



Dipartimento di Prevenzione AUSL PESCARA
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Direttore ad interim: dott.ssa Adelina Stella
Largo Luma, tel 0854253953/01; Fax 0854253906
SCUOLA PRIMARIA A. S.2020- 2021 PRIMAVERA ESTATE
COMUNE di SPOLTIORE



I ^ SETTIMANA		II ^ SETTIMANA	
ALIMENTI	GR.	ALIMENTI	GR.
Lunedì		Lunedì	
PASTA POMODORO e BASILICO:		PASTA al POMODORO:	
Pasta	80	Pasta	70
Pelati	45	Pelati	45
Parmigiano	5	Parmigiano	5
PETTO di TACCHINO alla SALVIA	80	BOCCONCINI di POLLO CROCCANTI	100
VERDURE in TEGLIA	90	INSALATA di POMODORI	90
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
Martedì		Martedì	
PASTA e PISELLI:		RISOTTO GAMBERETTI e ZUCCHINE:	
Pasta	70	Riso	70
Pelati	45	Gamberi	40
Legumi	40	Parmigiano	5
FRITTATA al FORNO con MOZZ.	1r+2b+40	CRESCENZA/TOCCHI di PARMIGIANO	70
CAROTE alla JULIENNE	90	INSALATA MISTA	70
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
DOLCE	40		
Mercoledì		Mercoledì	
PASTA in BIANCO:		PASTA con CREMA di CARCIOFI:	
Pasta	70	Pasta	80
Olio	6	Crema di Carciofi	Q.B.
Parmigiano	5	Parmigiano	5
HAMBURGER	80	POLPETTE di MAIALE	90
INSALATA MISTA con POMODORI	80	CAROTE alla JULIENNE	80
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE + FRUTTA	50+150
FRUTTA	150	DOLCE	40
Giovedì		Giovedì	
PASTA al PESTO:		PASTA con LEGUMI:	
Pasta	70	Pasta	70
Pesto	Q.B.	Pelati	45
Parmigiano	5	Legumi	40
PROSCIUTTO CRUDO	70	FRITTATA al Forno	1r+2b
INSALATA Lattuga, carote, finocchi	80	PATATE al FORNO	90
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
Venerdì		Venerdì	
RISOTTO agli ASPARAGI:		PASTA al POMODORO e OLIVE:	
Riso	70	Pasta	70
Asparagi	40	Pelati+Parmigiano	45+5
Parmigiano	5	Olive	40
MERLUZZO GRATINATO al FORNO	130	POLPETTE di PESCE al POMODORO:	130
Pesce		Pelati	40
FAGIOLINI	90	ZUCCHINE TRIFOLATE	80
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150

