

Menù scolastico 2022_2023 _ INVERNALE ESTIVO

Da Nutrizionista <nutrizionista@scamarsrl.it>
A refezionescolastica@comunecoriglianorossano.eu
<refezionescolastica@comunecoriglianorossano.eu>
Data giovedì 10 novembre 2022 - 19:54

Buonasera,

si voglia rendere visione di quanto riportato in allegato.

Distinti Saluti

Dott.ssa Claudia Cavalieri - Nutrizionista
Scamar S.r.l.: Via Basilio Sposato n.35 - 88046 Lamezia Terme (CZ)
Tel: 0968 434659 Int. 6 – Fax: 0968 1940418
www.scamarsrl.it

Menu' Primavera-Estate Scuole Corigliano-Rossano_ Estivo A.S. 2022-2023-.pdf
Menù refezione scolastica Corigliano-Rossano invernale A.S. 2022_2023.pdf

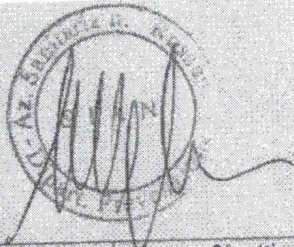
SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA
 COMUNE DI CORIGLIANO-ROSSANO
 ANNO SCOLASTICO 2022/2023
 KCal a pasto: 650/850



Autunno-Inverno

	1 ^a settimana	materna	elementare
LUNEDI	Pasta con pesto	Pasta 60 g. Pesto q.b.	Pasta 80 g. Pesto q.b.
	Tortino di Uova e Formaggio	Uova 1 Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Uova 1 Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Piselli in umido	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
MARTEDI	Pasta al sugo	Pasta 60 g. Sugo pomodori 30 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Sugo pomodori 40 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Coscia di pollo al forno	70 g.	90 g.
	Purè di patate	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Yogurt alla frutta	125 g.	125 g.
MERCOLEDI	Minestra di verdure con pasta	Pasta 35 g. Verdure Minestrone 30 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 40 g. Verdure Minestrone 40 g. Olio EVO 5 g.
	Formaggio Cremoso	Formaggio cremoso 50 g.	Formaggio cremoso 80 g.
	Insalata verde	90 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
GIOVEDI	Pasta con lenticchie	Pasta 50 g. Lenticchie 25 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 70 g. Lenticchie 30 g. Olio EVO 5 g.
	Vitello alla pizzaiola	Polpa di pomodoro 25g Origano q.b. Vitello 60 g.	Polpa di pomodoro 25g Origano q.b. Vitello 80 g.
	Patate al forno	80 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
VENERDI	Pasta con tonno	Pasta 60 g. Tonno 10 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Tonno 15 g. Olio EVO 5 g.
	Bastoncini di merluzzo	Bastoncini di merluzzo n.3.	Bastoncini di merluzzo n.4.
	Fagiolini	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.

N.B. In casi particolari e per patologie specifiche questo servizio fornirà dietro eventuale richiesta, corredata da relativa documentazione medica, pasti rispondenti ad esigenze dietetiche individuali. La dieta verrà assicurata solo successivamente alla consegna della suddetta certificazione nella quale dovrà essere specificata la patologia.



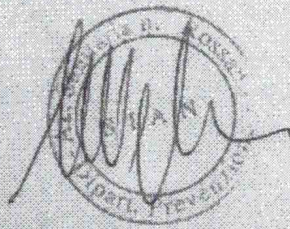
**SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA
 COMUNE DI CORIGLIANO-ROSSANO
 ANNO SCOLASTICO 2022/2023
 KCal a pasto: 650/850**

Autunno-Inverno

	2 ^a settimana	materna	elementare
LUNEDI	Pasta al sugo	Pasta 60 g. Sugo pomodori 30 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Sugo pomodori 40 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Birbe di pollo	Pangrattato q.b. Petto di pollo 60 g.	Pangrattato q.b. Petto di pollo 80 g.
	Purè di patate	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
MARTEDI	Lasagna al forno	Pasta all'uovo 50 g. Carne trita vitello 20g Olio EVO 5g Provolone 15g Polpa di pomodoro 30g Grana 5g	Pasta all'uovo 70 g Carne trita di vitello 20g Olio EVO 5g Provolone 20g Polpa di pomodoro 40g Grana 5g
	Provolone	Provolone 50 g.	Provolone 80 g.
	Insalata verde	90 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
MERCOLEDI	Pasta e patate	Pasta 50 g. Patate 30 g. Olio EVO 5g	Pasta 70 g. Patate 35 g. Olio EVO 5g
	Scaloppina di tacchino	Farina q.b. Fesa di tacchino 60 g.	Farina q.b. Fesa di tacchino 80 g.
	Zucchine trifolate	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
GIOVEDI	Minestra di verdure con pasta	Pasta 35 g. Verdure minestrone 30 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 40 g. Verdure minestrone 40 g. Olio EVO 5 g.
	Polpette in umido	Vitello 60 g.	Vitello 80 g.
	Bieta saltata	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Succo di frutta	200 ml.	200 ml.
VENERDI	Pasta e fagioli	Pasta 50 g. Fagioli 25 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 70 g. Fagioli 30 g. Olio EVO 5 g.
	Bastoncini di merluzzo	Bastoncini di merluzzo n.3	Bastoncini di merluzzo n.4
	Carote trifolate	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.

N.B. In casi particolari e per patologie specifiche questo servizio fornirà dietro eventuale richiesta, corredata da relativa documentazione medica, pasti rispondenti ad esigenze dietetiche individuali. La dieta verrà assicurata solo successivamente alla consegna della suddetta certificazione nella quale dovrà essere specificata la patologia nonché gli alimenti verso i quali è stata dimostrata l'eventuale intolleranza. Si consiglia di mantenere un apporto idrico bilanciato durante la giornata, precisando che non è cura di questo Ente Appaltatore la relativa fornitura.

