



COMUNE DI CAPENA

(Provincia di Roma)

MENU ESTIVO
COMUNE DI CAPENA
PERIODO SET/OTT/APR/MAG/GIU

I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA	V SETTIMANA
LUNEDI' Penne al ragù (Pollo/tacch) 60-80g Galbanino 50-80g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	LUNEDI' Insalata di riso 40-70g Frittata 1-2 uova Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	LUNEDI' Pasta al pomodoro e bas. 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Fagiolini 100-150g Succo di frutta brik 200 ml Pane	LUNEDI' Penne olio e parmigiano 60-80g Cosci di pollo 100-200g Patate lesse 100-150g Frutta 130-150g Pane	LUNEDI' Penne al ragù(Pollo/tacch) 60-80g Mozzarella 50-100g Pomodori in insalata 100-150g Gelato Pane
MARTEDI' Riso e patate 60-80g Prosciutto crudo 40-60g Piselli 80-1 00g Frutta 130-150g Pane	MARTEDI' Conchiglie burro e parm. 60-80g Petto tacchino panato 80-120g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	MARTEDI' Minestrone con pasta 100-150g Mozzarella 50-100g Pomodori in insalata 100-150g Gelato Pan	MARTEDI' Pasta e fagioli 60-80g Bastoncini di pesce Carote flangè 80-120g Succo di frutta brik 200ml Pane	MARTEDI' Riso al pomodoro 60-80g Prosciutto crudo 40-60g Patate al forno 100-200g Frutta 130-150g Pane
MERCOLEDI' Fusilli al pomodoro 60-80g Polpette di carne(Pollo/tacch) 80-100g Patate lesse 100-150g Gelato Pane	MERCOLEDI' Pasta e lenticchie 60-80g Formaggio silano 80-100g Patate al forno 100-200g Succo di frutta brik 200mi Pane	MERCOLEDI' Penne e zucchine 80-130g Spezzatino(Maiale) 80-100g Patate al forno 100-200g Frutta 130-150g Pane	MERCOLEDI' Pasta fredda 60-80g Frittata 1-2 uova Bieta all'agro 130-180g Frutta 130-150g Pane	MERCOLEDI' Pasta passato verdure 80-100g Tacchino al forno 80-120g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane
GIOVEDI' Minestrone con pasta 100-150g Cosci di pollo 100-200g Insalata mista 30-50g Succo di frutta brik 200mi Pane	GIOVEDI' Penne al pomodoro 60-80g Polpette (Maiale) 80-100g Piselli 80-100g Frutta 130-150g Pane	GIOVEDI' Fusilli e piselli 60-80g Prosciutto cotto 40-60g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pan	GIOVEDI' Risotto ai funghi 60-80g Mozzarella 50-100g Pomodori in insalata 100-150g Frutta Pane	GIOVEDI' Pennette al tonno 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Spinaci 60-100g Frutta 130-150g Pane
VENERDI' Rigatoni olio e parmigiano 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Fagiolini 100-150g Frutta 130-150g Pane	VENERDI' Pasta al pesto 60-80g Tonno olio oliva 80-160g Pomodori insalata 100-150g Gelato Pane	VENERDI' Risotto al pomodoro 60-80g Frittata con zucchine 1-2 uova Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	VENERDI' Fusilli al pomodoro 60-80g Tacchino panato 80-100g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	VENERDI' Pasta olio e parm. 60-80g Frittata con patate 1-2 uova Insalata verde 30-50g Succo di frutta brik 200ml Pane

N.B.: SI PRECISA CHE NON VIENE SOMMINISTRATA CARNE BOVINA

MENU'.doc

Tel. 06-9037601

P.I. 01096141005

C.F. 02652400587

Fax 06-9074301



COMUNE DI CAPENA

(Provincia di Roma)

MENU INVERNALE COMUNE DI CAPENA PERIODO NOV/DIC/GEN/FEB/MAR

I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA	V SETTIMANA
LUNEDI' Rigatoni al pomodoro 60-80g Polpette di Tacchino 80-100g Insalata verde 30-50g Frutta 130-150g Pane	LUNEDI' Rigatoni olio e parmigiano 60-80g Junglette di pollo Fagiolini 120-200g Frutta 130-150g Pane	LUNEDI' Riso e patate 60-80g Mozzarella 50-100g Piselli 80-100g Yogurt alla frutta Pane	LUNEDI' Penne olio e parmigiano 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Bieta 130-180g Frutta 130-150g Pane	LUNEDI' Risotto al pomodoro 60-80g Polpette di carne(Pollo/tacch) 80-100g Insalata mista 60-100g Succo di frutta brik 200ml Pane
MARTEDI' Pasta e patate 60-80g Prosciutto cotto 40-60g Piselli 80-100g Yogurt alla frutta Pane	MARTEDI' Fusilli al pomodoro 60-80g Arista 80-120g Spinaci 60-100g Frutta 130-150g Pane	MARTEDI' Gnocchetti al pomodoro 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Spinaci al burro 130-180g Frutta 130-150g Pane	MARTEDI' Risotto ai funghi 60-80g Grana 30-60g Patate arrosto 100-200g Succo di frutta brik 200ml Pane	MARTEDI' Fusilli al tonno 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Piselli 80-100g Frutta 130-150g Pane
MERCOLEDI' Pennette al tonno 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	MERCOLEDI' Pasta e fagioli 60-80g Caciotta 50-100g Purea di patate 100-200g Succo di frutta brik 200ml Pane	MERCOLEDI' Pasta al pomodoro 60-80g Tacchino al forno 80-120g Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	MERCOLEDI' Minestrone e pasta 100-150g Coscì di pollo 100-200g Fagiolini 120-200g Frutta 130-150g Pane	MERCOLEDI' Rigatoni in bianco 60-80g Arista 80-120g Patate arrosto 100-200g Frutta 130-150g Pane
GIOVEDI' Minestrone con pasta 100-150g Coscì di pollo 100-200g Insalata mista 60-100g Succo di frutta brik 200ml Pane	GIOVEDI' Riso al pomodoro 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	GIOVEDI' Penne olio e parmigiano 60-80g Spezzatino di maiale 80-100g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	GIOVEDI' Penne al ragù(Pollo/tacch) 60-80g Prosciutto cotto 40-60g Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	GIOVEDI' Sedanini amatriciana 60-80g Frittata 1-2 uova Bieta 130-180g Yogurt alla frutta Pane
VENERDI' Penne al ragù(Pollo/tacch) 60-80g Mozzarella 50-100g Patate arrosto 100-200g Frutta 130-150g Pane	VENERDI' Minestrone con pasta 100-150g Prosciutto crudo 40-60g Bieta 130-180g Frutta 130-150g Rane	VENERDI' Conchiglie al pomodoro 60-80g Frittata 1-2 uova Patate lesse 100-200g Succo di frutta brik 200ml Pane	VENERDI' Pasta e ceci 60-80g Spezzatino di carne(Maiale) 70-110g Purea di patate 30-50g Frutta 130-150g Pane	VENERDI' Pasta e lenticchie 60-80g Coscì di pollo 100-200g Insalata verde 30-50g Frutta 130-150g Pane

N.B: PRECISA CHE NON VIENE SOMMINISTRATA CARNE BOVINA

MENU'.doc

Tel. 06-9037601

P.I. 01096141005

C.F. 02652400587

Fax 06-9074301