Dr. Martina CALABRESI

DIETISTA
S.I.A.N. PESCARA

Martina Calabrese



III ^ SETTIMANA		IV ^ SETTIMANA	
ALIMENTI	GR.	ALIMENTI	GR.
Lunedì		Lunedì	
PASTA ORTOLANA o MEDITERRANEA		PASTA POMODORO e MELANZANE:	
Pasta	70	Pasta	70
Verdure	40	Pomodoro+Melanzane	30+30
Parmigiano	5	Parmigiano	6
FRITTATA al FORNO	1r+2b	PROSCIUTTO COTTO	60
CAROTE e FINOCCHI alla JULIENNE	90	CAROTE e PATATE LESSE	40+40
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
Martedì		Martedì	
TAGLIATELLE Pomodoro e BASILICO		RISOTTO con ZAFFERANO:	
Pasta	70	Riso	70
Pelati+Parmigiano	45+5	Parmigiano	5
SCALOPPINA/SPEZZATINO VITELLO	5	Zafferano	Q.B.
VERDURA in TEGLIA	70	ARISTA di VITELLO	90
Olio	30	LATTUGA e POMODORI	30+40
PANE	6	Olio	6
FRUTTA	50	PANE	50
	150	FRUTTA	150
Mercoledì		Mercoledì	
RISOTTO PISELLI e ZAFFERANO:		PASTA/FARRO con LEGUMI ed ORTAGGI	60+70
Riso	80	IN INSALATA	Legumi
Piselli + Parmigiano	40+5	Ortaggi	30
CILIEG MOZZARELLA/CACIOTTA	80	FRITTATA al FORNO con PATATE	40
INSALATA MISTA +POMODORINI	30+50	PATATE	1r+2b
Olio	6	LATTUGA a STRISCIOLINE	40
PANE	50	Olio	70
FRUTTA	150	PANE	6
		FRUTTA	50
		DOLCE	150+40
Giovedì		Giovedì	
MINISTRONE con PASTA:		RISOTTO PRIMAVERA/INSAL. Di RISO	
Pasta	60	Riso	70
Verdura+Patate	40+50	Verdure/Mozzarella	50+30
Pelati+Parmigiano	45+5	COTOLETTA di POLLO al FORNO	90
Fagioli	40	CAROTE e FINOCCHI alla JULIENNE	50+40
ROLLE' di TACCHINO	90	Olio	6
FAGIOLINI	6	PANE	50
PANE+FRUTTA	50+150	FRUTTA	150
DOLCE	40		
Venerdì		Venerdì	
PASTA in BIANCO:		PASTA al POMODORO:	
Pasta	70	Pasta	70
Olio	45	Pelati	45
Parmigiano	5	Parmigiano	5
CROCCHETTE di PESCE	90	FILETTI di PLATESSA al FORNO	130
CAROTE alla JULIENNE	40+30	PISELLI	100
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150

CA. I. I. I. CALABRESI

DIETISTA
S.I.A.N. PESCARA

Adelina Calabrese



Dipartimento di Prevenzione AUSL PESCARA
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Direttore ad interim : Dott.ssa Adelina Stella
Largo Lama, tel 0854253953/01; Fax 0854253906
SCUOLA PRIMARIA A. S.2020- 2021 AUTUNNO-INVERNO
COMUNE di SPOLTRE



I ^ SETTIMANA		II ^ SETTIMANA	
ALIMENTI	GR.	ALIMENTI	GR.
Lunedì		Lunedì	
PASTA POMODORO e BASILICO:		PASTA al PESTO:	
Pasta	60	Pasta	70
Pelati	45	Pesto	Q.B.
Parmigiano	5	Parmigiano	5
ROLLE' di TACCHINO	80	SFORMATO di PATATE: Patate+Uovo	80+1
BIETA LESSA Olio e LIMONE	90	Mozzarella+Parmig.	30+5
Olio	6	SPINACI al Parmigiano	60+5
PANE	50	Olio	6
FRUTTA	150	PANE	50
		FRUTTA	150
Martedì		Martedì	
TAGLIOLINI/sagne con LEGUMI:		TORTELLINI al POMODORO:	
Pasta	60	Pasta	70
Pelati	45	Pelati	45
Legumi	40	Parmigiano	5
FRITTATA al FORNO con MOZZ.	1r+2b+30	CILIEGINE di MOZZ. / CACIOTTA	70
CAROTE alla JULIENNE	90	INSALATA MISTA	70
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
DOLCE	40		
Mercoledì		Mercoledì	
MINISTRONE di Pasta: Pasta	60	ORZO o PASTA con LEGUMI:	
Verdura+Patate	50+40	Orzo o Pasta	60
Fagioli	30	Pelati	45
Parmigiano +Pelati	5+45	Legumi	40
FETTINE alla PIZZAIOLA	80	PROSCIUTTO COTTO	60
Pelati	40	PATATE al FORNO	80
FINOCCHI GRATINATI	80	Olio	7
Olio	5	PANE	50
PANE	50	FRUTTA	150
FRUTTA	150		
Giovedì		Giovedì	
PASTA con TONNO:		RISO con Broccoli o Cime di Rapa:	
Pasta	60	Riso	60
Pelati	45	Broccoli	40
Tonno	40	Parmigiano	5
PARMIGIANO a tocchi o in scaglie	70	BOCCONCINI di POLLO CROCCANTI	80
INSALATA Lattuga, carote, finocchi	80	FINOCCHI GRATINATI	80
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
		DOLCE	40
Venerdì		Venerdì	
RISOTTO alla ZUCCA:		PASTA al POMODORO e RICOTTA:	
Riso	70	Pasta	70
Zucca	40	Pelati+Parmigiano	45+5
Parmigiano	5	Ricotta	30
POLPETTE di PESCE al POMODORO		BASTONCINI di PESCE	130
Pesce	120	CAROTE alla JULIENNE	90
Pelati	40	Olio	6
LATTUGA a STRISCIOLINE	60	PANE	50
Olio	6	FRUTTA	150
PANE	50		
FRUTTA	150		

