



COMUNE DI GALLICANO NEL LAZIO
Provincia di Roma

Via Tre Novembre, 7 – 00010 GALLICANO NEL LAZIO (RM)

AREA "A" – SERVIZI AL CITTADINO E ALLE IMPRESE

***SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA PER LA
SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA***

*DURATA QUADRIENNALE
OPZIONE ULTERIORE RIPETIZIONE
DURATA TRIENNALE*

COMUNE DI GALLICANO NEL LAZIO

Approvato con Deliberazione

di GIUNTA COMUNALE n° 142 del 14/12/2014

***TABELLE
DIETETICHE E MENÙ***

Allegato "2" del Capitolato Speciale Descrittivo e Prestazionale



MENÙ INVERNALE

| | 1^ SETTIMANA | 2^ SETTIMANA | 3^ SETTIMANA | 4^ SETTIMANA | 5^ SETTIMANA |
|-----------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------|---------------------------|
| Lunedì | Tagliatelle al pomodoro | Pasta al burro e parmigiano | Pasta al pomodoro | Riso burro e parmigiano | Rigatoni burro e salvia |
| | Philadelfia | Straccetti di Vannino | Stracchino | Arista di maiale | Formaggio |
| | Insalata mista con pomodoro | Patate al forno | Zucchine trifolate | Fagiolini all'agro | Bieta all'agro |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Succo di frutta |
| Martedì | Pizza | Spaghetti al pomodoro | Pasta e lenticchie | Fusilli al ragù di carne | Pasta al forno |
| | Prosciutto cotto | Omelette al forno | Cosce di pollo al forno | Grana | Prosciutto crudo |
| | Insalata | Insalata verde | Spinaci all'olio | Patate al forno | Insalata verde |
| | Frutta di stagione | Yogurt alla frutta | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| Mercoledì | Pasta al sugo | Brodo vegetale con pastina | Pizza margherita | Pasta pomodoro e basilico | Riso al burro |
| | Platessa al forno | Triangoli di merluzzo | Prosciutto cotto | Birbe di pollo | Prosciutto crudo |
| | Fagiolini | Bieta all'agro | Insalata | Spinaci all'agro | Insalata verde |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Yogurt | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| Giovedì | Risotto con zucca | Pasta e fagioli | Pasta burro e parmigiano | Pasta e patate | Pennette al ragù vegetale |
| | Prosciutto crudo | Mozzarella | Straccetti di vannino | Bastoncini di pesce | Fesa di tacchino e aromi |
| | Patate al forno | Carote in insalata | Patate lesse | Carote julienne | Insalata mista |
| | Yogurt | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| Venerdì | Pasta al ragù di verdure | Risotto al pomodoro | Minestre di verdure pastina | Agnolotti al sugo | Risotto ai spinaci |
| | Arista al forno | Birbe di pollo | Filetti platessa alla mugnaia | Affettati misti | Frittata |
| | Carote lesse | Spinaci all'olio | Purea di patate | Bieta all'olio | Carote lesse |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione |

N.B. Pane tutti i giorni

**MENÙ ESTIVO**

| | 1^ SETTIMANA | 2^ SETTIMANA | 3^ SETTIMANA | 4^ SETTIMANA | 5^ SETTIMANA |
|------------------|--------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| Lunedì | Pasta al pomodoro | Riso al parmigiano | Fusilli alla marinara | Penne burro e parmigiano | Risotto burro e salvia |
| | Vannino alla pizzaiola | Tonno | Frittata con zucchine | Filetto di sogliola al limone | Mozzarella |
| | Insalata verde | Insalata al pomodoro | Fagiolini all'agro | Purè | Insalata al pomodoro |
| | Gelato | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Succo di frutta |
| Martedì | Pasta e patate | Pasta al pomodoro | Pennette al tonno | Riso al pomodoro | Pasta al forno |
| | Bastoncini di merluzzo | Frittata | Mozzarella | Vannino | Prosciutto crudo |
| | Spinaci | Insalata mista | Insalata di finocchi | Bietolina all'agro | Insalata verde |
| | Frutta di stagione | Gelato | Budino | Succo di frutta | Frutta di stagione |
| Mercoledì | Risotto al pomodoro | Pasta al forno | Pizza margherita | Gnocchetti sardi al ragù di carne | Riso al burro |
| | Fusi di pollo | Caprese | Prosciutto cotto | Cotoletta di pollo | Triangoli di merluzzo |
| | Piselli | | Spinaci | Insalata mista | Purè |
| | Frutta di stagione | Succo di frutta | Gelato | Frutta di stagione | Frutta di stagione |
| Giovedì | Pizza margherita | Gnocchetti ricotta e pomodoro | Pasta in bianco | Pasta al pomodoro e basilico | Pennette al ragù vegetale |
| | Prosciutto crudo | Spezzatino | Petto di pollo | Frittata | Fesa di tacchino agli aromi |
| | Insalata verde | Spinaci | Carote | Pomodori e insalata | Insalata mista |
| | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Gelato | Frutta di stagione |
| Venerdì | Pasta al tonno in bianco | Brodo vegetale con pastina | Tortellini al pomodoro | Passato di verdura con riso | Risotto al pomodoro |
| | Crocchette di patate | Polpette di pesce | Triangoli di merluzzo | Polpette di carne | Frittata |
| | Bieta all'olio | Insalata | Insalata verde | Patate all'olio | Carote lesse |
| | Succo di frutta | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Gelato |

