



COMUNE DI VICENZA  
SERVIZIO REFEZIONE SCOLASTICA  
PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA E GLI ASILI NIDO  
MENÙ ESTIVO (IN VIGORE DAL 09/2022)



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>1° SETTIMANA</b>	Pasta al pesto o pesto e pomodoro Frittata alla pizzaiola o alle verdure Spinaci o biette	Riso con crema di zucchine Insalata caprese (mozzarella e pomodoro)	<b>Piatto unico:</b> Pasta al pomodoro e lenticchie Verdura cruda o cotta Yogurt alla frutta	Pasta all'olio Cuori di Nasello o polpette di pesce Verdura cruda o cotta	Minestra di pomodori e patate con pastina Polpettone di tacchino con spinaci Verdura cruda o cotta
<b>MERENDA POMERIDIANA</b>	Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Pane e Latte	Frutta e pane	Budino (cioccolato/vaniglia)	Yogurt alla frutta
<b>2° SETTIMANA</b>	Pasta all'olio Carne (maiale o vitellone) Biette coste o spinaci	Pasta pomodoro e basilico Legumi al tegame o farinata di ceci Carote julienne	Passato di verdura con cous cous o pastina Pizza margherita	<b>Piatto unico:</b> Pasta con sugo di pesce Verdura cruda o cotta Dolce da forno	Riso alla crema di zucchine Uova sode Verdura cruda o cotta
<b>MERENDA POMERIDIANA</b>	Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Pane e Latte	Yogurt alla frutta	Frutta e pane	Te' con pane o fette biscottate
<b>3° SETTIMANA</b>	Pasta all'olio Prosciutto cotto (infanzia) Pesce (nido) Verdura cruda o cotta	Risi e bisì Frittata Verdura cruda o cotta	<b>Piatto unico:</b> Cuori di Nasello al forno Purè di patate con verdure Yogurt alla frutta	Pasta al pomodoro Stracchino Verdura cruda	Passato di verdura Bastoncini di filetto di merluzzo Verdura cotta o cruda
<b>MERENDA POMERIDIANA</b>	Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Pane e Latte	Frutta e pane o Macedonia	Budino (cioccolato/vaniglia)	Te' o latte con pane o fette biscottate
<b>4° SETTIMANA</b>	<b>Piatto unico:</b> Verdura cotta Perle di patate al ragù di carne (infanzia) Pasta al ragù (nido) Yogurt alla frutta	<b>Piatto unico:</b> Carote julienne Straccetti di pollo con patate e piselli Yogurt alla frutta	Passato di verdura con cous cous o pastina Pizza margherita	Fantasia di pasta all'olio Polpette di pesce o pesce Verdura cruda o cotta	<b>Piatto unico:</b> Crema di legumi con pastina Carote cotte Yogurt alla frutta o Budino(cioccolato/vaniglia)
<b>MERENDA POMERIDIANA</b>	Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Gelato (fior di latte o alla frutta)	Budino(cioccolato/vaniglia) o Yogurt alla frutta	Pane e Latte	Frutta e pane

LA MERENDA DEL MATTINO E' A BASE DI FRUTTA FRESCA





COMUNE DI VICENZA  
SERVIZIO REFEZIONE SCOLASTICA  
PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA E GLI ASILI NIDO  
**MENÙ INVERNALE (IN VIGORE DAL 09/2022)**



