



Prima Settimana

Seconda Settimana

Lunedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Risotto olio e parmigiano	Riso Parmigiano Regg Olio evo	60 5 q.b.	70-80 8 q.b.	90 10 q.b.
LATTE E DERIVATI				
Mozzarella/formaggio	Mozzarella/ Formaggio	50	60	80
LATTE E DERIVATI				
Insalata di pomodori	Pomodori rossi Olio evo	60 q.b.	80 q.b.	100 q.b.

Lunedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Risotto alle zucchine	Riso Zucchine Olio evo Aromi	40 120-150 q.b. q.b.	40-45 130-150 q.b. q.b.	50 170-200 q.b. q.b.
SEDANO				
Mozzarella/formaggio	Mozzarella/ Formaggio	50	60	80
LATTE E DERIVATI				
Insalata di pomodori	Pomodori rossi Olio evo	60 q.b.	80 q.b.	100 q.b.

Martedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta al pomodoro e basilico	Pasta di semola Salsa di pomodoro Olio evo Basilico Aromi	60 50 q.b. q.b. q.b.	70-80 60 q.b. q.b. q.b.	90 70 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Bocconcini di pollo croccanti	Petto di pollo Olio evo Latte Pangrattato	60-70 q.b. q.b. q.b.	80 q.b. q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - LATTE E DERIVATI - TRACCE DI SOJA				
Verdure** in casseruola	verdure/ortaggi Olio evo Aromi	80-100 q.b. q.b.	120-140 q.b. q.b.	140-150 q.b. q.b.
TRACCE DI SEDANO				

Martedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta integrale al pomodoro	Pasta di semola int Salsa di pomodoro Olio evo Basilico Aromi	60 50 q.b. q.b. q.b.	70-80 60 q.b. q.b. q.b.	90 70 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Straccetti di vitello	Vitello Olio evo Aromi	60-70 q.b. q.b.	80 q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b.
SEDANO				
Carote julienne	Carote Olio evo	60 q.b.	80 q.b.	80-100 q.b.

4 MAGGIO Mercoledì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta e piselli*	Pasta di semola Piselli Olio evo/aromi	60 30 q.b.	70-80 40 q.b.	90 40 q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Frittata al forno con prosciutto	Uova Prosc.cotto sp Parmigiano Regg Latte Olio evo/farina	1 pz 15 5 q.b. q.b.	1-1,5 pz 20 8 q.b. q.b.	1,5 pz 30 10 q.b. q.b.
UOVA - GLUTINE - LATTE E DERIVATI				
Carote julienne	Carote Olio evo	60 q.b.	80 q.b.	80-100 q.b.

Mercoledì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Minestra di legumi con farro o pastina	Pasta di semola/farro Legumi Olio evo Aromi Salsa pomodoro	30-40 30 q.b. q.b. 20	40-50 30 q.b. q.b. 20	45-50 40 q.b. q.b. 20
SEDANO - GLUTINE - TRACCE DI SOJA, SEMI DI SESAMO, LUPINI				
Sformato di patate	Uova Patate Mozzarella Parmigiano Regg Olio evo/farina/latte	1/5 pz 80 20 5 q.b.	1/5 pz 80 20 5 q.b.	1/5 pz 150 30 8 q.b.
UOVA - GLUTINE - LATTE E DERIVATI				
Fagiolini*	Fagiolini Olio evo	80-100 q.b.	120-140 q.b.	140-150 q.b.

Giovedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta con pesto di zucchine	Pasta di semola Zucchine Olio evo Parmigiano Regg Basil./Prezzem./Aglio	60 30 5 5 q.b.	70-80 40 8 8 q.b.	90 40 10 8 q.b.
GLUTINE - LATTE E DERIVATI - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Arrosti di vitello	Vitello Olio evo Salsa di pomodoro Carote/cipolle/Sedano Aromi	60 q.b. q.b. q.b. q.b.	80 q.b. q.b. q.b. q.b.	90 q.b. q.b. q.b. q.b.
SEDANO				
Patate al forno	Patate Olio evo Aromi	80 q.b. q.b.	90 q.b. q.b.	100 q.b. q.b.

Giovedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta al pomodoro	Pasta di semola Salsa di pomodoro Olio evo Aromi	60 50 q.b. q.b.	70-80 60 q.b. q.b.	90 70 q.b. q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Cotoletta di pollo	Petto di pollo Olio evo Latte Pangrattato	60-70 q.b. q.b. q.b.	80 q.b. q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - LATTE E DERIVATI - TRACCE DI SOJA				
Zucchine	Zucchine Olio evo	80-100 q.b.	120-140 q.b.	140-150 q.b.

