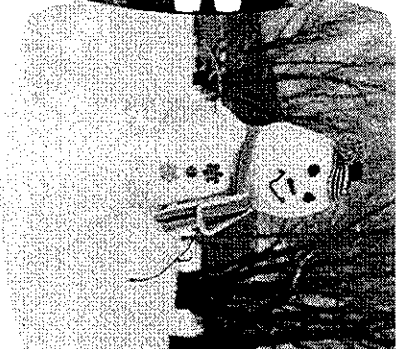
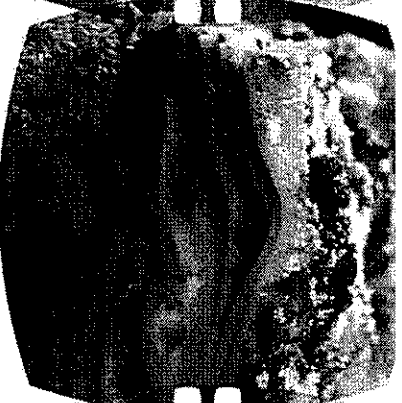


# markas food menu

**INVERNALE**

DA OTTOBRE A MARZO



**LUNEDÌ**

**MARTEDÌ**

**MERCOLEDÌ**

**GIOVEDÌ**

**VENERDÌ**

**1<sup>a</sup>**  
 Pasta alla norma  
 Prosciutto cotto  
 Insalata verde  
 Frutta di stagione

Riso e piselli  
 Boccconcini di pollo  
 Patate al forno  
 Frutta di stagione

Tortellini al ragù  
 Mozzarella  
 Pomodori  
 Frutta di stagione

Pasta al pesto  
 Salsiccia di vitello  
 Carote lesse  
 Frutta di stagione

Pasta e ceci  
 Quick  
 Fagioli\* all'olio  
 Frutta di stagione

**2<sup>a</sup>**  
 Passato di verdura\* con riso  
 Prosciutto cotto  
 Carote crude  
 Frutta di stagione

Pasta al pomodoro  
 Salsiccia di pollo  
 Insalata mista  
 Frutta di stagione

Pasta e lenticchie  
 Tonno, all'olio  
 Pomodori  
 Frutta di stagione

Pasta al forno  
 Boccconcini di manzo  
 Patate al forno  
 Frutta di stagione

Pasta e patate  
 Ricotta  
 Zucchine\* infolate  
 Frutta di stagione

**3<sup>a</sup>**  
 Gnocchetti alla sorrentina  
 Mozzarella  
 Pomodori  
 Frutta di stagione

Pasta e lenticchie  
 Hamburger  
 Fagiolini\* all'olio  
 Frutta di stagione

Pasta al forno  
 Boccconcini di pollo  
 Patate al forno  
 Frutta di stagione

Minestrone con pasta  
 Prosciutto cotto  
 Insalata verde  
 Frutta di stagione

Riso con piselli  
 Bastoncini di pesce\*  
 Carote julienne  
 Frutta di stagione

**4<sup>a</sup>**  
 Risotto ai funghi  
 Quick  
 Insalata mista  
 Frutta di stagione

Pasta e fagioli  
 Arrotolato di tacchino  
 Patate all'olio  
 Frutta di stagione

Pasta e patate  
 Mozzarella  
 Carote lesse  
 Frutta di stagione

Pasta al ragù  
 Polpetta  
 Insalata verde  
 Frutta di stagione

Pasta e lenticchie  
 Tonno all'olio

**SCUOLA DELL'INFANZIA 2015/2016**

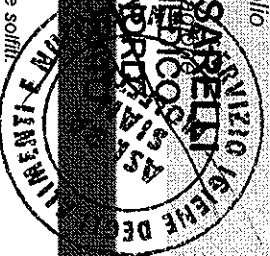
**COMUNE DI MOLFETTA**

Tutti i pasti vengono completati con pane e frutta fresca di stagione

Le preparazioni gastronomiche potrebbero contenere tracce di: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesci, arachidi, soia, latte e lattosio, frutta con guscio, semi di sesamo, sedano, senape e soia.

\* Materia prima di base congelata e/o surgelata.

