

MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 1° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio	Schiacciata al rosmarino	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Dolce artigianale	Pane e olio
(1) Risotto bianco con piselli (*) Frittata con grana (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(24) Polenta al pomodoro (33) Polpette di ricotta e spinaci (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(3) Crema di verdure e orzo (32) Spezzatino di tacchino (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(4) Gnocchi al ragù (41) Crostione con ceci passati (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta cotta	(2) Pasta al pomodoro (31) Crocchette di pesce al forno (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane Frutta	Pizza Contorno e frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdura (minestra) Carne bianca contorno, Pane Frutta

Az. U.S.L. n. 1
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione
 Dott.ssa Patrizia Cesarini
 Dott.ssa Stefania Scattolonni
 Dott.ssa Anna Maria Scattolonni
 Dott.ssa Anna Maria Scattolonni
 Dott.ssa Anna Maria Scattolonni



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 2° settimana

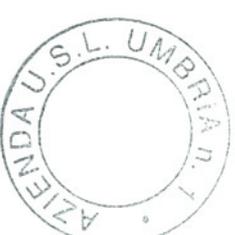
SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio	Dolce artigianale	Pane e prosciutto	Yogurt bianco e frutta	Pane e olio
(18) Risotto ai porri con verdura (*) Prosciutto umbro IGP (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(16) Crema di fagioli con pastina (46) Cosce di pollo arrosto (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(2) Pasta al pomodoro (31) Platessa del forno (*) Piselli in bianco (*) Frutta fresca	(26) Passato di verdure con crostini di pane (42) Arista al forno (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(58) Pasta olio e zafferano (30) Frittata di formaggi (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Platto unico con pesce Contorno, Pane Frutta	Primo piatto al pomodoro Uova Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdura (minestra) Formaggio Contorno, Pane Frutta	Platto unico con legumi Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdura (minestra) Carne bianca Contorno, Pane Frutta

Az. U.S.L. n. 2
Dipartimento di prevenzione
Servizio Igiene Alimentari e Nutrizione
Dott.ssa Lucia G. Casaroli
Prestata Specialista in dietetica e nutrizione
e Direzione Azienda



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 4° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio	Pane e marmellata	Yogurt bianco e frutta	Tortina al formaggio	Dolce artigianale
(8) Risotto con spinaci	(27) Minestra con patate e finocchi	(2) Pasta al pomodoro	(26) Crema di verdure con crostini di pane	(14) Risotto con lenticchie passate decorticate
(50) Petto di pollo al limone (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(*) Mozzarella o formaggio fresco (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(43) Crocchette di pesce o pesce panato (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta cotta	(48) Fetta in pizzata (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(30) Frittata al forno (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto in bianco Uovo Contorno, Pane Frutta	Primo piatto al pomodoro Legumi Contorno Pane, Frutta	Primo piatto con verdure (Minestra) Salumi Contorno, Pane Frutta	Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdure Carne bianca Contorno, Pane Frutta



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 5° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
Pane e olio	Schiacciata con cipolla	Yogurt alla frutta + fette biscottate	Dolce tipo casalingo	Pane e olio
(6) Pasta con verdure e pomodoro (*) Prosciutto cotto (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(34) Vellutata di ceci (44) Crocchette di pollo al forno (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(6) Pasta con verdure (30) Frittata al forno (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(17) Passato di verdure con riso (48) Spezzatino di tacchino (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(5) Riso in bianco (40) Pesce al pomodoro (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
Primo piatto con verdura (Minestrina) Uova Contorno, Pane Frutta	Pasta al pomodoro Formaggio Contorno, Pane Frutta	Platto unico con Pesce Contorno, Pane Frutta	Platto unico con legumi Contorno Pane, Frutta	Primo piatto con verdura Carne bianca Contorno, Pane Frutta

AZ. U.S.L. n. 1
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene Alimentari e Nutrizione
Dolcecola P. Saverio Scattoni
Dipartimento di Diagnostica e Assistenza
e Medicina Locali



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 6° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
<p>Pane e olio</p>	<p>Schiacciata rosmarino</p>	<p>Yogurt bianco + frutta</p>	<p>Pane e marmellata</p>	<p>Pane e olio/Pane e noci</p>
<p>(28) Passato di verdure e legumi con riso (*) Arzisa al latte (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca</p>	<p>(6) Pasta con verdure al pomodoro (35) Pesce al forno (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca</p>	<p>(1) Orzo con piselli (38) Frittata al forno (*) Spinaci (*) Pane comune (*) Frutta fresca</p>	<p>(10) Pastina in brodo di carne (37) Fettine di bollito con olio e aceto balsamico (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta cotta</p>	<p>(5) Antipasto di verdura (24) Polenta al pomodoro (*) Formaggio fresco (*) Pane integrale (*) Frutta fresca</p>

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
<p>Primo piatto al pomodoro Uovo Contorno, Pane Frutta</p>	<p>Primo piatto in bianco Legumi Contorno, Pane Frutta</p>	<p>Primo piatto con verdure Pesce Contorno, Pane Frutta</p>	<p>Pizza Contorno, Frutta</p>	<p>Primo piatto con verdure (minestra) Carne bianca Contorno, Pane Frutta</p>

AZ. U.S.L. n. 1
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene, Alimentazione e Nutrizione
 Dott.ssa R. Favari, Coordinatrice
 Dott.ssa M. Lotti, Responsabile
 Divisione di Assistenza Dietetica e Alimentazione
 e Assistenza Dietetica




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 8° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Frutta e yogurt bianco

