

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

1° SETTIMANA MENU' INVERNALE

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'	Pasta al pomodoro-	Pasta di semola	40g	50g	50g o 60g
	Mozzarella	Passato di pomodori	q.b.	q.b.	q.b.
	Spinaci		60g	90g	90g
	Pane'	Mozzarella	50g	60g	60g
	Frutta di stagione	Spinaci	100g	150g	150g
MARTEDI'	Pasta e fagioli	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Scaloppina di pollo	Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
	Fagiolini	Fagioli cotti sgocciolati	60g	90g	90g
	Pane	Pollo	60g	80g	80g
	Frutta di stagione	Aromi: sedano, carota, cipolla, farina, vino bianco	q.b.	q.b.	q.b.
MERCOLEDI'		Fagiolini	100g	150g	150g
		Burro	3g	3g	3g
	Pasta con pesto	Pasta di semola	40g	50g	50g
	Frittata	Pesto	15 g	20g	20g
	Carote all'insalata e finocchi	Frittata uova, latte, parmigiano	60g	60g	60g
	Pane		5g	5g	5g
	Frutta di stagione	Carote e finocchi	100g	150g	150g
	Lasagna alla bolognese	Pasta di semola	50g	60g	60g
	Prosciutto cotto	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
		Carne macinata di bovino e Parmigiano grattugiato	20g	30g	30g
		Prosciutto cotto confezionato senza allergeni, glutine e lattosio	5g	5g	5g
			30g	40g	50g



01/10/2025

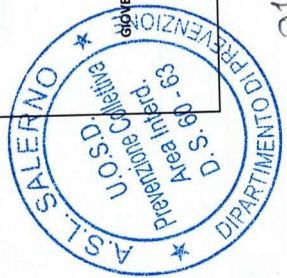
COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12.49

VENERDI'	Lattuga			100g	150g	150g
	Pane					
	Frutta di stagione					
	Pasta con lenticchie	Pasta di semola, aromi: sedano, carota, cipolla				
	Bastoncini di merluzzo	Lenticchie cotte sgocciolate	3%	60g	40g	50g
	Bietola	Bastoncini merluzzo surgelati	n.2		n.3	90g
	Pane	Bietola		100g	150g	n.3
	Frutta di stagione					
TUTTI I GIORNI	Olio			10g	15g	15g
	Pane			50g	50g	50g
	Frutta			100g	150g	150g
	Parmigiano grattugiato			5g	5g	5g
	Acqua oligominerale			500ml	500ml	500ml

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

2° SETTIMANA MENU' INVERNALE

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'	Riso al pomodoro	Riso Aromi: Sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	40g q.b.	50g q.b.	60g q.b.
	Frittata	Frittata: uova Latte	60g q.b. 5g	60g q.b. 5g	60g q.b. 5g
	Purè di patate	Parmigiano	100g q.b.	100g q.b.	100g q.b.
	Pane	patate latte	100g q.b.	100g q.b.	100g q.b.
	Frutta di stagione				
	Pasta e piselli	Pasta di semola Aromi: sedano, carota, cipolla, pomodori pelati, basilico	30g q.b.	40g q.b.	50g q.b.
MARTEDI'	Ricotta di latte vaccino	Piselli cotti sgocciolati	60g	60g	60g
	Spinaci	Ricotta latte vaccino confezionata in monoporzioni	100g	100g	100g
	Pane	Spinaci	100g	150g	150g
	Frutta di stagione				
MERCOLEDI'	Pasta con crema di ceci 19	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Petto di pollo in scaloppina al limone	Ceci passati (cotti sgocciolati) Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	60g q.b.	90g q.b.	90g q.b.
	Carote all'insalata con finocchi	Pollo	60g	80g	80g
	Pane				
	Frutta di stagione	Olio, vino bianco e farina Carote e finocchi	q.b. 100g	q.b. 150g	q.b. 150g
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro	Pasta di semola	50g q.b.	60g q.b.	70g q.b.
	Polpette di carne macinata di vitello al forno	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico			
	Insalata	Macinato di vitello:	60g	80g	80g
	Pane	parmigiano, albume d'uovo	3g 5g	3g 5g	3g 5g
	Frutta di stagione				