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>1° SETTIMANA</b> MERENDA POMERIDIANA	Pasta al pomodoro Frittata alle verdure o alla pizzaiola Spinaci o biete Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Crema di patate con pasta Formaggio Verdura cotta o cruda	<b>Piatto Unico:</b> Carote julienne Pesce alla vicentina con polenta e patate Yogurt alla frutta	Pasta con sugo di verdure e pomodoro Fagioli Verdura cruda o cotta Pane e Latte	Riso con verdure Bastoncini di merluzzo in filetto Verdura cruda o cotta Budino (cioccolato/vaniglia)
<b>2° SETTIMANA</b> MERENDA POMERIDIANA	Riso all'inglese Macinato o spezzatino (pollo o tacchino) Macedonia di verdure cotte Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Passato di verdura con cous cous o pastina Pizza margherita	Pasta al pomodoro Lenticchie con carote Verdura cruda	Pastina in brodo Bollito di carne (vitellone) Purè di patate con verdure Yogurt	<b>Piatto unico:</b> Pasta con sugo di pesce Verdura cotta o cruda Yogurt
<b>3° SETTIMANA</b> MERENDA POMERIDIANA	Fantasia di pasta all'olio Prosciutto cotto (infanzia)/ Pesce (nido) Piselli con verdure Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	<b>Piatto Unico:</b> Minestrone (pasta e fagioli) Carote cotte Yogurt alla frutta	Riso con crema di zucca o carciofi Formaggio Verdura cruda o cotta Budino	<b>Piatto Unico:</b> Carote julienne Pasta pasticcciata (con ragù di carne bianca, besciamella e formaggio) Frutta e pane	Passato di verdure con pasta Merluzzo o polpette di pesce Patate all'olio Pane e Latte
<b>4° SETTIMANA</b> MERENDA POMERIDIANA	<b>Piatto unico:</b> Verdura cotta o cruda Pasta di sugo di lenticchie Yogurt alla frutta Mousse di frutta (nido) Pane e marmellata (infanzia)	Riso al pomodoro Uova sode Carote Te' o latte con pane o fette biscottate	Passato di verdura con cous cous o pastina Pizza margherita Yogurt alla frutta	Pasta all'olio Pesce (bollito o polpette) Verdura cotta o cruda Pane e Latte o Frutta e Pane	Crema di patate con pasta Polpettone di tacchino con spinaci Verdura cotta o cruda Yogurt alla frutta

LA MERENDA DEL MATTINO E' A BASE DI FRUTTA FRESCA



## TABELLA DIETETICA IN VIGORE DA SETTEMBRE 2022

### NOTE SUL MENÙ



- La frittata al forno è preparata con uova biologiche nelle seguenti varianti:
  - con verdure (zucchine, carote, spinaci,...)
  - alla pizzaiola (pomodoro, formaggio e origano)
- Il pesce può variare tra i seguenti tipi e preparazioni:
  - bastoncini di merluzzo in filetto
  - cuori di nasello: al forno, alla vicentina, polpette, polpettone, burger, al vapore.
  - platessa
- Il formaggio può variare tra i seguenti tipi:
  - Asiago DOP
  - grana padano DOP
  - stracchino biologico
  - caciotta
  - edamer
  - mozzarella biologica
  - ricotta (per gli asili nido)
- Le verdure, crude o cotte, possono variare tra i seguenti tipi:
  - carote, bietole, cavolfiori, broccoli, lattuga, fagiolini, finocchi, pomodori, zucchine, zucca, spinaci, cavolo cappuccio, cavolo verza, ecc.
- Il dolce da forno può variare tra le seguenti preparazioni:
  - torta margherita
  - torta allo yogurt
  - treccia
  - torta di mele, ecc.
- La frutta è fresca di stagione.

**TABELLA DELLE GRAMMATURE, A CRUDO ED AL NETTO DAGLI SCARTI, DEGLI ALIMENTI CONSIGLIATI NEL MENÙ SCOLASTICO:**



<b>GRAMMATURA ALIMENTI A PERSONA (g)</b>	<b>Nido</b>	<b>Sc. Infanzia</b>	<b>Operatori</b>
<b>PRIMI PIATTI</b>			
Pasta o riso asciutti	50	60	100
Pasta o riso per minestre in brodo o con passati di verdure	30	30	40
Gnocchi di patate	0	120	250
<b>CONDIMENTI PER PRIMI PIATTI</b>			
Parmigiano o grana padano grattugiato	2/5	2/5	2/5
<b>SECONDI PIATTI</b>			
Carne: suino, vitellone, pollo, tacchino	40	50	100
Carne per "piatto unico"	55	70	120
Pesce	50	70	120
Pesce piatto unico	60	70/80	120/140
Formaggio fresco (Asiago DOP, Stracchino, Caciotta, Mozzarella, Ricotta)	30/40	40/50	80/100
Formaggio stagionato (Grana, Edamer)	20	30	70
Prosciutto cotto		30	60
Uova fresche intere biologiche (numero)	½	1	2
Legumi freschi	60	80	120
Legumi secchi	30	40	60
Pizza - trancio farcito crudo	60	75	150
<b>CONTORNI</b>			
Verdura cruda in foglia	20/30	30/40	80/100
Verdura cruda	30/40	40/50	100/150
Verdura da preparare cotta	60	80	150/200
Farina di Mais per polenta	20	30	50
Patate: contorno	80	120	200
Patate: piatto unico	100	150	250
<b>PANE</b>			
Pane comune	30	30	60
<b>FRUTTA FRESCA</b>			
Frutta fresca di stagione (g)	100	150	200
<b>PIATTI UNICI</b>			

