



**AZIENDA USL N° 8 - CAGLIARI - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**  
**FORNITURA PASTI MENSE SCOLASTICHE**

**GRAMMATURE DEGLI ALIMENTI SUDDIVISE PER FASCE DI ETA'**

Le quantità si intendono orientative per persona e per pasto. Il peso è a crudo e al netto degli scarti.  
 L'unità di misura è il grammo, se non diversamente specificato.

TIPO DI ALIMENTO	QUANTITA' PER FASCIA DI ETA'			
	3 - 5 aa	6 - 8aa	8 -10 aa	10 - 14aa
<b>PANE</b>	40-8	60g	-70g	NO
Pasta per minestre asciutte	50 - 60	60 - 70	70 - 80	80 - 90
Riso per minestre asciutte o risotti	50 - 60	60 - 70	70 - 80	80 - 90
Farina di Mais ( per polenta)	50 - 60	60 - 70	70 - 80	80 - 90
Pastina per brodo vegetale o minestrini	20 - 25	25 - 30	30 - 35	35 - 40
Riso per brodo vegetal o minestrini	ID	ID	ID	ID
Semolino / Fregolina per brodo veg.o di carne	ID	ID	ID	ID
Patate -Razione per primi piatti	100- 150	150- 200	200- 250	250- 300
Patate -Razione per contorni	60- 80	100- 120	140- 160	180- 200
Patate -come ingred.di minestre	15	20	30	40
Patate -come ingrediente del brodo vegetale	15	20	30	40
Gnocchi di patate	100- 120	120- 140	140- 160	160- 180
<b>Legumi:</b> fagioli,ceci,etc.per minestre	20 - 25	25- 30	35- 40	45- 50
<b>Carni:</b> pollo, tacchino, vitello, maiale per bollito,arrosto,brasato,braciola,spezzat.	80	100	120	180
Prosciutto cotto/ crudo	40	50	60	70
Macinato per polpette,hamburger	80	100	120	180
Macinato per ragù	20	30	40	50
<b>Pesci:</b> Bastoncini di merluzzo al forno	2	3	4	5
<b>Formaggi :</b> Razione per secondi piatti				
Parmiggiano	45	50	60	70
Formaggi dolci di latte vaccino	50	60	70	80
Mozzarella di latte vaccino	60	70	80	100
Ricotta di latte vaccino	70	80	100	120
Grattugiato per condimento	7	10	15	20
<b>Uova</b>	1	1	1+ 1/2	2
Come ingrediente delle polpette: oppure: 1/2 uovo ogni g 150 di macinato		uova n° 4 per kg di carne		
<b>Condimenti</b>				
Olio extraverg. di oliva. Tutti i primi piatti	7	8	10	12
tutti i piatti di carne	5	6	7	8
Insalate e verdure cotte	5	6	8	10
Burro tutti i piatti	10	12	15	20
<b>Ortaggi</b>				
Verdure per brodo,passati,minestre	tot. 150	tot. 200	tot. 250	tot. 300
cipolla	15	20	30	40
carota	20	30	40	50
fagiolini	15	20	30	40
cavoli	15	20	30	40
bietole	20	30	40	50
sedani	10	10	15	20
pelati	10	10	15	20
patate	15	20	30	40
Verdure crude di contorno,miste di stagione	70	100	150	200
Frutta fresca di stagione,parte edibile	120	150	180	250
<b>PIZZA</b> - pasta 85g pelati 45g				

*m. p. ello 35g*

COMUNE DI VILLA SAN PIETRO  
 Piazza San Pietro, 6  
 09010 Prov. CA



**MENU' MATERNA**

	<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
<b>1^ S E T T.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- farfalline al sugo vegetale</li> <li>- prosciutto cotto</li> <li>- insalata verde</li> <li>- pane</li> <li>- mela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- minestrone con pasta</li> <li>- Tacchino al forno</li> <li>- patate al forno</li> <li>- pane</li> <li>- budino</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- penne al burro</li> <li>- bastoncini al forno</li> <li>- insalata mista</li> <li>- pane</li> <li>- frutta di stagione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- minestra di riso</li> <li>- coscette di pollo</li> <li>- patate al verde</li> <li>- pane</li> <li>- (arancia) mela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lasagne al forno</li> <li>- formaggio dolce</li> <li>- insalata di carote</li> <li>- pane</li> <li>- yogurt</li> </ul>
<b>2^ S E T T.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- riso in bianco</li> <li>- polpette al sugo</li> <li>- insalata verde</li> <li>- pane</li> <li>- mela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- passato di verdure</li> <li>- hamburger alla griglia</li> <li>- patate al forno</li> <li>- pane</li> <li>- banana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pizza margherita</li> <li>- prosciutto cotto</li> <li>- finocchi e carote</li> <li>- pane</li> <li>- arancio (pera)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pastina in brodo</li> <li>- bastoncini di pesce</li> <li>- patate lesse in insalata</li> <li>- pane</li> <li>- pera (mandarini o mandaranci)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pasta alla sorrentina</li> <li>- cotolette alla milanese</li> <li>- insalata mista</li> <li>- pane</li> <li>- pesca (mela)</li> </ul>
<b>3^ S E T T.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pasta al burro</li> <li>- petto di pollo al forno</li> <li>- insalata di pomodoro</li> <li>- pane</li> <li>- pera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- minestra con legumi</li> <li>- bastoncini al forno</li> <li>- patate al verde</li> <li>- pane</li> <li>- yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- riso al sugo</li> <li>- uovo sodo, o soufflé</li> <li>- insalata mista</li> <li>- pane</li> <li>- mela</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pastina in brodo</li> <li>- formaggio dolce</li> <li>- patate lesse</li> <li>- pane</li> <li>- clementini (banana)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pasta al ragù</li> <li>- scaloppine pizzaiola</li> <li>- insalata finocchi e carote</li> <li>- pane</li> <li>- frutta di stagione</li> </ul>

Azienda U.S.L. No 8 - Cagliari  
 Servizio Igiene degli Alimenti  
 e della Nutrizione  
 Il Responsabile  
 (Dr. ...)