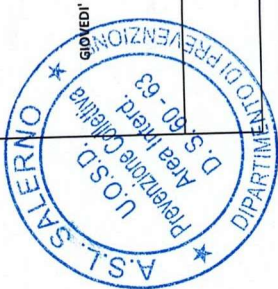
COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

	Insalata		100g	150g	150g
VENERDI'	Pasta con minestrone	Pasta di semola			
	Filetti o hamburger di merluzzo con pomodorini	Minestrone congelato	30g	40g	50g
	Fagiolini	Aromi: sedano, carota, cipolla, pomodorini pelati,	80g	100g	100g
	Pane	Pesce surgelato	q.b.	q.b.	q.b.
	Frutta di stagione	con pomodorini, origano, aglio	100g	100g	100g
		Fagiolini	q.b.	q.b.	q.b.
			100g	150g	150g
		Olio	10g	10g	10g
		Pane	50g	50g	50g
		Frutta	100g	150g	150g
TUTTI I GIORNI		Parmigiano grattugiato	5g	5g	5g
		Acqua oligominerale	500ml	500ml	500ml

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

3° SETTIMANA MENU'INVERNALE

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'	Pasta e lenticchie	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Prosciutto cotto magro	Lenticchie cotte sgocciolate	60g	90g	90g
	Insalata	Aromi: cipolla, prezzemolo pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Pane	Prosciutto cotto confezionato senza allergeni, glutine e lattosio	30g	40g	50g
	Frutta di stagione	Insalata	100g	150g	150g
		Riso	40g	50g	60g
MARTEDI'	Riso al parmigiano"	Parmigiano	q.b.	q.b.	q.b.
	Cotoletta di pollo al forno 3	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Purè di Patate	Fettina di pollo Panatura:	60g	80g	80g
	Pane	pangrattato c	q.b.	q.b.	q.b.
	Frutta di stagione	uova	10g	10g	10g
		Latte	q.b.	q.b.	q.b.
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro	Patate	100g	100g	100g
	Bastoncini di merluzzo	Burro	3g	3g	3g
	Patate al forno	Pasta di semola	40g	50g	60g
	Pane	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Frutta di stagione	Bastoncini merluzzo surgelati	n.2	n.3	n.3
		Patate	100g	100g	100g
	Pizza al pomodoro	Farina di semola o grano duro e lievito madre	60g	80g	80g
	Mozzarella	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Carote all'insalata con finocchi	Mozzarella	50g	60g	60g
	Pane	Carote e finocchi	100g	150g	150g
	Frutta di stagione	Riso	30g	40g	60g
	Riso e piselli	Piselli cotti sgocciolati	60g	90g	90g



01/10/2025

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

VENERDI'	Hamburger di merluzzo 4	Aromi: sedano, carota, cipolla, pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Spinaci	Hamburger merluzzo surgelati	80g	100g	100g
	Pane	Spinaci	100g	150g	150g
	Frutta di stagione	Olio	10g	15g	10g
TUTTI I GIORNI		Pane	50g	50g	50g
		Frutta	100g	150g	150g
		Parmigiano grattugiato	5g	5g	5g
		Acqua oligominerale	500ml	500ml	500ml

*In questa giornata il panino verrà distribuito ma non verrà consumato durante il pranzo, poiché come piatto unico avranno la focaccia/pizza

