

BOZZA MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA - SECONDARIA DI 1 GRADO AS 2020-2021

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1 [^] Settimana	pasta in bianco (pasta, grana, olio evo)	risotto al pomodoro (riso, sugo, grana)	zuppa di cereali e legumi (mix cereali e legumi, minestrina)	lasagne al forno (lasagne, sugo, besciamella, grana)	pasta al ragù di tonno (pasta, sugo, tonno, aromi)
	cosce di pollo	Arista al forno (arista, carote, aromi, olio evo)	filetti di platessa gratinati (platessa, pane grattugiato, olio evo)	verdura fresca di stagione	uova all'occhio di bue
	verdura cotta	verdura fresca di stagione	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura cotta
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane frutta	Pane Frutta	Pane Frutta
2 [^] Settimana	Ravioli di formaggio al ragù (ravioli di formaggio, ragù, grana)	Gnocchetti al sugo (gnocchetti, sugo, grana)	pasta al pomodoro (pasta, sugo, grana)	minestrone di legumi (patate, lenticchie, fagioli, sedano, carote cipolle, olio evo)	riso alla parmigiana (riso, olio evo, grana)
	verdura fresca di stagione	cosce di pollo	omelette con prosciutto cotto e verdure (uovo, prosciutto cotto, verdure)	formaggio dolce km 0	filetti di merluzzo pastellati (merluzzo, olio evo)
	Pane Frutta	verdura cotta	Pane Frutta	patate al forno	verdura cotta
				Pane Frutta	Pane frutta
3 [^] Settimana	riso al pomodoro (riso, sugo, grana)	pasta in bianco (pasta, grana, olio evo)	passato di verdure (patate, legumi secchi, verdure, olio evo)	risotto con le verdure (riso, verdure di stagione, olio evo)	lasagne al forno (lasagne, sugo, besciamella, grana)
	cotoletta di maiale al forno (lonza, panatura)	spezzatino (bovino, carote, patate, olio evo, aromi)	sformato di uova e patate (uova, patate, grana, olio evo, aromi)	filetti di merluzzo con pomodorini e aromi (merluzzo, pomodorini, olio evo, aromi)	verdura fresca di stagione
	verdura fresca di stagione		Pane Frutta	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta
4 [^] settimana	minestra in brodo di carne (minestrina, brodo di manzo)	risotto alla parmigiana (riso, olio evo, grana)	pasta in bianco (pasta, grana, olio evo)	risotto allo zafferano (riso, olio evo, zafferano)	pasta al pomodoro (pasta, sugo, grana)
	lesso di manzo	polpettone al sugo (carne macinata, verdure, pane grattugiato, uova, aromi)	merluzzo al forno (merluzzo, olio evo)	frittata di verdure (uova, verdure, aromi)	mozzarella
	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione		verdura fresca di stagione
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta

Allergeni: scritti in grassetto

NOTE: agli utenti che per motivi etici e/o religiosi non consumano carni si provvede alla sostituzione di queste con formaggi, uova, pesce e preparazioni di tipo vegetariano (es. soia).



031212020

Comune di Dorgali

SERCOL S.R.L.

BOZZA MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA - SECONDARIA DI 1 GRADO AS 2020-2021

PER INTOLLERANTI AL LATTOSIO

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1 [^] Settimana	pasta in bianco (pasta, grana lactose free, olio evo)	risotto al pomodoro (riso, sugo, grana lactose free)	zuppa di cereali e legumi (mix cereali e legumi, minestrina)	lasagne al forno (preparazione in monoporzione gluten free e lactose free)	pasta al ragù di tonno (pasta, sugo, tonno, aromi)
	cosce di pollo	Arista al forno (arista, carote, aromi, olio evo)	filetti di platessa gratinati (platessa, pane grattugiato, olio evo)		uova all'occhio di bue
	verdura cotta	verdura fresca di stagione	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura cotta
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane frutta	Pane Frutta	Pane Frutta
2 [^] Settimana	Ravioli di formaggio al ragù (preparazione in monoporzione gluten free e lactose free)	Gnocchetti al sugo (gnocchetti, sugo, grana lactose free)	pasta al pomodoro (pasta, sugo, grana lactose free)	minestrone di legumi (patate, lenticchie, fagioli, sedano, carote cipolle, olio evo)	riso alla parmigiana (riso, olio evo, grana lactose free)
	verdura fresca di stagione	cosce di pollo	omelette con prosciutto cotto e verdure (uovo, prosciutto cotto lactose free, verdure)	formaggio dolce km 0 (formaggio lactose free)	filetti di merluzzo pastellati (merluzzo, olio evo)
	Pane Frutta	verdura cotta	Pane Frutta	patate al forno	verdura cotta
3 [^] Settimana	riso al pomodoro (riso, sugo, grana lactose free)	pasta in bianco (pasta, grana lactose free, olio evo)	passato di verdure (patate, legumi secchi, verdure, olio evo)	risotto con le verdure (riso, verdure di stagione, olio evo)	lasagne al forno (preparazione monoporzione gluten free e lactose free)
	cololetta di maiale al forno (lonza, panatura)	spezzatino (bovino, carote, patate, olio evo, aromi)	sformato di uova e patate (uova, patate, olio evo, aromi)	filetti di merluzzo con pomodorini e aromi (merluzzo, pomodorini, olio evo, aromi)	
	verdura fresca di stagione	Pane Frutta	Pane Frutta	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta
4 [^] settimana	minestrina in brodo di carne (minestrina, brodo di manzo)	risotto alla parmigiana (riso, olio evo, grana lactose free)	pasta in bianco (pasta, grana lactose free, olio evo)	risotto allo zafferano (riso, olio evo, zafferano)	pasta al pomodoro (pasta, sugo, grana)
	lesso di manzo	polpettone al sugo (carne macinata, verdure, pane grattugiato, uova, aromi)	merluzzo al forno (merluzzo, olio evo)	frittata di verdure (uova, verdure, aromi)	mozzarella (lactose free) 2/9
	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione		verdura fresca di stagione
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta

Allergeni: scritti in grassetto

NOTE: agli utenti che per motivi etici e/o religiosi non consumano carni si provvede alla sostituzione di queste con formaggi, uova, pesce e preparazioni di tipo vegetariano (es. soia).



