

## Scuola dell'Infanzia e Primaria del Comune di Monteprandone - Anno Scolastico 2017/2018 - Menù Primavera - Estate

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
Lunedì	Pasta con tonno e olive Tacchino panato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al ragu vegetale Frittata Insalata mista Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con orzo Petto di pollo al limone Insalata verde Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Formaggio fresco Frecantò Pane Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure e legumi con pastina Formaggio fresco Bietoline Pane Frutta di stagione	Pasta di farro con crema di zucchine Platessa impanata al forno Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione	Riso al pomodoro Merluzzo con pomodorini al forno Carote julienne Pane Frutta di stagione	Lasagna con verdure di stagione Crostini con crema di ceci e con crema di caprino e pere Insalata verde Pane Frutta di stagione
Mercoledì	Gnocchi di patate al pomodoro Polpette di miglio Piselli al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Cosce di pollo Bietoline Pane Frutta di stagione	Pasta con olio e parmigiano Caprese Pane Frutta di stagione	Passato di verdure e legumi con farro Polpette di pesce Fagiolini Pane Frutta di stagione
Giovedì	Riso con verdure di stagione Petto di pollo alle erbe Insalata di pomodori Pane Frutta di stagione	Passato di verdure e legumi con riso Seppie con piselli Spinaci Pane Frutta di stagione	Agnolotti ricotta e spinaci con sugo al pomodoro Polpette di verdure con quinoa e lenticchie Insalata mista Pane Frutta di stagione	Pasta con feta e piselli Frittata con verdure di stagione Carote al vapore Pane Frutta di stagione
Venerdì	Pasta con olio e parmigiano Merluzzo gratinato al forno Insalata verde Pane Frutta di stagione	Tagliatelle con ragu di pesce Ricotta noci e pinoli Fagiolini Pane Frutta di stagione	Pasta crema di zucchine e ceci Arrosto di tacchino con mele Bietoline Pane Frutta di stagione	Pasta Senatore Cappelli al pomodoro Polpette di verdure e cannellini Insalata di pomodori Pane Macedonia di frutta

NB Una volta ogni due settimane la frutta può essere sostituita da un dolce/gelato.



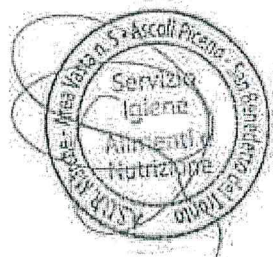
Scuola dell'Infanzia e Primaria del Comune di Monteprandone - Anno Scolastico 2017/2018 - Menù Autunno - Inverno

**CAMST**  
 LA RISTORAZIONE ITALIANA  
 DOTT.SSA GIULIA STRACCI  
 Dietista Area Territoriale Centro Sud  
 Tel. 071 2867758  
 Mail: giulia.straccia@camst.it

1

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
Lunedì	Passato di verdure e legumi con pastina Polpette di carne Bietoline Pane Frutta fresca	Pasta di farro con la zucca Formaggio fresco Insalata verde Pane Frutta fresca	Pasta con crema di caprino fresco e piselli Frittata Carote julienne Pane Frutta fresca	Pasta al pomodoro Petto di pollo panato Spinaci Pane Frutta fresca
Martedì	Gnocchi di patate al ragù vegetale Frittata con verdure di stagione Finocchi gratinati Pane Frutta fresca/macedonia	Pasta con ragù di carne bianca Polpette di verdure e cannellini Pisellini e carote Pane Frutta fresca	Passato di verdure e legumi con farro Formaggio fresco Spinaci Pane Frutta fresca	Riso con verdure di stagione Filetti di platessa gratinati Insalata mista Pane Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al pomodoro Ricotta con noci e pinoli Carote julienne Pane Frutta fresca	Passato di verdure con orzo Platessa impanata al forno Bietoline Pane Frutta fresca	Riso con ragù di pesce Arrosto di tacchino con castagne Insalata verde Pane Frutta fresca	Lasagna con ragù di carne bianca Crostini con crema di carote e hummus di ceci Carote al vapore Pane Frutta fresca
Giovedì	Risotto con olio e parmigiano Merluzzo al limone Insalata mista Pane Frutta fresca	Tagliatelle al pomodoro Cosce di pollo Spinaci Pane Frutta fresca	Pasta al ragù vegetale Polpette di miglio Insalata di finocchi Pane Frutta fresca	Pasta e fagioli Formaggio fresco Bietoline Pane Frutta fresca
Venerdì	Pasta al ragù di pesce Polpette di verdure con quinoa e lenticchie Spinaci Pane Frutta fresca	Pasta e fagioli Polpette di pesce Insalata mista Pane Frutta fresca	Agnolotti ricotta e spinaci con olio e salvia Seppie con piselli Bietoline Pane Frutta fresca	Passato di verdure con orzo Straccetti di tacchino con carote e mandorle Insalata verde Pane Frutta fresca

NB Una volta ogni due settimane la frutta può essere sostituita da un dolce/gelato.