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

4° SETTIMANA MENU' INVERNALE

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'	Pasta e ceci	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Frittata	Ceci cotti sgocciolati	60g	90g	90g
	Insalata mista	Aromi: cipolla, prezzemolo pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Pane	Uova,	60g	60g	60g
	Frutta di stagione	formaggio grattugiato, latte	5g	5g	5g
MARTEDI'	Pasta al pomodoro	Insalata	q.b.	q.b.	q.b.
	Scaloppina di vitello	Pasta di semola	100g	150g	150g
	Purè di patate	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	40g	50g	60g
	Pane	Fettina vitello	q.b.	q.b.	q.b.
	Frutta di stagione	Aromi: sedano, carota, cipolla, farina, vino bianco e burro	2g	2g	2g
MERCOLEDI'	Pasta al Ragù	Patate	100g	100g	100g
	Ricotta o Bocconcino	Burro	2g	2g	2g
	Spinaci	Parmigiano grattugiato	3g	3g	3g
	Pane	Latte	q.b.	q.b.	q.b.
	Frutta di stagione	Pasta di semola	30g	40g	40g
	Pasta e Piselli	Aromi e carne macinata	q.b.	q.b.	q.b.
	Nasello al forno gratinato	Ricotta vaccina o bocconcini confezionati	100g o 50g	100g o 50g	100g o 50g
	Carote	Pesce surgelato con pomodori, origano, aglio e olio e pangrattato	100g	100g	100g
	Pane	Spinaci	q.b.	q.b.	q.b.
	Frutta di stagione		100g	150g	150g
	Pasta e Piselli	Pasta di semola	40g	50g	60g
	Nasello al forno gratinato	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Carote	Piselli cotti sgocciolati	60g	60g	60g
	Pane	Pesce surgelato	100g	100g	100g
	Frutta di stagione	Carote	100g	150g	150g



01/10/2025

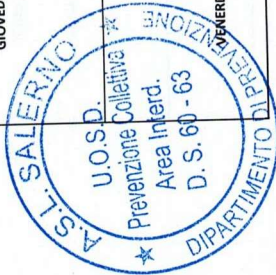
COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

VENERDI	Riso con verdura Polpette di platessa Fagiolini Pane Frutta di stagione	Riso Verdure varie Polpette con macinato di platessa Fagiolini	30g 60g 100g 100g	40g 80g 100g 150g	50g 80g 100g 150g
TUTTI I GIORNI		Olio	10g	15g	15g
		Pane	50g	50g	50g
		Frutta	100g	150g	150g
		Parmigiano grattugiato	5g	5g	3
		Acqua oligominerale	500ml	500ml	500ml

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

1°SETTIMANA MENU' ESTIVO

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'	Pasta e ceci	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Provola o mozzarella	Aromi: sedano, carote, cipolla, aglio, pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Insalata	Ceci cotti sgocciolati	60g.	90g	90g
	Pane	Provola o mozzarella	50g	50g	50g
	Frutta di stagione	Insalata	100g	100g	150g
MARTEDI'	Riso con verdure di stagione	Riso	40g	50g	60g
	Prosciutto Cotto	Verdure di stagione	40g	60g	60g
	Insalata mista	Prosciutto cotto confezionato	50g	60g	60g
	Pane	Insalata mista	100g	150g	150g
	Frutta di stagione	Pasta di semola	30g	40g	50g
MERCOLEDI'	Pasta con piselli	Aromi: sedano, carota, cipolla, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Petto di pollo al limone	Piselli cotti sgocciolati	60g	60g	60g
	Carote all'insalata	Petto di pollo:	60g	80g	80g
	Pane	burro,	3g	3g	3g
	Frutta di stagione	vino bianco farina e limone	q.b.	q.b.	q.b.
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro	Carote	100g	150g	150g
	Hamburger di vitello	Pasta di semola	50g	60g	70g
	Insalata di patate	Aromi: sedano, carote, cipolle, aglio, pomodori pelati,	q.b.	q.b.	q.b.
	Pane'	basilico	60g	80g	80g
	Frutta di stagione	Carne macinata di bovino	100g	100g	100g
VENERDI'	Pasta con pesto	Patate bollite	40g	50g	50g
	Bastoncini di Merluzzo	Pasta di semola	15g	20g.	20g
	Spinaci	Pesto	n.2	n.3	n.3
		Bastoncini di merluzzo surgelati			