(11) Pasta al pesto
(32) Rolle di tacchino con crema di carote
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

MARTEDI'

Pane e olio

(4) Gnocchi al pomodoro
(*) Formaggio fresco
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

MERCOLEDI'

Schiacciata con noci

(20) Risotto al pomodoro
(36) Seppie gratinate
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

GIOVEDI'

Dolce artigianale

(7) Minestra di legumi passati e orzo
(48) Frittina alla pizzaiola
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

VENERDI'

Pane e prosciutto crudo

(6) Pasta con verdure
(*) Frittata con piselli
(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto al pomodoro
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'

Piatto unico con legumi
Contorno
Pane, Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto con verdure (minestra) salumi
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

Pizza
Contorno, Pane
Frutta

VENERDI'

Primo piatto in bianco
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

AZ. U.S.L. n. 4
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene, Alimentari e Nutrizione
Dott.ssa Stefania Cennamo
Dott.ssa Stefania Cennamo
Dott.ssa Stefania Cennamo



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 9° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio	Pane e marmellata	Yogurt frutta + feta biscottata	Tortina al formaggio	Dolce artigianale
(27) Crema di piselli e patate e riso (*) Boccconcini di tacchino (*) Verdura cotta (*) 1/2 Pane integrale (*) Frutta cotta	(6) Pasta alle verdure e pomodoro (55) Pesce all'agro (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(17) Minestrone in brodo vegetale (*) Parmigiano Reggiano (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(24) Polenta al pomodoro (50) Scaloppina di arista al limone (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(*) Antipasto di verdura (58) Risotto allo zafferano (*) Prosciutto cotto (*) Pane integrale (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane Frutta	Primo piatto pomodoro Pesce Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdura Uovo Contorno, Pane Frutta	Primo piatto in bianco Carne bianca Contorno, Pane Frutta

AZ. U.S.L. n. 1
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene, Alimenti e Nutrizione
 Dott.ssa Deborah C. Severi
 Dietista / Specialista in Dietetica e Nutrizione
 e Nutrizione Umana




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

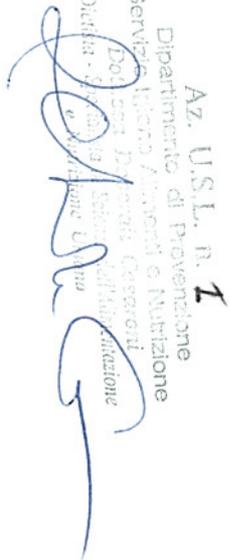
MENU' AUTUNNO-INVERNO 10° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio	Schiacciata con cipolla	Yogurt bianco + frutta	Dolce tipo casalingo	Pane e olio
(23) Pasta al ragu' (51) Stornato di verdura (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(10) Minestra in brodo di carne (37) Bollito all'agro (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(14) Risotto con lenticchie passate decorticate (*) Prosciutto crudo IGP (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(2) Pasta alla marinara (31) Polpettine di pesce al forno (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(3) Crema di verdure e orzo (*) Stracchino (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto in bianco Legumi Contorno Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno,, Pane Frutta	Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane Frutta	Piatto unico Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdure Pesce Contorno Pane, Frutta

AZ. U.S.L. n. 1
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene, Alimentari e Nutrizione
 Dott. ssa Daniela Cecerotti
 Dietista - Servizio di Igiene e Nutrizione




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 11° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'
Pane e marmellata

MARTEDI'
Pizza

MERCOLEDI'
Dolce artigianale

GIOVEDI'
Yogurt alla frutta+ fette biscottate

VENERDI'
Pane e olio

(2) Pasta al pomodoro
(30) Fritata al formaggio
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(5) Crema di verdura
(32) Tacchino alle erbe
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(12) Risotto olio e parmigiano
(55) Pesce alla mugnala
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(13) Pasta in bianco con cannellini
(50) Boccoccini di pollo
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(17) Passato di verdure con orzo perlato
(*) Prosciutto cotto
(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'
Primo piatto con verdure (Minestra)
Carne bianca
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'
Primo piatto al pomodoro
Salumi
Contorno, Pane
Frutta

MERCOLEDI'
Pizza
Contorno, Frutta

GIOVEDI'
Primo piatto con verdure (minestra)
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

VENERDI'
Primo piatto al pomodoro
Legumi
Contorno, Pane
Frutta

AZ. U.S.L. n. 1
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott. ssa PATRIZIA C. BACCILLI
DIRETTORE RESPONSABILE
DIRETTORE ASSISTENZA
DIRETTORE PREVENZIONE



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' AUTUNNO-INVERNO 12° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio	Dolce artigianale	Pane e raccolta	Yogurt bianco e frutta	Pane e olio
(8) Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro (38) Fritata di porricipolle (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(16) Quadrucci e ceci (*) Prosciutto cotto (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(6) Pasta al ragu vegetale (50) Boccoccini di pollo (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(17) Risotto all'ortolana (31) Polpettine di pesce al forno (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(57) Passato di verdure con orzo (37) Straccetti di tacchino (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto al pomodoro Pesce Contorno, Pane Frutta	Sfornato di patate e formaggio Contorno, Pane Frutta	Piatto unico con legumi Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdura Uova Contorno, Pane Frutta	Pizza Contorno, Pane

Az. U.S.L. n. 2
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene, Alimentari e Nutrizione
 Dentisti, Fisioterapisti, Operatori
 Dietisti, Psicologi, Educatrici, Infermieri, Fisioterapisti
 e Medici di Medicina Generale

