

REGIONE CAMPANIA
AZIENDA SANITARIA NAPOLI 2 NORD
DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione
Direttore: Dott. Luigi Castellone



Settore Nutrizione
Via Corrado Alvaro, 6
Monteruscello - Pozzuoli
Tel. 081/18840680

Comune di ISCHIA - MENU PRIMAVERA/ESTATE SCUOLA
INFANZIA/PRIMARIA A.S. 2022- 2023
SCUOLA MEDIA STATALE G. SCOTTI DI ISCHIA

COMUNE DI ISCHIA

E

Protocollo N.0028613/2022 del 18/07/2022

MENU AUTNNO – INVERNO

		GIORNO 1	GIORNO 2
Mese 1	Settimana 1	Pasta integrale con zucca Petto di pollo ai ferri Insalata;	Pasta al pomodoro e ricotta magra Nasello gratinato Zucchine al vapore;
	Settimana 2	Farro o Riso con minestrone Frittata Carote al vapore.	Risotto con zucca Bocconcini pollo al limone Insalata
	Settimana 3	Pasta e patate Fesa di tacchino Carote in umido	Tortelli in brodo vegetale Arrosto di vitella Carote al vapore
	Settimana 4	Pasta con fagioli Petto di pollo ai ferri Broccoli bolliti	Pasta in bianco con olio evo a crudo, prezzemolo e parmigiano Salmone ai ferri Spinaci bolliti

Mese 2	Settimana 1	Pasta con lenticchie Uovo sodo Cuori di carciofo in umido	Risotto con vellutata di zucca e porro Hamburger di manzo ai ferri Insalata con finocchi
	Settimana 2	Risotto con pesto di spinaci Platessa al limone Insalata con finocchi e carote julienne	Pasta integrale al sugo di pomodoro Frittatina Cavolfiore bollito
	Settimana 3	Gnocchi al pomodoro e basilico Ricotta e prosciutto crudo dolce Zucchine al vapore	Pasta con cuori di carciofo Totani e piselli
	Settimana 4	Pasta con broccoli baresi Merluzzo in umido	Pasta in bianco con olio evo a crudo, prezzemolo e parmigiano Roastbeef al forno

COMUNE DI ISCHIA

Protocollo N.0028613/2022 del 18/07/2022

		Carote in umido	Insalata con finocchi
Mese 3	Settimana 1	Risotto al radicchio Frittata Scarola stufata	Passato di verdure di stagione Purè di patate Carne alla pizzaiola
	Settimana 2	Pasta con fagioli cannellini o borlotti Prosciutto crudo dolce ed insalata	Tortelli in brodo vegetale Platessa panata al forno Cavolfiore bollito;
	Settimana 3	Patate al forno Pollo al forno Broccoli al vapore	Pasta con piselli Frittata con zucchine Insalata con finocchi
	Settimana 4	Passato di verdure di stagione Polpette di manzo in umido	Pasta integrali con broccoli baresi Salmone ai ferri Spinaci bolliti

MENU PRIMAVERA -ESTATE

		GIORNO 1	GIORNO 2
Mese 1	Settimana 1	Cous cous con tris verdure stufate (peperoni melanzane zucchine) Bresaola e rucola	Riso con piselli Scaloppina al limone Fagiolini bolliti
	Settimana 2	Risotto con zucchine e limone Mozzarella e pomodori	Pasta in bianco con olio evo a crudo, prezzemolo e parmigiano Polpette al sugo Spinaci bolliti
	Settimana 3	Insalatona con tonno, uovo sodo, patate, formaggio svizzero, ortaggi misti.	Pasta integrale al pomodoro capperi e olive nere Merluzzo al forno Fagiolini e carote bolliti
	Settimana 4	Pasta fredda con pomodori, olive, capperi, scaglie grana Dop Hamburger tacchino Insalata	Penne al pesto di basilico Nasello in umido Insalata con cetrioli e carote

Mese 2	Settimana 1	Pasta in bianco con olio evo a crudo, prezzemolo e parmigiano Polpette al sugo Spinaci	Riso integrale all'insalata Uovo sodo Zucchine grigliate «alla scapece»
	Settimana 2	Pasta al sugo, olive e capperi Frittata Fagiolini bolliti;	Fusilli con crema di peperoni e capperi Lampuga o merluzzo al forno Insalata
	Settimana 3	Penne integrali al pesto di basilico Nasello in umido Insalata con carote e cetrioli	Pasta con zucchine Robiola; Pomodori all'insalata
	Settimana 4	Riso con piselli; Hamburger pollo Melanzane e zucchine grigliate	Gateau di patate Bresaola , rucola , pomodorini e scaglie di grana DOP

COMUNE DI ISCHIA

E

Protocollo N.0028613/2022 del 18/07/2022

Mese 3	Settimana 1	Riso con fagioli Fagiolini bolliti con tonno e pomodori	Farro all'insalata con salmone affumicato, zucchine, limone e menta Fesa di tacchino Peperoni gratinati
	Settimana 2	Pasta integrale al pomodoro e melanzane Mozzarella e prosciutto crudo Pomodori all'insalata	Ravioli con spinaci al sugo Frittata Insalata
	Settimana 3	Riso e piselli 1uovo sodo Insalata	Pasta in bianco con olio evo a crudo, prezzemolo e parmigiano Scaloppina al limone Zucchine grigliate «alla scapece»
	Settimana 4	Fusilli al pesto di basilico Ricotta magra Fagiolini e patate	Patate al forno Pollo al forno Insalata

N.B. panino tipo rosetta da g. 50 (1 volta a settimana integrale). Acqua minerale ml 250. Sale iodato q.b. Frutta fresca di stagione gr 150 . Olio extravergine di oliva gr 10/15. Un giorno a settimana prevedere l'utilizzo di alimenti biologici. **Si rimanda al file allegato il controllo delle tabelle dietetiche con la composizione dei pasti e le relative grammature.**