Venerdì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta al sugo di pesce (merluzzo)	Pasta di semola Filetto di merluzzo Olio evo Salsa di pomodoro Cipolla/aglio	60 10 q.b. 30 q.b.	70-80 20 q.b. 40 q.b.	90 20/30 q.b. 40 q.b.
GLUTINE - PESCE - TRACCE DI SOJA, SEDANO				
Burger di pesce*	Merluzzo/platessa Patate Uovo Olio evo Farina/pangratt.	60-70 20 1/5 pz 5 q.b.	80 30 1/5 pz 5 q.b.	100 40 1/5 pz 8 q.b.
UOVA - PESCE - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Fagiolini* olio e limone (facoltativo)	Fagiolini Olio evo Limone (Facoltativo)	80-100 q.b. q.b.	120-140 q.b. q.b.	140-150 q.b. q.b.

Venerdì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Risotto alla parmigiana	Riso Parmigiano Regg Olio evo Latte	60 5 q.b. q.b.	70-80 8 q.b. q.b.	90 10 q.b. q.b.
LATTE E DERIVATI				
Filetti di merluzzo* gratinati al forno	Filetti di merluzzo Olio evo Pangrattato Prezzemolo	80 q.b. q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b. q.b.	100-120 q.b. q.b. q.b.
PESCE - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Piselli*	Piselli Olio evo Aromi	70 q.b. q.b.	90 q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b.

ALTRO	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pane / Frutta di stagione / Condimenti	Pane - glutine Frutta Parmig. Regg. Latte	60 100-130 5	80 150 8	100 200 10

ALTRO	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pane / Frutta di stagione / Condimenti	Pane - glutine Frutta Parmig. Regg. Latte	60 100-130 5	80 150 8	100 200 10

* PRODOTTO SURGELATO - ** PRODOTTO SURGELATO IN CASO DI INDISPONIBILITA' DEL FRESCO - LE GRAMMATURE DEGLI INGREDIENTI SI INTENDONO A CRUDO, PER QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO SI FACCIA RIFERIMENTO AL RICETTARIO ALLEGATO AL CAPITOLATO



Servizio di refezione scolastica del Comune di Chieti
A.S. 2021/2022 Menù Primavera



Terza Settimana

Quarta Settimana

Lunedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta e lenticchie	Pasta di semola Lenticchie Olio evo Aromi Salsa pomodoro	30-40 30 q.b. q.b. 20	40-50 30 q.b. q.b. 20	45-50 40 q.b. q.b. 20
GLUTINE - SEDANO - TRACCE DI SOJA, SEMI DI SESAMO, LUPINI				
Mozzarella/formaggio	Mozzarella/ Formaggio	50	60	80
LATTE E DERIVATI				
Insalata di pomodori	Pomodori rossi Olio evo	60 q.b.	80 q.b.	100 q.b.

Lunedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Tubettini rigati e ceci	Pasta di semola Ceci Olio evo Aromi	30-40 30 q.b. q.b.	40-50 30 q.b. q.b.	45-50 40 q.b. q.b.
GLUTINE - SEDANO - TRACCE DI SOJA, SEMI DI SESAMO, LUPINI				
Dadini o scaglie di parmigiano	Parmigiano Regg	30	40	50
LATTE E DERIVATI				
Insalata mista con pomodori	Pomodori rossi Insalata Olio evo	30 25 q.b.	40 30 q.b.	50 35 q.b.

Martedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta al pomodoro	Pasta di semola Salsa di pomodoro Olio evo Aromi	60 50 q.b. q.b.	70-80 60 q.b. q.b.	90 70 q.b. q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Scaloppina di tacchino	Petto di tacchino Olio evo Latte Farina	60-70 q.b. q.b. q.b.	80 q.b. q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - LATTE E DERIVATI				
Fagiolini* olio e limone (facoltativo)	Fagiolini Olio evo Limone (Facoltativo)	80-100 q.b. q.b.	120-140 q.b. q.b.	140-150 q.b. q.b.

Martedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola Parmigiano Regg Olio evo	60 5 q.b.	70-80 8 q.b.	90 10 q.b.
LATTE E DERIVATI - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Cotoletta di carne bianca	Petto di pollo/tacch Olio evo Latte Pangrattato	60-70 q.b. q.b. q.b.	80 q.b. q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - LATTE E DERIVATI				
Fagiolini* e patate	Fagiolini Patate Olio evo	40-50 60 q.b.	60-70 75-90 q.b.	70-75 90-100 q.b.