COMUNE DI VILLA SAN PIETRO  
Piazza San Pietro, 6

OGGETTO: Mensa scuola materna.

**1^ SETTIMANA:**

- **LUNEDI'**                    Pasta al sugo vegetale (pasta, olio d'oliva extra vergine, pomodori pelati parmigiano, verdure);  
Prosciutto cotto  
Insalata verde (lattuga, sale, olio)  
Mela.
  
- **MARTEDI'**                    Minestrone con pasta (Pasta corta, olio extra vergine d'oliva, ortaggi misti, patate, pomodori pelati, parmigiano);  
Tacchino al forno (Carne, olio d'oliva extravergine, erbe aromatiche);  
Patate al forno (patate, olio, rosmarino);  
Budino (Preparazione artigianale).
  
- **MERCOLEDI'**                    Pasta al burro (Pasta, olio extra vergine d'oliva, parmigiano)  
Bastoncini al forno.  
Insalata mista (misto di verdure, sale, olio)  
Frutta di stagione.
  
- **GIOVEDI'**                    Minestra di riso (riso, brodo vegetale, parmigiano)  
Cosciette di pollo (carne, sale, olio, aromi)  
Patate al verde (Patate, olio, cipolla)  
(arancia) mela
  
- **VENERDI'**                    Lasagne al forno (pasta, ragù di carne, mozzarella, besciamella)  
Formaggio dolce.  
Insalata di carote (carote, olio extra vergine d'oliva, sale);  
Yogurt.



Azienda U.S.L. N.° 8 - Cagliari  
Servizio Igiene degli Alimenti  
e della Nutrizione  
Il Responsabile del Servizio  
(Dr. Giuseppe Cuccu)



2^ SETTIMANA:



- **LUNEDI'**                    Riso al burro (riso, burro, parmigiano)  
Polpette al sugo (carne macinata, uovo, pane grattugiato, prezzemolo, altri aromi, olio, salsa di pomodoro)  
Insalata verde (insalata, sale, olio)  
mela
  
- **MARTEDI'**                    Passato di verdure (ortaggi misti, patate, olio extra vergine d'oliva, pomodori pelati);  
Hamburger (carne macinata, carote tritate, aromi);  
Patate al forno (patate, olio, rosmarino);  
Banana.
  
- **MERCOLEDI'**                    Pizza margherita (Pasta per pizza, pomodoro, mozzarella, olio)  
Prosciutto cotto  
Finocchi e carote  
Arancia (pera)
  
- **GIOVEDI'**                    Pastina in brodo (pasta corta, brodo vegetale, parmigiano)  
Bastoncini di pesce al forno (bastoncini);  
Patate lesse in insalata (patate, sale, olio extra vergine);  
Yogurt.
  
- **VENERDI'**                    pasta alla sorrentina (gnocchi di patate, sugo di pomodoro, cipolla, olio, mozzarella)  
Cotolette alla milanese (carne, pane grattugiato, uovo)  
Insalata verde.



Azienda U.S.L. N. 8 - Cagliari  
Servizio Igiene degli Alimenti  
e della Nutrizione  
Il Responsabile del Servizio  
(D. Giuseppe Crisafu)

**3^ SETTIMANA:**

- **LUNEDI'**            Pasta al burro (pasta, burro, parmigiano)  
Petto di polo al forno (carne, olio, aromi)  
Insalata di pomodori (pomodori, sale, olio, basilico)  
Pera
  
- **MARTEDI'**        Minestra con legumi (pasta corta, olio d'oliva, ortaggi misti, patate,  
pomodori pelati, parmigiano, legumi);  
Bastoncini di merluzzo al forno (bastoncini)  
Patate al verde (patate, olio, cipolla)  
yogurt
  
- **MERCOLEDI'**    Riso al sugo (riso, sugo, cipolla, parmigiano)  
Uova sodo, soufflé (uova, sale, olio)  
Insalata mista (verdura mista, sale, olio)  
mela
  
- **GIOVEDI'**        Pastina in brodo vegetale (pasta corta, brodo vegetale, parmigiano)  
Formaggio dolce  
Patate lesse (patate, olio, sale)  
Clementini (banana)
  
- **VENERDI'**        Pasta al ragù (sugo di pomodoro, carne macinata, sedano carote,  
cipolle, olio, sale)  
Scaloppine alla pizzaiola (carne, olio, capperi, origano, pomodori)  
Insalata finocchi e carote (finocchi, carote, olio, sale)  
Frutta di stagione.



Azienda U.S.L. N. 8 - Cagliari  
Servizio Igiene degli Alimenti  
e della Nutrizione  
Il Responsabile del Servizio  
(Dr. Giuseppa Crinesu)