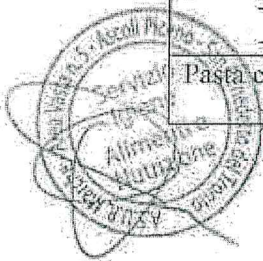
**CAMST**  
 LA REGIONE MARCHE  
 DOTT.SSA GIULIA STRACCI  
 Dietista Area Territoriale Centro Sud  
 Tel. 071 2867758  
 Mail: giulia.stracci@camst.it

REFEZIONE SCOLASTICA COMUNE DI MONTEPRANDONE  
 MENU' ANNO SCOLASTICO 2017/2018

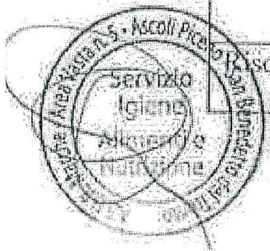
INGREDIENTI ED ALLERGENI

Gli alimenti evidenziati e sottolineati contengono o possono contenere uno o più degli allergeni riportati nel Regolamento UE 1169/2011

PRIMI PIATTI ASCIUTTI
Pasta / riso olio e parmigiano: - <u>pasta / riso</u> - <u>parmigiano gratt.</u> - <u>olio evo</u>
Pasta / riso / pasta integrale / pasta Senatore Cappelli / pasta di farro / gnocchi / orzo / agnolotti ricotta e spinaci al pomodoro - <u>pasta / riso / pasta integrale / pasta Senatore Cappelli / pasta di farro / gnocchi / orzo / agnolotti ricotta e spinaci</u> - <u>polpa di pomodoro</u> - <u>sedano, carota, cipolla</u> - <u>olio evo</u> - <u>parmigiano gratt.</u>
Pasta / gnocchi al ragù vegetale - <u>pasta / gnocchi</u> - <u>polpa di pomodoro</u> - <u>verdure fresche di stagione</u> - <u>sedano, carota, cipolla</u> - <u>olio evo</u> - <u>parmigiano gratt.</u>
Pasta / pasta di farro con la zucca: - <u>pasta / pasta di farro</u> - <u>zucca fresca</u> - <u>olio evo</u>
Pasta con tonno e olive verdi / nere: - <u>pasta</u> - <u>tonno al naturale o all'olio</u> - <u>extravergine d'oliva</u> - <u>olive denocciolate</u> - <u>olio evo</u>
Pasta con feta e piselli - <u>pasta</u>

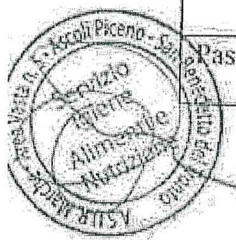


<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>piselli</u></li> <li>- <u>feta</u></li> </ul>
<p>Pasta di farro con crema di zucchine</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>pasta di farro</u></li> <li>- <u>zucchine</u></li> <li>- <u>olio evo</u></li> </ul>
<p>Pasta di farro con crema di caprino fresco e piselli</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>pasta di farro</u></li> <li>- <u>piselli</u></li> <li>- <u>caprino</u></li> </ul>
<p>Pasta crema di zucchine e ceci</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>pasta</u></li> <li>- <u>zucchine</u></li> <li>- <u>ceci</u></li> <li>- <u>olio evo</u></li> </ul>
<p>Pasta / pasta al farro / risotto al ragù di pesce</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>pasta / pasta di farro / riso</u></li> <li>- <u>merluzzo, platessa</u></li> <li>- <u>olio evo</u></li> </ul>
<p>Pasta e fagioli</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>pasta</u></li> <li>- <u>fagioli secchi</u></li> <li>- <u>parmigiano grattugiato</u></li> <li>- <u>olio evo</u></li> </ul>
<p>Pasta con ragù di carne bianca</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>pasta</u></li> <li>- <u>polpa di pomodoro</u></li> <li>- <u>carne di pollo e tacchino</u></li> <li>- <u>sedano, carota, cipolla</u></li> <li>- <u>parmigiano grattugiato</u></li> <li>- <u>olio evo</u></li> </ul>
<p>Riso con verdure di stagione</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>riso</u></li> <li>- <u>verdure fresche di stagione</u></li> <li>- <u>brodo vegetale (sedano)</u></li> <li>- <u>olio evo</u></li> </ul>
<p>Risotto ai funghi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>riso</u></li> </ul>