Mercoledì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Lasagna al forno	Lasagna all'uovo Mozzarella Olio evo/Aromi Salsa di pomodoro Parmigiano Regg	100 10 q.b. 40 5	140 15 q.b. 50 8	160 16 q.b. 50 10
LATTE E DERIVATI - UOVA - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Prosciutto cotto	Prosc.cotto sp	40	50	60-70
Insalata verde	Insalata Olio evo	50 q.b.	60 q.b.	70 q.b.

Mercoledì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta di farro/ integrale al pomodoro	Pasta di farro/integrale Salsa di pomodoro Olio evo Basilico Aromi	60 50 q.b. q.b. q.b.	70-80 60 q.b. q.b. q.b.	90 70 q.b. q.b. q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Tortino di zucchine	Uova Zucchine Parmigiano Regg Mozzarella Olio evo/farina/latte	1/3 pz 40 5 20 q.b.	1/3 pz 40 8 20 q.b.	1/2 pz 40 10 30 q.b.
UOVA - GLUTINE - LATTE E DERIVATI				
Carote lesse	Carote Olio evo	80-100 q.b.	120-140 q.b.	140-150 q.b.

Giovedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Passato di verdura** con pastina/riso	Pasta di semola/Riso Verdure/ortaggi misti Olio evo Aromi	40 120-150 q.b. q.b.	40 130-150 q.b. q.b.	45-50 170-200 q.b. q.b.
SEDANO - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Fuselli di pollo al forno	Fuselli di pollo Olio evo Aromi	150 q.b. q.b.	180 q.b. q.b.	200 q.b. q.b.
Patate al forno	Patate Olio evo Aromi	120 q.b. q.b.	150-180 q.b. q.b.	180-200 q.b. q.b.

Giovedì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta con zucchine/ dadolata di verdure	Pasta di semola Zucchine/ Verdure e/o Ortaggi Olio evo/ Aromi	60 50 q.b.	70-80 50-60 q.b.	90 60-80 q.b.
SEDANO - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Vitello alla genovese	Vitello Olio evo Salsa di pomodoro Carote/cipolle/Sedano Aromi	60 q.b. q.b. q.b. q.b.	80 q.b. q.b. q.b. q.b.	90 q.b. q.b. q.b. q.b.
SEDANO				
Insalata mista con pomodori	Pomodori rossi Insalata Olio evo	30 25 q.b.	40 30 q.b.	50 35 q.b.

Venerdì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta olio e parmigiano	Pasta di semola Parmigiano Regg Olio evo	60 5 q.b.	70-80 8 q.b.	90 10 q.b.
LATTE E DERIVATI - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Filetti di platessa* gratinati al forno	Filetti di platessa Olio evo Pangrattato Prezzemolo	80 q.b. q.b. q.b.	90-100 q.b. q.b. q.b.	100-120 q.b. q.b. q.b.
PESCE - GLUTINE - TRACCE DI SOJA				
Insalata mista	Carote/Finocchi Insalata Olio evo	30 25 q.b.	40 30 q.b.	50 35 q.b.

Venerdì	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pasta al pomodoro	Pasta di semola Salsa di pomodoro Olio evo Aromi	60 50 q.b. q.b.	70-80 60 q.b. q.b.	90 70 q.b. q.b.
GLUTINE - TRACCE DI SOJA, DI SEDANO				
Bastoncini di merluzzo* al forno	Bast. Merluzzo gr. 30 Olio evo	2 pz q.b.	3 pz q.b.	4 pz q.b.
GLUTINE - PESCE - UOVA - FRUTTA A GUSCIO - LATTE E DERIVATI - TRACCE CROSTACEI, MOLLUSCHI, SOJA, SEDANO, SEMI DI SESAMO				
Zucchine	Zucchine Olio evo	80-100 q.b.	120-140 q.b.	140-150 q.b.

ALTRO	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pane / Frutta di stagione / Condimenti	Pane - glutine Frutta Parmig. Regg. Latte	60 100-130 5	80 150 8	100 200 10

ALTRO	INGREDIENTI	INF	PRIM	SEC/AD
Pane / Frutta di stagione / Condimenti	Pane - glutine Frutta Parmig. Regg. Latte	60 100-130 5	80 150 8	100 200 10

* PRODOTTO SURGELATO - ** PRODOTTO SURGELATO IN CASO DI INDISPONIBILITA' DEL FRESCO - LE GRAMMATURE DEGLI INGREDIENTI SI INTENDONO A CRUDO, PER QUANTO NON ESPRESSAMENTE INDICATO SI FACCIA RIFERIMENTO AL RICETTARIO ALLEGATO AL CAPITOLATO