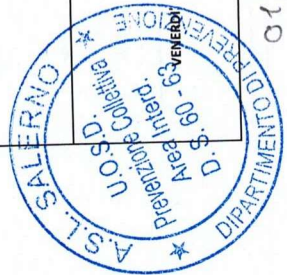
01/10/2025

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

TUTTI I GIORNI	Pane	Spinaci	100g	150g	150g
	Frutta di stagione	Olio	10g	15g	15g
		Pane	50g	50g	50g
		Frutta	100g	150g	150g
		Parmigiano grattugiato	5g	5g	5g
		Acqua oligominerale	500ml	500ml	500ml

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

2°SETTIMANA MENU' ESTIVO		INGREDIENTI				INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
GIORNO	MENU'							
LUNEDI'	Riso e zucchine	Riso				40g	50g	60g
	Scaloppine di vitello	Aromi: Sedano, carota, cipolla				q. b.	q. b.	q. b.
	Insalata mista	Zucchine				40g	60g	60g
	Pane	Fettine di vitello				60g	80g	80g
	Frutta di stagione	Burro				3g	3g	3g
MARTEDI'	Pasta e fagioli	Vino bianco e farina				q. b.	q. b.	q. b.
	Polpette di merluzzo	Insalata mista				100g	150g	150g
	Purè di patate	Pasta di semola				30g	40g	50g
	Pane	Aromi: Sedano, carota, cipolla, pomodori pelati				q. b.	q. b.	q. b.
	Frutta di stagione	Fagioli sgocciolati:				60g	90g	90g
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro	Cuori di merluzzo				100g	120g	120g
	Frittata	Patate				100g	100g	100g
	Pomodori	Burro				3g	3g	3g
	Pane'	Latte				q. b.	q. b.	q. b.
	Frutta di stagione	Pasta di semola				30g	40g	50g
GIOVEDI'	Pasta e ceci	Aromi: Sedano, carota, cipolla, pomodori pelati				q. b.	q. b.	q. b.
	Hamburger	Uova				60g	60g	60g
	Insalata	Latte				q. b.	q. b.	q. b.
	Pane'	Pomodori				100g	150g	150g
	Frutta di stagione	Pasta di semola				30g	40g	50g
	Pasta con minestrone passato1	Ceci passati (cotti sgocciolati)				60g	90g	90g
	Bastoncini di merluzzo4-10	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico				q. b.	q. b.	q. b.
	Fagiolini	Hamburger				60g	80g	80g
		Insalata				100g	150g	150g
		Pane'				30g	40g	50g
		Pasta di semola				100g	100g	100g
		Minestrone di verdure				q. b.	q. b.	q. b.
		Aromi: sedano, carote, cipolle, pomodori pelati				n.2	n.3	n.3
		Bastoncini di merluzzo						



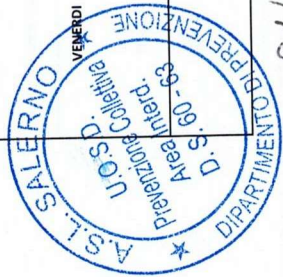
COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

TUTTI I GIORNI	Pane'	Frutta di stagione	Fagiolini	100g	150g	150g
				10g	15g	15g
			Pane	50g	50g	50g
			Frutta	100g	150g	150g
			Parmigiano grattugiato	5g	5g	5g
			Acqua oligominerale	500ml	500ml	500ml