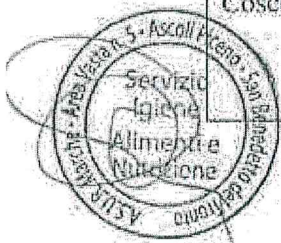


<ul style="list-style-type: none"><li>- <u>funghi</u></li><li>- <u>brodo vegetale (sedano)</u></li><li>- <u>olio evo</u></li></ul>	
Lasagna con verdure di stagione <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>lasagne</u></li><li>- <u>verdure di stagione</u></li><li>- <u>parmigiano grattugiato</u></li><li>- <u>mozzarella, farina, latte</u></li><li>- <u>olio evo</u></li></ul>	
Lasagna con ragù di carne bianca <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>lasagne</u></li><li>- <u>polpa di pomodoro</u></li><li>- <u>carne di pollo e tacchino</u></li><li>- <u>sedano, carota, cipolla</u></li><li>- <u>parmigiano grattugiato</u></li><li>- <u>mozzarella, farina, latte</u></li><li>- <u>olio evo</u></li></ul>	
Tagliatelle con ragù di pesce <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>tagliatelle</u></li><li>- <u>merluzzo, platessa</u></li><li>- <u>polpa di pomodoro</u></li><li>- <u>sedano carota cipolla</u></li><li>- <u>olio evo</u></li></ul>	
Agnolotti ricotta e spinaci con sugo al pomodoro <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>agnolotti ricotta e spinaci</u></li><li>- <u>polpa di pomodoro</u></li><li>- <u>sedano carota cipolla</u></li><li>- <u>olio evo</u></li></ul>	
Agnolotti ricotta e spinaci con olio e salvia <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>agnolotti ricotta e spinaci</u></li><li>- <u>olio evo, salvia</u></li></ul>	
<b>PRIMI PIATTI IN BRODO O MINISTRONI O PASSATI</b>	
Minestra/minestrone /passato di verdure con pastina/riso <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>verdure miste di stagione (sedano)</u></li><li>- <u>pastina/riso</u></li><li>- <u>olio evo</u></li></ul>	
Passato di verdure e legumi con pastina/riso/orzo/farro <ul style="list-style-type: none"><li>- <u>verdure miste di stagione (sedano)</u></li></ul>	

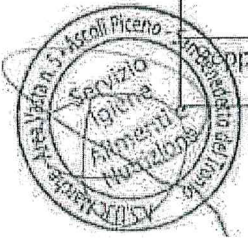
5



- <u>pastina/riso/orzo/farro</u> - <u>legumi misti</u> - <u>olio evo</u>
<b>SECONDI PIATTI A BASE DI CARNE</b>
Petto di pollo al limone - <u>pollo</u> - <u>farina, olio evo, succo di limone</u>
Petto di pollo con verdure - <u>pollo</u> - <u>verdure miste di stagione, olio evo</u>
Petto di pollo alle erbe - <u>pollo</u> - <u>rosmarino, origano, aglio, olio evo</u>
Polpette di carne - <u>pollo, tacchino</u> - <u>verdure miste di stagione, pane grattugiato, parmigiano, uovo, olio evo</u>
Petto di pollo panato - <u>pollo</u> - <u>pane grattugiato, uovo, prezzemolo, olio evo</u>
Roastbeef di tacchino - <u>tacchino</u> - <u>aromi, olio evo</u>
Arrosto di tacchino con mele - <u>tacchino</u> - <u>mele, aromi, olio evo</u>
Arrosto di tacchino con castagne - <u>tacchino</u> - <u>farina di castagne, aromi, olio evo</u>
Straccetti di tacchino con crema di carote e mandorle - <u>tacchino</u> - <u>carote, patate, mandorle, aromi, olio evo</u>
Tacchino panato - <u>tacchino</u> - <u>pane grattugiato, uovo, prezzemolo, olio evo</u>
Cosce di pollo - <u>cosce di pollo</u> - <u>olio evo</u> - <u>rosmarino, sale</u>



SECONDI PIATTI A BASE DI FORMAGGIO	
<u>Mozzarella</u>	
Caprese	- pomodoro fresco - mozzarella
<u>Crescenza</u>	
Ricotta noci e pinoli	- ricotta - noci e pinoli
<u>Stracchino</u>	
Primo sale	
SECONDI PIATTI A BASE DI PESCE	
Merluzzo gratinato al forno	- merluzzo - pangrattato, uova - prezzemolo, olio evo
Merluzzo con pomodorini al forno	- merluzzo - pomodorini - prezzemolo, aglio, olio evo
Merluzzo al limone	- merluzzo - limone - prezzemolo, aglio, olio evo
Platessa impanata al forno	- filetto di platessa - pangrattato - prezzemolo, olio evo
Filetti di platessa alla mugnaia	- platessa - pomodorini e olive - prezzemolo, olio evo
Filetti di platessa gratinati	- platessa - pangrattato, uova - prezzemolo, olio evo
Seppie con piselli	- seppie



