

Tabella dietetica Scuola dell'infanzia e Primaria
Comune di Sarno
Menù autunno inverno

DOTT. PAOLO BUONAIUTO
 nutrizionista | consulente nutraeducativo
 via Piani, 27 | 84067 Sarno (SA)
 tel. 081 99 048
 buonaiutopolo@gmail.com

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta al pomodoro Filetto di platessa panato Insalata mista Pane Frutta	Pasta con minestrone Crocchetta di ricotta e patate Carote al forno gratinate Pane Frutta	Pasta e lenticchie Prosciutto cotto magro Ortolana di verdure Pane Frutta	Pasta con patate Frittata di uova Insalata verde Pane Frutta	Riso al pomodoro Polpette di bovino Fagiolini e mais Pane Frutta
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta con lenticchie Formaggio spalmabile Ortolana gratinata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Tortino di platessa con patate Pane Frutta	Pasta con zucca Petto di pollo in umido e/o impanato Carote al forno gratinato Pane Frutta	Pasta con fagioli Frittata di spinaci Pane Frutta	Pasta o riso al pomodoro Polpette di bovino Insalata verde Pane Frutta
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta con minestrone Galbanone e/o crocchetta di ricotta e patate Ortolana di verdure Pane Frutta	Pasta e patate Rollé di frittata con spinaci Pane frutta	Pasta alla parmigiana Filetto di platessa gratinato Insalata verde Pane Frutta	Pasta con lenticchie Prosciutto cotto Carote gratinate Pane Frutta	Pasta al pomodoro Spezzatino di pollo Patate in insalata Pane Frutta
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta con i broccoli Salsiccia di tacchino Patate al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Crocchetta di ricotta e patate Spinaci al limone Pane Frutta	Pasta e zucchine Spezzatino di pollo Ortolana di verdure Pane Frutta	Pasta e patate Filetto di platessa alla mugnaia Insalata mista Pane frutta	Pasta con fagioli Polpettine di ricotta e spinaci Pane Frutta

- **La quantità di frutta prevista è di 100g.**
- **La quantità di pane prevista è di 30 g per l'Infanzia e di 50g per la Primaria.**
- **La panatura è preparata presso il centro cottura.**