

COMUNE DI SAN PIETRO AL TANAGRO (SA)

SCUOLA PRIMARIA - PRIMA SETTIMANA autunno-inverno -					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	
Pasta al pomodoro e parmigiano pasta di semola 60 pomodoro pelato/passata 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 4 Crescenza crescenza 40 Carote al forno carote 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Risotto con zucca riso 60 zucca 80 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 7 Bocconcini di tacchino al limone tacchino 57 olio extravergine di oliva 4 Piselli brasati piselli 90 olio extravergine di oliva 3 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Pasta con crema di broccoli pasta di semola 60 broccoli 100 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 5 Frittatina al forno uovo 55 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 2 Patate al forno patate 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Pasta e piselli pasta di semola 60 piselli 70 olio extravergine di oliva 4 Polpettine di bovino al sugo carne bovina magra 50 pangrattato 8 pomodoro pelato/passata 40 olio extravergine di oliva 3 Finocchi gratinati finocchi 100 pangrattato 5 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Gnocchi al pomodoro gnocchi di patate 150 pomodoro pelato/passata 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 4 filetto di pesce bianco 60 pangrattato 8 olio extravergine di oliva 4 Spinaci all'olio EVO spinaci 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	MEDIA
Kcal 698 Proteine % 16,0 Carboidrati % 61,2 Lipidi % 23,8 Proteine gr 27,9 Carboidrati gr 106,8 Lipidi gr 18,4	Kcal 705 Proteine % 17,0 Carboidrati % 62,7 Lipidi % 23,9 Proteine gr 30,0 Carboidrati gr 110,5 Lipidi gr 18,7	Kcal 716 Proteine % 16,7 Carboidrati % 62,1 Lipidi % 22,8 Proteine gr 29,9 Carboidrati gr 111,1 Lipidi gr 18,2	Kcal 692 Proteine % 15,6 Carboidrati % 62,7 Lipidi % 23,7 Proteine gr 25,9 Carboidrati gr 108,5 Lipidi gr 18,2	Kcal 651 Proteine % 14,7 Carboidrati % 57,3 Lipidi % 29,1 Proteine gr 23,9 Carboidrati gr 93,3 Lipidi gr 21,0	692 16,0 61,2 24,7 27,5 106,0 18,9



ROSA
D'ALVANO
15.10.2026
13:24:44
GMT+02:00

COMUNE DI SAN PIETRO AL TANAGRO (SA)

SCUOLA PRIMARIA - SECONDA SETTIMANA autunno-inverno -					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	ENERGI	
Pasta e lenticchie pasta di semola 50 lenticchie cotte 70 pomodoro pelato/passata 20 olio extravergine di oliva 4 Polpettine di ricotta e patate al forno ricotta vaccina 60 patate 100 parmigiano grattugiato 5 pangrattato 5 olio extravergine di oliva 3 Carote julienne carote 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 130	Riso al pomodoro riso 60 pomodoro pelato/passata 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 6 Straccetti di pollo alle erbe petto di pollo 60 olio extravergine di oliva 4 Zucca al forno zucca 90 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Tortellini in brodo vegetale tortellini di carne 75 brodo vegetale 120 parmigiano grattugiato 5 Polpettine di bovino al sugo carne bovina magra 50 pangrattato 8 pomodoro pelato/passata 40 olio extravergine di oliva 3 Fagiolini all'olio EVO fagiolini 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Pasta al pomodoro e parmigiano pasta di semola 60 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 5 Burger di pesce al forno filetto di pesce bianco 65,0 pangrattato 8 olio extravergine di oliva 4 Patate arrosto patate 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Pizza margherita baby base pizza 140 pomodoro pelato/passata 40 mozzarella 35 olio extravergine di oliva 3 Prosciutto cotto prosciutto cotto 40 Insalata verde insalata verde 80 olio extravergine di oliva 4 — Frutta di stagione 150	MEDIA
Kcal 775 Proteine % 14,2 Carboidrati % 61,5 Lipidi % 25,7 Proteine gr 27,5 Carboidrati gr 119,2 Lipidi gr 22,1	Kcal 655 Proteine % 16,0 Carboidrati % 61,4 Lipidi % 25,5 Proteine gr 26,2 Carboidrati gr 100,6 Lipidi gr 18,5	Kcal 621 Proteine % 18,8 Carboidrati % 55,8 Lipidi % 27,7 Proteine gr 29,1 Carboidrati gr 86,6 Lipidi gr 19,1	Kcal 713 Proteine % 16,2 Carboidrati % 61,6 Lipidi % 22,9 Proteine gr 23,9 Carboidrati gr 109,7 Lipidi gr 18,1	Kcal 685 Proteine % 16,2 Carboidrati % 54,6 Lipidi % 31,3 Proteine gr 27,7 Carboidrati gr 93,6 Lipidi gr 23,9	690 16,3 59,0 26,6 26,9 101,9 20,3



ROSA
 D'ALVANO
 15.10.2026
 13:24:45
 GMT+02:00

COMUNE DI SAN PIETRO AL TANAGRO (SA)