7

- piselli
- polpa di pomodoro
- sedano carota cipolla
- olio evo

Polpette di pesce

- pesce (merluzzo /platessa /sogliola)
- mollica di pane, acqua
- prezzemolo, spezie, uovo

**ALTRI SECONDI PIATTI**

Frittata

- uovo
- parmigiano
- olio evo

Frittata con verdure di stagione

- uovo
- verdure miste di stagione
- parmigiano
- olio evo

Polpette di miglio e verdure

- farina di miglio e miglio
- verdure (zucchine, porri, carote)
- patate
- pangrattato
- olio evo
- uovo e aromi

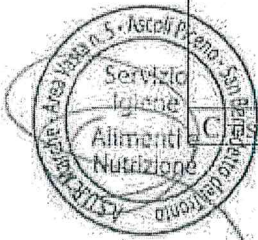
Polpette di verdure con quinoa e lenticchie

- verdure di stagione
- quinoa
- lenticchie
- uova, pane grattugiato, parmigiano, patate
- aromi, olio evo

Polpette di verdure e cannellini

- verdure di stagione
- fagioli cannellini
- farina
- uova, pane grattugiato, parmigiano, patate
- aromi, olio evo

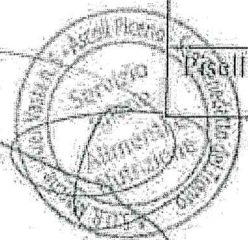
Crostini con crema di caprino e pere e con crema di ceci



(P)



<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>crostini di pane 00/0</i></li> <li>- <i>caprino</i></li> <li>- <i>ceci</i></li> <li>- <i>olio evo</i></li> <li>- <i>succo di limone</i></li> </ul>
<p>Crostini con crema di carote e hummus di ceci</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>crostini di pane 00/0</i></li> <li>- <i>carote</i></li> <li>- <i>ceci</i></li> <li>- <i>olio evo</i></li> </ul>
<b>CONTORNI CRUDI FRESCI</b>
<p>Insalata mista / verde</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>verdura fresca di stagione</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<p>Carote julienne</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>carote</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<p>Insalata di pomodori</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>pomodori</i></li> <li>- <i>olio evo, sale, basilico</i></li> </ul>
<p>Finocechi in insalata</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>finocchi</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<b>CONTORNI COTTI</b>
<p>Bietoline</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>bietta</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<p>Spinaci</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>spinaci</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<p>Carote al vapore</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>carote</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<p>Piselli al vapore</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>piselli</i></li> <li>- <i>olio evo, sale</i></li> </ul>
<p>Pisellini e carote</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>piselli</i></li> </ul>



- carote - olio evo, sale
Precondò (piatto del territorio) - patate, zucchine, melanzane, pomodori, peperoni - olio evo, aromi
Pagiolini - fagiolini - olio evo, sale
Finocchi - finocchi - pane grattugiato, parmigiano, olio evo, sale
VARIE
Pane bianco / integrale
Dolce / gelato

**VERDURA FRESCA DI STAGIONE**

Menù autunno/inverno	Menù primavera/estate
Agretti, bietola, broccoli, cardo, carote, cavolini di Bruxelles, cavolo cappuccio, cavolo nero, cavolo rosso, cime di rape, finocchi, indivia, insalate, porro, radicchio, rapa rossa, rucola, sedano, sedano rapa, spinaci, verza, zucca gialla	Agretti, asparagi, bietola, carote, cetrioli, fagiolini, fiori di zucca, insalate, pomodori, melanzane, peperoni, radicchio, ravanelli, rucola, scarola, sedano, zuccina
Opzionale: pomodori, funghi	Opzionale: cime di rape, finocchi

**FRUTTA FRESCA DI STAGIONE**

Menù autunno/inverno	Menù primavera/estate
Arance, banana, clementine, kiwi, mandaranci e mandarini, mela, melone invernale, pera, pompelmo	Albicocca, anguria, banana, fragola, kiwi, mela, melone, pera, pesche, susine
Opzionale: ananas, cachi, castagne, uva	Opzionale: ananas, ciliegie, fichi, lamponi, mirtilli, more, uva



**CAMST**  
 LA RISTORAZIONE ITALIANA  
 DOTT.SSA GIULIA STRACCI  
 Dietista Area Territoriale Centro Sud  
 Tel. 071 2867758  
 Mail: giulia.stracci@camst.it