Dr. ~~Enrica~~ CALABRESA

DIETISTA

S.I.A.N. PESCARA

Adelina Calabrese



Dipartimento di Prevenzione AUSL PESCARA
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Direttore ad interim : dott.ssa Adelina Stella
Largo Lama , tel 0854253953/01; Fax 0854253906
MENU SCUOLA PRIMARIA 2020-2021 AUTUNNO-INVERNO
COMUNE di SPOLTORE



III ^ SETTIMANA		IV ^ SETTIMANA	
ALIMENTI	GR.	ALIMENTI	GR.
Lunedì		Lunedì	
RISOTTO alla ZUCCA:		PASTA all'ORTOLANA:	
Riso	70	Pasta	70
Zucca	40	Verdure	Q.B.
Parmigiano	5	Parmigiano	5
SCALOPPINA di TACCHINO	90	SPEZZATINO di VITELLO alla GENOVESE	80
CAVOLFIORI GRATINATI	90	BIETOLA/SPINACI al limone	90
Olio	6	Olio	6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150
Martedì		Martedì	
TAGLIATELLE al RAGU' di CARNE:		PASTA e PISELLI:	
Pasta	70	Pasta	60
Pelati+Parmigiano	45+5	Pelati	45
Macinato	5	Piselli	40
POLPETTE RICOTTA		POLPETTE di TONNO	70
Ricotta	90	CAROTE JULIENNE e CAPPUCCIO	90
SPINACI	80	Olio	6
Olio	6	PANE + FRUTTA	50+150
PANE	50	DOLCE	40
FRUTTA	150		
Mercoledì		Mercoledì	
PASTA in BIANCO OLIO e PARMIGIANO		RISOTTO con ZUCCHINE:	
Pasta	70	Riso	80
Olio	5	Zucchine+Parmigiano	30+5
Parmigiano	5	FRITTATA al FORNO	1r+2b
BOCCONCINI di CARNE in UMIDO	80	CAVOLFIORI	80
BIETOLA LESSA	90	Olio	6
Olio e Limone	6	PANE	50
PANE + FRUTTA	50+150	FRUTTA	150
DOLCE	40		
Giovedì		Giovedì	
ORZO o PASTA con LEGUMI:		QUADRUCCI in BRODO VEGETALE:	
Orzo o Pasta	70	Pasta	70
Pelati+Legumi	45+40	Parmigiano	5
FRITTATA al Forno con PATATE	1r+2b	COTOLETTA di POLLO al FORNO	90
Patate	40	INSALATA MISTA	70
CAROTE alla JULIENNE	90	Olio	6
Olio	6	PANE	50
PANE	50	FRUTTA	150
FRUTTA	150		
Venerdì		Venerdì	
MINISTRONE con PASTA:		MINISTRONE con RISO:	
Pasta	50	Riso	60
Pelati+Parmigiano	45+5	Pelati+Parmigiano	45+5
Verdura+Patate	40+50	Verdura+Patate	50+40
Fagioli	30	Fagioli	30
CROCCHETTE di PESCE	90	MERLUZZO GRATINATO al FORNO	130
PURE':		PURE':	
Patate+Latte	70+80	Patate	70
Parmigiano+ Olio	6+6	Olio	6
		Latte+Parmigiano	80+6
PANE	50	PANE	50
FRUTTA	150	FRUTTA	150

Dr. Maria CALABRESA

DIETISTA
S.I.A.N. PESCARA

Maria Calabrese