SCUOLA PRIMARIA - TERZA SETTIMANA autunno-inverno -										
LUNEDI'	MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		ENERGI		VENEDI'	
Pasta al ragù leggero pasta di semola 60 pomodoro pelato/passata 50 carne bovina magra 25 olio extravergine di oliva 6 Ricotta fresca ricotta fresca 45 Finocchi all'olio EVO finocchi 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Risotto allo zafferano e parmigiano riso 60 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 6 Cotoletta di pollo al forno petto di pollo 60 pangrattato 8 olio extravergine di oliva 4 Carote al forno carote 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150		Pasta e ceci pasta di semola 55 ceci cotti 60 pomodoro pelato/passata 20 olio extravergine di oliva 6 Filetto di platessa al forno filetto di pesce bianco 48 olio extravergine di oliva 4 Spinaci al parmigiano spinaci 100 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 3 Pane comune 50 Frutta di stagione 150		Ravioli di magro al pomodoro ravioli di magro 80 pomodoro pelato/passata 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 4 Hamburger di tacchino al forno tacchino 50 pangrattato 5 olio extravergine di oliva 3 Broccoli gratinati broccoli 100 pangrattato 5 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150		Pizza margherita baby base pizza 140 pomodoro pelato/passata 40 mozzarella 35 olio extravergine di oliva 3 Prosciutto cotto prosciutto cotto 40 Insalata verde insalata verde 80 olio extravergine di oliva 4 — Frutta di stagione 150		MEDIA	
Kcal 625 Proteine % 14,7 Carboidrati % 59,6 Lipidi % 27,2 Proteine gr 23,0 Carboidrati gr 93,2 Lipidi gr 18,9	Kcal 686 Proteine % 15,4 Carboidrati % 62,6 Lipidi % 24,7 Proteine gr 26,5 Carboidrati gr 107,4 Lipidi gr 18,8		Kcal 677 Proteine % 17,6 Carboidrati % 58,8 Lipidi % 25,6 Proteine gr 23,9 Carboidrati gr 99,4 Lipidi gr 19,2		Kcal 636 Proteine % 18,6 Carboidrati % 54,6 Lipidi % 28,8 Proteine gr 29,6 Carboidrati gr 86,8 Lipidi gr 20,3		Kcal 685 Proteine % 16,2 Carboidrati % 54,6 Lipidi % 31,3 Proteine gr 27,7 Carboidrati gr 93,6 Lipidi gr 23,9		662 16,5 58,0 27,5 26,1 96,1 20,2	



ROSA
D'ALVANO
15.10.2026
13:24:45
GMT+02:00

COMUNE DI SAN PIETRO AL TANAGRO (SA)

SCUOLA PRIMARIA - QUARTA SETTIMANA autunno-inverno -					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	
Pasta al pomodoro e basilico pasta di semola 60 pomodoro pelato/passata 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 4 Frittata di zucchine al forno uovo 55 zucchine 60 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 2 Carote gratinate carote 100 pangrattato 5 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Risotto al parmigiano riso 60 parmigiano grattugiato 6 olio extravergine di oliva 4 Hamburger di bovino al forno carne bovina magra 55 pangrattato 5 olio extravergine di oliva 3 Piselli brasati piselli 90 olio extravergine di oliva 3 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Pasta con zucca pasta di semola 60 zucca 80 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 6 Bocconcini di pollo gratinati petto di pollo 45 pangrattato 8 olio extravergine di oliva 4 Broccoli all'olio EVO broccoli 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Pasta e fagioli pasta di semola 60 fagioli cotti 70 pomodoro pelato/passata 20 olio extravergine di oliva 4 Crescenza crescenza 40 Finocchi julienne finocchi 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	Gnocchi al pomodoro gnocchi di patate 150 pomodoro pelato/passata 50 parmigiano grattugiato 5 olio extravergine di oliva 6 Polpettine di merluzzo al forno filetto di pesce bianco 65 pangrattato 8 olio extravergine di oliva 4 Patate al forno patate 100 olio extravergine di oliva 4 Pane comune 50 Frutta di stagione 150	MEDIA
Kcal 699 Proteine % 16,4 Carboidrati % 60,8 Lipidi % 24,0 Proteine gr 28,7 Carboidrati gr 106,2 Lipidi gr 18,7	Kcal 692 Proteine % 14,5 Carboidrati % 62,1 Lipidi % 26,2 Proteine gr 25,1 Carboidrati gr 107,5 Lipidi gr 20,2	Kcal 696 Proteine % 16,9 Carboidrati % 60,1 Lipidi % 25,3 Proteine gr 23,9 Carboidrati gr 104,5 Lipidi gr 19,6	Kcal 702 Proteine % 14,8 Carboidrati % 61,0 Lipidi % 26,1 Proteine gr 26,0 Carboidrati gr 107,0 Lipidi gr 20,4	Kcal 723 Proteine % 14,8 Carboidrati % 61,8 Lipidi % 23,3 Proteine gr 26,8 Carboidrati gr 111,8 Lipidi gr 18,8	702 15,5 61,2 25,0 26,1 107,4 19,5

Nota operativa: per polpette e hamburger preparati in loco a partire da carne fresca in pezzi, il centro di cottura deve disporre di idoneo tritacarne/macina carne e applicare le procedure HACCP.

Dott.ssa Biologo Nutrizionista Marzia Manilia AA069696



ROSA
D'ALVANO
15.10.2026
13:24:46
GMT+02:00