N.B. Pane tutti i giorni



GRAMMATURA PER PASTO DEI GENERI ALIMENTARI

| PRODOTTI | GRAMMATURA (gr) | | |
|---|-----------------|----------|--------|
| | INFANZIA | PRIMARIA | ADULTI |
| PANE | 50 | 70 | 100 |
| PASTA, RISO (asciutti) | 60 | 70 | 100 |
| PASTA, RISO (minestra) | 30 | 35 | 50 |
| GNOCCHI DI PATATE | 120 | 140 | 170 |
| CANNELLONI | 100 | 120 | 170 |
| LASAGNE | 60 | 80 | 120 |
| RAVIOLI | 60 | 80 | 120 |
| TORTELLINI (asciutti) | 60 | 80 | 120 |
| TORTELLINI (minestra) | 40 | 50 | 80 |
| CARNE BOVINO, VANNINO, SUINO | 70 | 90 | 150 |
| CARNE MACINATA | 60 | 80 | 130 |
| POLLAME CON OSSA | 170 | 190 | 220 |
| PETTI DI POLLO O TACCHINO | 60 | 90 | 130 |
| CONIGLIO (infanzia e primaria senza ossa) | 100 | 150 | 230 |
| PESCE (intero) | 90 | 110 | 150 |
| TONNO SOTT'OLIO SGOCCIOLATO | 55 | 65 | 80 |
| TONNO PER PASTA | 20 | 20 | 40 |
| PROSCIUTTO CRUDO / SALUMI | 40 | 45 | 75 |
| UOVA | 1 | 1 | 1 |
| FORMAGGIO PASTA SEMIDURA | 50 | 70 | 100 |
| FORMAGGIO PASTA MOLLE | 70 | 80 | 120 |
| INSALATA VERDE | 60 | 80 | 150 |
| INSALATA DI POMODORI | 60 | 70 | 150 |
| INSALATA DI FINOCCHI | 100 | 110 | 150 |
| VERDURA COTTA | 100 | 150 | 200 |
| VERDURA PER MINESTRA | 70 | 100 | 150 |
| PATATE PER MINISTRONE | 20 | 20 | 50 |
| BIETA PER MINISTRONE | 20 | 20 | 50 |
| CAROTE PER MINISTRONE | 20 | 20 | 50 |
| ODORI PER MINISTRONE | 10 | 10 | 15 |
| LEGUMI FRESCHI CONTORNO / MINESTRA | 70 | 80 | 100 |
| LEGUMI SECCHI CONTORNO / MINESTRA | 40 | 50 | 80 |
| PATATE PER CONTORNI | 100 | 120 | 150 |
| FUNGHI FRESCHI PER RISOTTO | 30 | 30 | 50 |
| ZUCCHINE PER FRITTATA | 20 | 20 | 50 |
| POMODORI PER SALSA | 50 | 50 | 60 |
| POMODORI PER MINISTRONE | 25 | 25 | 30 |
| OLIO / BURRO (per condire) | 8 | 10 | 20 |
| AROMI NATURALI | 10 | 10 | 20 |
| PARMIGIANO (per condire) | 5 | 8 | 15 |
| ZAFFERANO | 0,012 | 0,012 | 0,012 |
| FRUTTA | 100 | 150 | 180 |
| LATTE | 100 | 100 | 250 |
| FETTE BISCOTTATE | n. 3 | n. 3 | n. 3 |
| GELATO ALLA FRUTTA | 125 | 125 | 125 |
| YOGURT | 125 | 125 | 125 |
| PIZZA POMODORO E MOZZARELLA | 150 | 150 | 200 |