



# 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
<b>LUNEDI'</b> Penne al ragù (Pollo/tacch) 60-80g Galbanino 50-80g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	<b>LUNEDI'</b> Insalata di riso 40-70g Frittata 1-2 uova Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	<b>LUNEDI'</b> Pasta al pomodoro e bas. 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Fagiolini 100-150g Succo di frutta brik 200 ml Pane	<b>LUNEDI'</b> Penne olio e parmigiano 60-80g Cosci di pollo 100-200g Patate lesse 100-150g Frutta 130-150g Pane	<b>LUNEDI'</b> Penne al ragù(Pollo/tacch) 60-80g Mozzarella 50-100g Pomodori in insalata 100-150g Gelato Pane
<b>MARTEDI'</b> Riso e patate 60-80g Prosciutto crudo 40-60g Piselli 80-1 00g Frutta 130-150g Pane	<b>MARTEDI'</b> Conchiglie burro e parm. 60-80g Petto tacchino panato 80-120g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	<b>MARTEDI'</b> Minestrone con pasta 100-150g Mozzarella 50-100g Pomodori in insalata 100-150g Gelato Pan	<b>MARTEDI'</b> Pasta e fagioli 60-80g Bastoncini di pesce Carote flangè 80-120g Succo di frutta brik 200ml Pane	<b>MARTEDI'</b> Riso al pomodoro 60-80g Prosciutto crudo 40-60g Patate al forno 100-200g Frutta 130-150g Pane
<b>MERCOLEDI'</b> Fusilli al pomodoro 60-80g Polpette di carne(Pollo/tacch) 80-100g Patate lesse 100-150g Gelato Pane	<b>MERCOLEDI'</b> Pasta e lenticchie 60-80g Formaggio silano 80-100g Patate al forno 100-200g Succo di frutta brik 200mi Pane	<b>MERCOLEDI'</b> Penne e zucchine 80-130g Spezzatino(Maiale) 80-100g Patate al forno 100-200g Frutta 130-150g Pane	<b>MERCOLEDI'</b> Pasta fredda 60-80g Frittata 1-2 uova Bieta all'agro 130-180g Frutta 130-150g Pane	<b>MERCOLEDI'</b> Pasta passato verdure 80-100g Tacchino al forno 80-120g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane
<b>GIOVEDI'</b> Minestrone con pasta 100-150g Cosci di pollo 100-200g Insalata mista 30-50g Succo di frutta brik 200mi Pane	<b>GIOVEDI'</b> Penne al pomodoro 60-80g Polpette (Maiale) 80-100g Piselli 80-100g Frutta 130-150g Pane	<b>GIOVEDI'</b> Fusilli e piselli 60-80g Prosciutto cotto 40-60g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pan	<b>GIOVEDI'</b> Risotto ai funghi 60-80g Mozzarella 50-100g Pomodori in insalata 100-150g Frutta Pane	<b>GIOVEDI'</b> Pennette al tonno 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Spinaci 60-100g Frutta 130-150g Pane
<b>VENERDI'</b> Rigatoni olio e parmigiano 60-80g Bastoncini di pesce 60-90g Fagiolini 100-150g Frutta 130-150g Pane	<b>VENERDI'</b> Pasta al pesto 60-80g Tonno olio oliva 80-160g Pomodori insalata 100-150g Gelato Pane	<b>VENERDI'</b> Risotto al pomodoro 60-80g Frittata con zucchine 1-2 uova Purea di patate 100-200g Frutta 130-150g Pane	<b>VENERDI'</b> Fusilli al pomodoro 60-80g Tacchino panato 80-100g Insalata mista 60-100g Frutta 130-150g Pane	<b>VENERDI'</b> 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
<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>	<b>LUNEDI'</b>
Rigatoni al pomodoro 60-80g	Rigatoni olio e parmigiano 60-80g	Riso e patate 60-80g	Penne olio e parmigiano 60-80g	Risotto al pomodoro 60-80g
Polpette di Tacchino 80-100g	Junglette di pollo 60-80g	Mozzarella 50-100g	Bastoncini di pesce 60-90g	Polpette di carne(Pollo/tacch) 80-100g
Insalata verde 30-50g	Fagiolini 120-200g	Piselli 80-100g	Bieta 130-180g	Insalata mista 60-100g
Frutta 130-150g	Frutta 130-150g	Yogurt alla frutta	Frutta 130-150g	Succo di frutta brik 200ml
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>
Pasta e patate 60-80g	Fusilli al pomodoro 60-80g	Gnocchetti al pomodoro 60-80g	Risotto ai funghi 60-80g	Fusilli al tonno 60-80g
Prosciutto cotto 40-60g	Arista 80-120g	Bastoncini di pesce 60-90g	Grana 30-60g	Bastoncini di pesce 60-90g
Piselli 80-100g	Spinaci 60-100g	Spinaci al burro 130-180g	Patate arrosto 100-200g	Piselli 80-100g
Yogurt alla frutta	Frutta 130-150g	Frutta 130-150g	Succo di frutta brik 200mi	Frutta 130-150g
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>
Pennette al tonno 60-80g	Pasta e fagioli 60-80g	Pasta al pomodoro 60-80g	Minestrone e pasta 100-150g	Rigatoni in bianco 60-80g
Bastoncini di pesce 60-90g	Caciotta 50-100g	Tacchino al forno 80-120g	Coscì di pollo 100-200g	Arista 80-120g
Purea di patate 100-200g	Purea di patate 100-200g	Purea di patate 100-200g	Fagiolini 120-200g	Patate arrosto 100-200g
Frutta 130-150g	Succo di frutta brik 200mi	Frutta 130-150g	Frutta 130-150g	Frutta 130-150g
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>
Minestrone con pasta 100-150g	Riso al pomodoro 60-80g	Penne olio e parmigiano 60-80g	Penne al ragù(Pollo/tacch) 60-80g	Sedanini amatriciana 60-80g
Coscì di pollo 100-200g	Bastoncini di pesce 60-90g	Spezzatino di maiale 80-100g	Prosciutto cotto 40-60g	Frittata 1-2 uova
Insalata mista 60-100g	Insalata mista 60-100g	Insalata mista 60-100g	Purea di patate 100-200g	Bieta 130-180g
Succo di frutta brik 200ml	Frutta 130-150g	Frutta 130-150g	Frutta 130-150g	Yogurt alla frutta
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Penne al ragù(Pollo/tacch) 60-80g	Minestrone con pasta 100-150g	Conchiglie al pomodoro 60-80g	Pasta e ceci 60-80g	Pasta e lenticchie 60-80g
Mozzarella 50-100g	Prosciutto crudo 40-60g	Frittata 1-2 uova	Spezzatino di carne(Maiale) 70-110g	Coscì di pollo 100-200g
Patate arrosto 100-200g	Bieta 130-180g	Patate lesse 100-200g	Purea di patate 30-50g	Insalata verde 30-50g
Frutta 130-150g	Frutta 130-150g	Succo di frutta brik 200ml	Frutta 130-150g	Frutta 130-150g
Pane	Pane	Pane	Pane	Pane

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

*MENU'.doc*

Tel. 06-9037601

P.I. 01096141005

C.F. 02652400587

Fax 06-9074301