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

3° SETTIMANA MENU' ESTIVO

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'		Riso	40g	50g	60g
	Riso con verdure di stagione	Verdure di stagione	50g	60g	60g
	Prosciutto cotto	Prosciutto cotto	50g	60g	60g
	Patate	Patate	100g	100g	100g
	Pane				
MARTEDI'	Frutta di stagione				
	Pasta e piselli	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Polpette di merluzzo	Aromi: sedano, cipolle, carota, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Zucchine al forno	Piselli cotti sgocciolati	60g	60g	60g
	Pane	Cuori di merluzzo	100g	120g	120g
MERCOLEDI'	Frutta di stagione	Zucchine	100g	150g	150g
	Pasta al pomodoro	Pasta di semola	50g	60g	70g
	Frittata	Aromi: sedano, carota, cipolla, aglio, pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Insalata di carote	Uova	60g	60g	60g
	Pane	Latte	q.b.	q.b.	q.b.
GIOVEDI	Frutta di stagione	Insalata di carote	100g	150g	150g
	Pizza al pomodoro e mozzarella	Farina di semola e lievito madre	60g	80g	80g
	Pomodori	Aromi: sedano, cipolle, aglio pomodori pelati, basilico	q.b.	q.b.	q.b.
	Pane	Mozzarella	50g	60g	60g
	Frutta di stagione	Pomodoro passata	q.b.	q.b.	q.b.
		Pomodori	100g	150g	150g
	Pasta e ceci	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Bastoncini di merluzzo	Aromi: sedano, carote, cipolla, aglio, pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Spinaci	Ceci cotti sgocciolati	60g	90g	90g
	Pane	Bastoncini	n.2	n.3	n.3
	Frutta di stagione	Spinaci	100g	150g	150g
		Olio	10g	15g	10g
		Pane	50g	50g	50g



01/10/2025

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

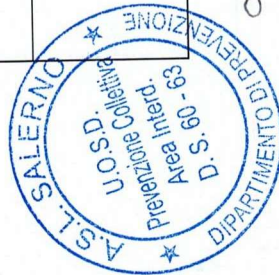
TUTTI I GIORNI	Frutta			100g	150g	150g
	Parmigiano grattugiato			5g	5g	5g
	Acqua oligominerale			500ml	500ml	500ml

*In questa giornata il panino verrà distribuito ma non verrà consumato durante il pranzo, poiché come piatto unico avremo la focaccia/pizza

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

4° SETTIMANA MENU' ESTIVO

GIORNO	MENU'	INGREDIENTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
LUNEDI'	Pasta con pesto	Pasta di semola Pesto confezionato	40g 15g	50g 20g	60g 20g
	Frittata	Frittata: uova	60g	60g	60g
	Insalata mista	Latte	q.b.	q.b.	q.b.
	Pane	Parmigiano	5g	5g	5g
	Frutta di stagione	Insalata mista	100g	150g	150g
MARTEDI'	Sfornato di riso al pomodoro con carne macinata e mozzarella	Riso Aromi: Sedano, carote, cipolla, aglio, pomodori pelati	40g q.b.	50g q.b.	60g q.b.
	Zucchine in padella	Macinato di vitello	40g	50g	50g
	Pane	Mozzarella	25g	30g	30g
	Frutta di stagione	Zucchine	100g	150g	150g
		Pasta di semola	30g	40g	50g
MERCOLEDI'	Pasta e ceci	Aromi: sedano, carote, cipolla, aglio, pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Cotoletta di pollo	Ceci cotti sgocciolati	60g	90g	90g
	Pane	Fettina di pollo	60g	80g	80g
	Frutta di stagione	Panatura: pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
		uova	10g	10g	10g
GIOVEDI'	Pasta con minestrone	Pasta di semola	30g	40g	50g
	Ricotta o Bocconcino	Minestrone di verdure	100g	100g	100g
	Insalata con pomodorini	Aromi: sedano, carote, cipolle, pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.
	Pane	Ricotta o Bocconcino	100g/60g	100g/80g	100g/80g
	Frutta di stagione	Insalata e pomodori	100g	150g	150g
VENERDI'	Pasta al pomodoro	Pasta di semola	40g	50g	60g
		Aromi: sedano, cipolle, carota	q.b.	q.b.	q.b.
	Nasello/Platessa al forno gratinato	Pomodori pelati Nasello o Platessa	q.b. 100g	q.b. 100g	q.b. 100g



01/10/2025

COMUNE DI PRAIANO - c_g976 - 0008275 - Uscita - 23/09/2025 - 12:49

TUTTI I GIORNI	Spinaci o zucchine gratinate	Spinaci	100g	150g	150g
	Pane				
	Frutta di stagione				
		Olio	10g	15g	15g
		Pane	50g	50g	50g
		Frutta	100g	150g	150g
		Parmigiano grattugiato	5g	5g	5g
		Acqua oligominerale	500ml	500ml	500ml