Aggiornato in data 23/10/2015 - Validato da: Ilentia chimera



**DR. ELIO MASSARELLI**  
 DIRIGENTE  
 SIAN AREA

**MENU' INVERNALE SCUOLE D'INFANZIA DI MOLFETTA  
ANNO SCOLASTICO 2015-2016 (OTTOBRE - MARZO)**

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO DI IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

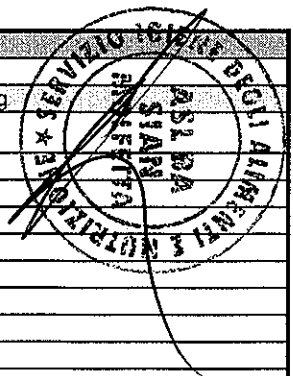
DIRETTORE U.O.C. DOTT. MASSARELLI

**PRIMA SETTIMANA**

PIATTO	INGREDIENTI	GRAMMATURA
<b>LUNEDI'</b>		
PASTA ALLA NORMA	Pasta di semola	50 g
	Pomodori pelati	60 g
	melanzane	20 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PROSCIUTTO COTTO	prosciutto cotto	60 g
INSALATA VERDE	Iceberg	50 g
	Olio extravergine di oliva	5 g.
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

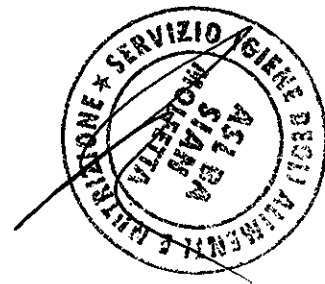
<b>MARTEDI'</b>		
RISO CON PISELLI	Riso	30 g
	Piselli	15 g
	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.
	Preparato per brodo (senza glutammato)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
BOCCONCINI DI POLLO	sottocoscia disossata senza pelle	70 g
	pomodori freschi	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PATATE AL FORNO	Patate	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Aromi misti	q.b.
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>MERCOLEDI'</b>		
TORTELLINI AL RAGU'	Tortellini ripieni di carne	70 g
	Pomodori pelati	120 g
	Carne trita	25 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
	Grana padano	5 g
MOZZARELLINE	mozzarelline	60 g
POMODORI	Pomodori	50 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g



GIOVEDÌ		
PASTA AL PESTO	Pasta di semola	70 g
	Pesto	10 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
SALSICCIA DI VITELLO	Salsiccia di vitello fresca	60 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	sale	q.b.
CAROTE LESSE	Carote	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

VENERDÌ		
PASTA E CECI	Pasta	30 g
	Ceci	15 g
	brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.
	preparato per brodo (senza glutammato)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
QUICK	Quick	70 g.
FAGIOLINI ALL'OLIO	Fagiolini	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g



**MENU' INVERNALE SCUOLE D'INFANZIA DI MOLFETTA  
ANNO SCOLASTICO 2015-2016 (OTTOBRE - MARZO)**

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO DI IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DIRETTORE U.O.C. DOTT. MASSARELLI

**SECONDA SETTIMANA**

PIATTO	INGREDIENTI	GRAMMATURA
<b>LUNEDI'</b>		
PASSATO DI VERDURA CON RISO	Misto di verdure (carote,sedano,patate,cipolla)	70 g
	riso	30 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	sale	q.b.
PROSCIUTTO COTTO	Prosciutto cotto	60 g
CAROTE CRUDE	Carote	70 g
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>MARTEDI'</b>		
PASTA AL POMODORO	Pasta	70 g
	Pomodori pelati	15 g
	carote,sedano,cipolla,aromi	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
SALSICCIA DI POLLO	Salsiccia di pollo fresca	60 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	sale	q.b.
INSALATA MISTA	Iceberg	50
	Carote	20 g
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

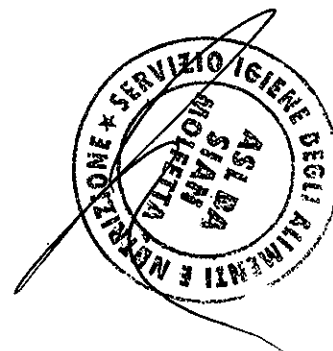


<b>MERCOLEDI'</b>		
PASTA E LENTICCHIE	Pasta	30 g
	Lenticchie secche	15 g
	Brodo vegetale (carote,sedano,aglio,aromi)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
TONNO ALL'OLIO	tonno all'olio	80 g
POMODORI	Pomodori	50 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>GIOVEDI'</b>		
PASTA AL FORNO	Pasta	40 g
	Carne trita	15 g
	Pomodori pelati	q.b.
	Carote,sedano,cipolla	q.b.

	mozzarella	15 g
	Olio extra vergine d'oliva	4 g
	Sale	q.b.
<b>BOCCONCINI DI MAIALE</b>	Lonza di maiale	60 g
	Aromi per arrosto	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	carote, sedano, cipolla, aromi	q.b.
	Sale	q.b.
<b>PATATE AL FORNO</b>	Patate	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Aromi misti	q.b.
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>VENERDI</b>		
<b>PASTA E PATATE</b>	Pasta	30 g
	Patate	20 g
	Cipolle	5 g
	Aglio	q.b.
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>RICOTTA</b>	Ricotta vaccina	70 g
<b>ZUCCHINE TRIFOLATE</b>	zucchine	60 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	aromi	q.b.
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g