Pizza - trancio farcito crudo	100	150	250
<b>CONDIMENTI PER IL PASTO</b>			
Olio extravergine d'oliva	10/15	10/15	20



## TIPOLOGIE DI MERENDE

### SPUNTINO MATTINO

Frutta fresca di stagione

### SPUNTINO POMERIGGIO

Frutta fresca di stagione con pane comune

Yogurt alla frutta

Tè o latte con pane o fette biscottate

Pane con marmellata

Dolce da forno

Macedonia

Mousse di frutta (per Asili Nido)

Budino

Gelato

<b>ALIMENTI MERENDE</b>	<b>NIDO</b>	<b>SCUOLA INFANZIA</b>
Frutta fresca di stagione (g)	100	150
Pane comune (g)	20	30
Marmellata (g)	10	15
Yogurt (g)	125	125
Latte fresco intero (ml)	100	100
Tè deteinato (ml)	120	150
Dolce da forno (g)	30	30
Budino (g)	125	125
Mousse di frutta: frutta fresca + yogurt	125	-
Gelato	50	50



### PRIMI PIATTI

PASTA ALL'OLIO			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5
Olio evo	5	5	7

RISO ALL'INGLESE			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Riso	50	60	100
Grana	7	7	10
Olio evo	5	5	7

PASTA/RISO AL POMODORO			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Pelati	40	50	90
Verdure	10	13	20
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5

PASTA CON SUGO DI PESCE (PU)			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Pesce	15	20	30
Pelati	30	35	40
Verdure	7	10	20
Olio evo	5	5	7

PERLE DI PATATE/PASTA AL RAGU' (PU)			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Perle/Pasta	50 (pasta)	120	250
Ragù di carne	10	15	25
Pelati	30	40	60
Verdure	10	15	25
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5

CREMA DI LEGUMI CON PASTINA (PU)			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Legumi secchi	10	15	25
Verdure	40	40	50
Pastina	30	30	40
Patate	20	30	40
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5

RISO CON VERDURE			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Riso	50	60	100
Pelati	30	35	40
Verdure	40	50	80
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5

PASTA PASTICCIATA (PU)			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	90
Pollo/tacchino	20	30	50
Besciamella	40	40	60
Verdure	5	10	15
Pelati	50	50	80
Olio evo	5	5	7
Grana	5	5	10

<b>PASTA AL PESTO GENOVESE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Pesto	5	10	15

<b>PASTA ALLE VERDURE CON POMODORO</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Pelati	20	30	60
Verdure	20	20	50
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5
Olio evo	5	5	7



<b>PASTA PESTO E POMODORO</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Pesto	5	10	15
Pelati	40	50	90
Verdure	10	15	20

<b>RISO CON ZUCCA, ZUCCHINE E CARCIOFI</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Riso	50	60	100
Verdure	20	30	50
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5
Fecola/farina	q.b.	q.b.	q.b.

<b>PASTINA IN BRODO DI VERDURE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	30	30	40
Verdure	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	5	7
Grana	2	3	5

<b>MINISTRONE DI PASTA E FAGIOLI (PU)</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	30	30	40
Patate	20	20	30
Fagioli secchi	15	20	30
Verdure	15	20	40
Olio evo	5	5	7
Grana	2	3	5

<b>PASSATO CON PASTINA/COUSCOUS</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Patate	40	40	50
Verdure	40	40	45
Pasta/couscous	30/15	30/15	40/20
Olio evo	5	5	7
Grana	2	3	5

<b>CREMA DI PATATE CON PASTINA</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Patate	35	45	50
Verdure	25	35	50
Pastina	30	30	40
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5

<b>MINISTRA DI POMODORI E PATATE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pomodoro	10	15	30

<b>RISO CON CREMA DI ZUCCHINE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Riso	50	60	100

Patate	50	65	100
Olio evo	5	5	7
Grana	2	3	5
Pasta	30	30	40

Verdure - zucchine	20	30	50
Olio evo	5	5	7
Grana	da 2 a 5	da 2 a 5	5
Fecola/farina	q.b.	q.b.	q.b.

