



COMUNE DI TISSI

PROVINCIA DI SASSARI

ALLEGATO A)

MENU SETTIMANALE MENZA SCUOLA MATERNA				
	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDI	Minestra in brodo di carne - Carne lessa- Insalata mista Frutta /pane/acqua	Pasta e lenticchie - Formaggio fresco (dolce sardo/mozzarella/peretta) Patate ventilate al forno Frutta /pane/acqua	Ravioli al sugo di pomodoro Insalata mista con tonno Frutta/pane/acqua	Riso con verdure di stagione Cosce di pollo al forno Insalata mista Frutta /pane/acqua
MARTEDI	Pasta al pomodoro Sogliola alla parmigiana Zucchine trifolate Frutta /pane/acqua	Riso con verdure di stagione Crocchette di pesce Insalata mista Yogurt o creme caramél Pane/acqua	Pasta in bianco Arista di maiale al forno Insalata mista Frutta /pane/acqua	Pasta al tonno Frittata al formaggio Carote cotte Frutta /pane/acqua
MERCOLEDI	Risotto al pomodoro Polpette di carne bovina Patate lesse o verdura cotta Macedonia di frutta Pane/acqua	Pasta all'olio extra ~v.o Omelette al formaggio Spinaci Frutta /pane/acqua	Passato di legumi misti Filetti di platessa impanati Patate al forno Frutta /pane/acqua	Gnocchetti sardi al pomodoro Boccconcini di tacchino panati Insalata mista Macedonia di frutta Pane/acqua
GIOVEDI	Pasta al tonno Frittata al formaggio Carote cotte Frutta /pane/acqua	Gnocchetti sardi al pomodoro Scaloppine alla pizzaiola Insalata verde Frutta /pane/acqua	Pasta al pomodoro Cotoletta alla milanese (manzo/arista/ pollo) Verdure mista Frutta /pane/acqua	Passato di verdure con pasta Nasello in umido patate lesse al vapore Frutta /pane/acqua
VENERDI	Passato di verdure con minestra Nasello in umido Verdure cotte(bietole/spinaci /fagiolini) Frutta /pane/acqua	Lasagne al forno Prosciutto crudo/cotto Insalata Frutta /pane/acqua	Pizza Prosciutto crudo e/o cotto Insalata verde Torta con frutta fresca	Pasta al pomodoro Polpette di carne bovina Verdura cotta Frutta /pane/acqua



24.02.12

**MENU' MENSA SCUOLA DELL'INFANZIA - TISSI
BIENNIO 2012/2013- 2013/2014**

Tabella delle grammature al netto degli scarti a crudo

Allegato "B"

RICETTA	Scuola Materna
	Grammi/abbono

PASTA AL POMODORO

Pasta	60
Carote, sedano, cipolle	10
Pomodori pelati	60
Sale	q.b.
Olio	3

PASTA AL TONNO

Pasta	60
Tonno	20
Aglio	q.b.
Sale	q.b.
Olio	q.b.

RISOTTO AL POMODORO

Riso	50
Pomodori pelati	60
Parmigiano	7
Sale	q.b.
Olio	q.b.

PASSATO DI VERDURE CON MINESTRA

Pasta	30
Verdure miste	50
Patate	30
Pomodori pelati	20
Olio	2
Sale	q.b.

PIZZA

Ingredienti pizza	120
Mozzarella	30
Pomodoro	q.b.
Sale	q.b.

PASTA CON FAGIOLI/CECIA/LENTICCHIE

Pasta	30
Fagioli/ceci/lenticchie	20
Cipolla	5
Olio	3
Sale	q.b.

LASAGNE AL FORNO

Pasta	80
Parmigiano Reggiano	10
Carne macinata	20
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Sedano	4
Carota	4
Pomodori pelati	20



Farina	2
Noce moscata	q.b.

RISO IN BIANCO

Riso	50
Olio	8
Parmigiano/Grana	8
Sale	q.b.

PASTINA IN BRODO DI CARNE SGRASSATO

Carne di manzo	250gr./500ml.acqua 80
Brodo (acqua, carote, cipolle, sedano, patate, pomodoro, sale)	q.b.
Pastina	30
Parmigiano	10

RAVIOLI (ricotta-erbette) al sugo di pomodoro

Ravioli	60
Pomodori Pelati	10
Olio Extra vergine di oliva	5
Sale e sapori	q.b.
Parmigiano	10

PROSCIUTTO CRUDO O COTTO

Prosciutto crudo	40
Prosciutto cotto	40

LONZA O ARISTA DI MAIALE AL FORNO

Lonza o arista di maiale	70
Olio	5
Sale e sapori	q.b.

POLPETTE DI CARNE BOVINA

Carne di manzo macinata	50
Patate	20
Uova	1/2 di 1
Sale e sapori	q.b.
Olio	q.b.
Pane grattugiato	q.b.
Parmigiano	10

FILETTO DI PLATESSA/NASELLO/MERLUZZO GRATINATO

Platessa	90
Nasello	90
Merluzzo	90
Burro	q.b.
Parmigiano	q.b.

FETTINE ALLA PIZZAIOLA

Fettina di manzo/arista/pollo	90
Pomodoro	30
Olio	10
Farina	q.b.
Origano, Prezzemolo, Aglio	q.b.
Sale	q.b.



24.07.12

COTOLETTA ALLA MILANESE AL FORNO

Cotoletta	80
Uova	q.b.
Pane grattugiato	30
Olio	5
Sale e sapori	q.b.

CARNI :

Bocconcini di Tacchino	70
Coscia di Pollo	70

FRITTATA AL FORMAGGIO

Uovo	50
Verdure di stagione (bietole, zucchine, carciofi)	30
Formaggio (Parmigiano reggiano)	20
Sale	q.b.

FORMAGGIO

Dolce sardo	50
Mozzarella	60
Peretta	50

PESCE

Platessa impanata	100
Sogliola	90
Crocchette	100
Bastoncini di merluzzo	100
Olio	3
Sale	q.b.

PATATE LESSE O AL VAPORE O PREZZEMOLATE

Patate	110
Olio	3
Sale, prezzemolo	q.b.

VERDURE FRESCHE DI STAGIONE/INSALATA VERDE

Verdure fresche/insalata verde	100
Olio	3
Sale	q.b.

SPINACI/BIETOLE LESSE

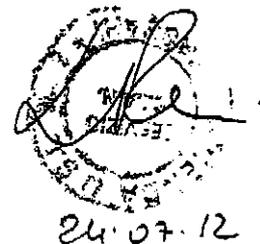
Spinaci o bietole	100
Olio	3
Sale	q.b.

PANE

Pane	50
------	----

FRUTTA

Mela	120
Misto di ciliege, nespole, fragole	120
Banana	1 intera
Pera	120
Arance	120
Mandarini	120
	120


24.07.12

Torta con frutta fresca	100
Gelato	100

NOTA BENE



- La frutta e le verdure dovranno essere utilizzate in rapporto alle stagioni, utilizzando prioritariamente prodotti di stagione.



- La torta e la macedonia dovranno essere preparate esclusivamente con frutta fresca.
- Ogni cottura analoga alla frittura deve essere realizzata in forni a termoconvezione
- Il sale per l'uso da tavola dovrà essere iodato di cui ,



26.07.12