**MENU' INVERNALE SCUOLE D'INFANZIA DI MOLFETTA  
ANNO SCOLASTICO 2015-2016 (OTTOBRE - MARZO)**

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO DI IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DIRETTORE U.O.C. DOTT. MASSARELLI

**TERZA SETTIMANA**

PIATTO	INGREDIENTI	GRAMMATURA
<b>LUNEDI'</b>		
<b>GNOCCHETTI ALLA SORRENTINA</b>	Pasta di piccolo formato	60 g
	pomodori pelati	80 g
	mozzarella	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>MOZZARELLINE</b>	Mozzarelline	60 g
<b>POMODORI</b>	Pomodori	50 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g



<b>MARTEDI'</b>		
<b>PASTA E LENTICCHIE</b>	Pasta	30 g
	Lenticchie	15 g
	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla, aromi)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>HAMBURGER AL FORNO</b>	Carne trita	50 g
	Uova	5 g
	Grana padano	5 g
	Pane grattugiato	3 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>FAGIOLINI ALL'OLIO</b>	Fagiolini	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>MERCOLEDI'</b>		
<b>PASTA AL FORNO</b>	Pasta	40 g
	Carne trita	15 g
	Pomodori pelati	q.b.
	Carote, sedano, cipolla	q.b.
	mozzarella	15 g
	Olio extra vergine d'oliva	4 g
	Sale	q.b.
	<b>BOCCONCINI DI POLLO</b>	sottocoscia disossata senza pelle

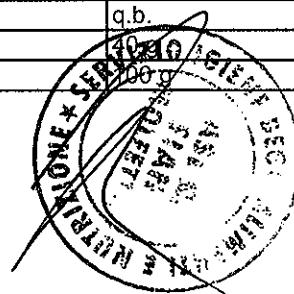
	pomodori freschi	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>PATATE AL FORNO</b>	Patate	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Aromi misti	q.b.
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g

### GIOVEDI'

<b>MINISTRONE CON PASTA</b>	Pasta	20 g
	Misto di verdure (carote, sedano, patate, cipolla ecc)	30 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
	Broccoli	15 g
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>	prosciutto cotto	60 g
<b>INSALATA VERDE</b>	Iceberg	50 g
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g

### VENERDI'

<b>RISO CON PISELLI</b>	Riso	30 g
	Piselli	15 g
	Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.
	Preparato per brodo (senza glutammato)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>BASTONCINI DI PESCE</b>	bastoncini di pesce	70 g
<b>CAROTE JULIENNE</b>	Carote	70 g
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
<b>PANE</b>	Pane	40 g
<b>FRUTTA</b>	Frutta fresca di stagione	100 g



**MENU' INVERNALE SCUOLE D'INFANZIA DI MOLFETTA  
ANNO SCOLASTICO 2015-2016 (OTTOBRE - MARZO)**

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO DI IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DIRETTORE U.O.C. DOTT. MASSARELLI

**QUARTA SETTIMANA**

PIATTO	INGREDIENTI	GRAMMATURA
<b>LUNEDI'</b>		
RISOTTO AI FUNGHI	Riso bianco	60 g
	funghi	20 g
	carote, sedano, cipolla, aromi (brodo vegetale)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	pomodori pelati	q.b.
	Sale	q.b.
QUICK	Quick	70 g.
INSALATA MISTA	Iceberg	50
	Carote	20 g
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>MARTEDI'</b>		
PASTA E FAGIOLI	Pasta	60 g
	Fagioli borlotti secchi	15 g
	Pomodori pelati	20 g
	Preparato per brodo (senza glutammato)	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
ARROTOLATO DI TACCHINO	Fesa di tacchino	60 g
	Aromi misti	q.b.
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PATATE ALL'OLIO	Patate	70 g
	Olio extravergine di oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>MERCOLEDI'</b>		
PASTA E PATATE	Pasta	30 g
	Patate	20 g.
	Cipolle, sedano, sale	q.b.
	Olio extravergine di oliva	5 g
MOZZARELLINE	mozzarelline	60 g
CAROTE LESSE	Carote	70 g
	Olio extra vergine d'oliva	5 g
	Sale	q.b.
PANE	Pane	40 g
FRUTTA	Frutta fresca di stagione	100 g

<b>GIOVEDI'</b>		
PASTA AL RAGU'	Pasta	40 g