RISI E BISI			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Riso	50	60	100
Piselli freschi	30	30	40
Verdure	40	40	60
Grana	2	3	5
Fecola/farina	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA CON SUGO DI LENTICCHIE (PU)			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pasta	50	60	100
Lenticchie	15	20	30
Pelati	30	35	40
Verdure	7	10	20
Olio evo	5	5	7



### SECONDI PIATTI

PESCE ALLA VICENTINA CON POLENTA E PATATE (PU)			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Nasello	60	70/80	120/140
Verdure	10	15	20
Patate	100	150	200/250
Latte uht	10	15	25
Olio evo	7	7	10
Farina 00	q.b.	q.b.	q.b.
Farina di mais	20	30	60

POLPETTONE DI TACCHINO CON SPINACI			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Tacchino	40	50	100
Spinaci	7	10	15
Grana	3	4	5
Uova	3	4	6
Patate o Pane	2	3	5
Latte	5	6	8

FRITTATA ALLE VERDURE/PIZZAIOLA			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Uova	Metà	1	2
Latte	8	10	15
Formaggio	2	3	4
Verdure	20	30	50

MACINATO/SPEZZATINO DI POLLO O TACCHINO			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pollo/Tacchino	40	50	100
Cipolle/carote	10	20	25
Pelati	7	10	15
Farina 00	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	5	7

PIZZA MARGHERITA			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Base	32	40	80

POLPETTE DI PESCE			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Nasello/platessa	50	70	120

Pelati	12	15	30
Formaggio	16	20	40

Verdure	10	15	20
Pane/patate	20	25	30
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.

<b>NASELLO AL FORNO CON PURE' DI PATATE- ALLE VERDURE (PU)</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Nasello	60	70/80	120/140
Verdure	15	15	20
Olio evo	5	7	
Patate	80	120	250
Latte	10	15	45
Burro	2	3	5
Grana	3	4	5

<b>LENTICCHIE CON CAROTE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Lenticchie secche	30	40	50
Verdure	10	10	20
Pomodoro	12	15	20
Olio evo	5	5	7

<b>STRACCETTI DI POLLO PATATE E PISELLI (PU)</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Pollo disossato	55	70	120
Verdure	12	15	20
Patate	100	150	200
Piselli	60	80	100
Olio evo	7	7	10

<b>INSALATA CAPRESE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Mozzarella	30/40	40/50	80/100
Pomodoro	40	50	100
Olio evo	5	5	7
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.

<b>FRITTATA DI CECI</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Farina di ceci	30	40	60
Rosmarino	qb	qb	qb
Olio evo	5	5	7
Acqua	90	120	180

<b>FAGIOLI/CECI</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Legumi secchi	30	40	50
Olio evo	5	5	7



### CONTORNI

<b>PURE' DI PATATE CON VERDURE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Patate	80	120	250
Latte	10	15	45
Burro	2	3	5
Grana	3	4	5

<b>MACEDONIA DI VERDURE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Carote	15	20	50
Piselli	20	25	50
Patate	35	40	80
Olio evo	5	5	7

<b>ZUCCHINE TRIFOLATE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Zucchine	60	80	150

<b>PISELLI CON VERDURE</b>			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Piselli	60	80	100

Verdure	5	6	10
Olio evo	5	5	7
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.

Verdure	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	6	8	10
Olio evo	5	5	7

### DOLCI

DOLCE DA FORNO			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Farina	12	16	
Zucchero	10	16	
Latte	5	8	
Uova	8	12	
Olio evo	2	4	
Vaniglia	q.b.	q.b.	
Buccia di limone	q.b.	q.b.	
Lievito	q.b.	q.b.	

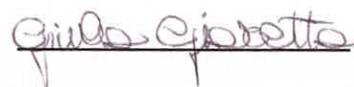
BUDINO AL CACAO/VANIGLIA			
GRAMMATURE	NIDO	SC. INFANZIA	OPERATORI
Latte UHT	60	80	
Preparato al cacao o vaniglia	10	14	

### DOCUMENTO REDATTO A CURA DI:

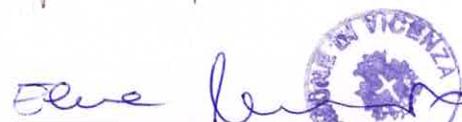
Pavan Pierpaolo      Direttore Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - ULSS n. 8 "Berica"




Giaretta Giulia      Dietista del Servizio Igiene degli alimenti e Nutrizione - ULSS n. 8 "Berica"



Munaretto Elena      Direttore Servizio Istruzione, Sport, Partecipazione del Comune di Vicenza




Rigobello Pietro      Coordinatore del Servizio di Ristorazione Scolastica del Comune di Vicenza