COMUNE DI CORIGLIANO-ROSSANO Prot. in arrivo N° 0114871 del 11-11-2022 Cat. 7 Cl. 1

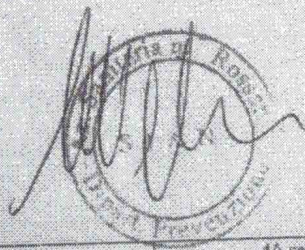


**SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI CORIGLIANO-ROSSANO
ANNO SCOLASTICO 2022/2023
KCal a pasto: 650/850**

		Autunno-Inverno	
		3 ^a settimana	elementare
LUNEDI	Pasta al sugo	Pasta 60 g. Sugo pomodori 30 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Sugo pomodori 40 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Formaggio Cremoso	Formaggio cremoso 50 g.	Formaggio cremoso 80 g.
	Insalata	90 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Crostafina	Crostafina 30 g.	Crostafina 40 g.
MARTEDI	Pasta e lenticchie	Pasta 50 g. Lenticchie 25 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 70 g. Lenticchie 30 g. Olio EVO 5 g.
	Coscia di pollo al forno	70 g.	90 g.
	Patate ad insalata	80 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
MERCOLEDI	Pasta con zucchine	Pasta 60 g. Zucchine 40 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Zucchine 50 g. Olio EVO 5 g.
	Prosciutto Cotto s.p.	30 g.	40 g.
	Insalata	90 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta di stagione	100 g.	130 g.
GIOVEDI	Riso alla parmigiana	Riso 60 g. Grana 5 g.	Pasta 80 g. Grana 5 g.
	Vitello in umido	Vitello 60 g.	Vitello 80 g.
	Piselli	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
VENERDI	Pasta al sugo	Pasta 60 g. Sugo pomodori 30 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Sugo pomodori 40 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Bastoncini di merluzzo	Bastoncini di merluzzo n.3	Bastoncini di merluzzo n.4
	Fagioli	100 g.	120 g.
	Panc	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.

N.B. In casi particolari e per patologie specifiche questo servizio fornirà dietro eventuale richiesta, corredata da relativa documentazione medica, pasti rispondenti ad esigenze dietetiche individuali. La dieta verrà assicurata solo successivamente alla consegna della suddetta certificazione nella quale dovrà essere specificata la patologia nonché gli alimenti verso i quali è stata dimostrata l'eventuale intolleranza. Si consiglia di mantenere un apporto idrico bilanciato durante la giornata, precisando che non è cura di questo Ente Appaltatore la relativa fornitura.

Reg.UE 1169/2011-Gli alimenti/preparazioni evidenziati possono contenere allergeni e provocare reazioni nei soggetti sensibili.



**SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI CORIGLIANO-ROSSANO
ANNO SCOLASTICO 2022/2023
KCal a pasto: 650/850**

Autunno-Inverno

	4 ^a settimana	materne	elementare
LUNEDI	Pasta al sugo	Pasta 60 g. Sugo pomodori 30 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 80 g. Sugo pomodori 40 g. Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Cotoletta di petto di pollo	Petto di pollo 60 g.	Petto di pollo 80 g.
	Zucchine trifolate	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
MARTEDI	Pasta e fagioli	Pasta 50 g. Fagioli 25 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 70 g. Fagioli 30 g. Olio EVO 5 g.
	Tortino di nova e formaggio	Uova n.1 Grana 5 g. Olio EVO 5 g.	Uova n.1 Grana 5 g. Olio EVO 5 g.
	Spinaci al burro	Burro q.b. Spinaci 100 g.	Burro q.b. Spinaci 120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
MERCOLEDI	Lasagna al forno	Pasta all'uovo 50 g. Carne trita di vitello 20g Polpa pomodoro 30g Provola 15g Olio EVO 5g Grana 5g	Pasta all'uovo 70 g. Carne trita di vitello 25g Polpa pomodoro 40g Provola 20g Olio EVO 5g Grana 5g
	Provola	Provola 50 g.	Provola 80 g.
	Insalata	90 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
GIOVEDI	Riso e piselli	Riso 50 g. Piselli 25 g. Olio EVO 5 g.	Riso 70 g. Piselli 30 g. Olio EVO 5 g.
	Polpette al sugo	Vitello 60 g.	Vitello 80 g.
	Patate al forno	80 g.	100 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Frutta fresca	100 g.	150 g.
VENERDI	Minestra di verdure con pasta	Pasta 30 g. Verdure minestrone 30 g. Olio EVO 5 g.	Pasta 40 g. Verdure minestrone 40 g. Olio EVO 5 g.
	Bastoncini di merluzzo	Bastoncini di merluzzo N. 3	Bastoncini di merluzzo N.4
	Purè di patate	100 g.	120 g.
	Pane	50 g.	50 g.
	Suoco di frutta	200 ml.	200 ml.

N.B. In casi particolari e per patologie specifiche questo servizio fornirà dietro eventuale richiesta, corredata da relativa documentazione medica, pasti rispondenti ad esigenze dietetiche individuali. La dieta verrà assicurata solo successivamente alla consegna della suddetta certificazione nella quale dovrà essere specificata la patologia nonché gli alimenti verso i quali è stata documentata l'eventuale intolleranza.

COMUNE DI CORIGLIANO-ROSSANO Prot. in arrivo n° 0114871 del 11-11-2022 Cat. 7 Cl. 1