03/12/20

BOZZA MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA - SECONDARIA DI 1 GRADO AS 2020-2021

PER MOTIVI RELIGIOSI

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1 ^a Settimana	pasta in bianco (pasta, grana, olio evo)	risotto al pomodoro (riso, sugo, grana)	zuppa di cereali e legumi (mix cereali e legumi, minestrina)	lasagne al forno (lasagne, sugo, besciamella, grana)	pasta al ragù di tonno (pasta, sugo, tonno, aromi)
	cosce di pollo	hamburger/polpette soia (soia, carote, aromi, olio evo)	filetti di platessa gratinati (platessa, pane grattugiato, olio evo)	verdura fresca di stagione	uova all'occhio di bue
	verdura cotta	verdura fresca di stagione	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura cotta
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane frutta	Pane Frutta	Pane Frutta
2 ^a Settimana	Ravioli di formaggio al ragù (ravioli di formaggio, ragù, grana)	Gnocchetti al sugo (gnocchetti, sugo, grana)	pasta al pomodoro (pasta, sugo, grana)	minestrone di legumi (patate, lenticchie, fagioli, sedano, carote cipolle, olio evo)	riso alla parmigiana (riso, olio evo, grana)
	verdura fresca di stagione	cosce di pollo	omelette con verdure (uovo, verdure)	formaggio dolce km 0	filetti di merluzzo pastellati (merluzzo, olio evo)
	Pane Frutta	verdura cotta	Pane Frutta	patate al forno	verdura cotta
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane frutta
3 ^a Settimana	riso al pomodoro (riso, sugo, grana)	pasta in bianco (pasta, grana, olio evo)	passato di verdure (patate, legumi secchi, verdure, olio evo)	risotto con le verdure (riso, verdure di stagione, olio evo)	lasagne al forno (lasagne, sugo, besciamella, grana)
	cotoletta di pollo (pollo, panatura)	spezzatino (bovino, carote, patate, olio evo, aromi)	sformato di uova e patate (uova, patate, grana, olio evo, aromi)	filetti di merluzzo con pomodorini e aromi (merluzzo, pomodorini, olio evo, aromi)	verdura fresca di stagione
	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione	Pane Frutta	verdura fresca di stagione	Pane Frutta
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta
4 ^a settimana	minestra in brodo di carne (minestrina, brodo di manzo)	risotto alla parmigiana (riso, olio evo, grana)	pasta in bianco (pasta, grana, olio evo)	risotto allo zafferano (riso, olio evo, zafferano)	pasta al pomodoro (pasta, sugo, grana)
	lesso di manzo	polpettone al sugo (macinato bovino, verdure, pane grattugiato, uova, aromi)	merluzzo al forno (merluzzo, olio evo)	frittata di verdure (uova, verdure, aromi)	mozzarella
	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione
	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta	Pane Frutta



Allergeni: scritti in grassetto

NOTE: agli utenti che per motivi etici e/o religiosi non consumano carni si provvede alla sostituzione di queste con formaggi, uova, pesce e preparazioni di tipo vegetariano (es. soia).

03/12/20

[Handwritten signature]

Comune di Dorgali

SERCOL S.R.L.

BOZZA MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA - SECONDARIA DI 1 GRADO AS 2020-2021

PER CELIACI

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1 [^] Settimana	pasta in bianco (pasta gluten free, grana, olio evo)	risotto al pomodoro (riso, sugo, grana)	zuppa di cereali e legumi (mix cereali e legumi, minestrina gluten free)	lasagne al forno (preparazione in monoporzione gluten free e lactose free)	pasta al ragù di tonno (pasta gluten free, sugo, tonno, aromi)
	cosce di pollo	Arista al forno (arista, carote, aromi, olio evo)	filetti di platessa grainati (platessa, panatura con farina di mais, olio evo)	verdura fresca di stagione	uova all'occhio di bue
	verdura cotta	verdura fresca di stagione	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura cotta
	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free
	Fruita	Fruita	frutta	Fruita	Fruita
2 [^] Settimana	Ravioli di formaggio al ragù (preparazione in monoporzione gluten free e lactose free)	Gnocchetti al sugo (gnocchetti gluten free, sugo, grana)	pasta al pomodoro (pasta gluten free sugo, grana)	minestrone di legumi (patate, lenticchie, fagioli, sedano, carote cipolle, olio evo)	riso alla parmigiana (riso, olio evo, grana)
	verdura fresca di stagione	cosce di pollo	omelette con prosciutto cotto e verdure (uovo, prosciutto cotto, verdure)	formaggio dolce km 0	filetti di merluzzo pastellati (filetti di merluzzo con panatura gluten free, olio evo)
	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	patate al forno	verdura cotta
	Fruita	Fruita	Fruita	Pane gluten free	Pane gluten free
3 [^] Settimana	riso al pomodoro (riso, sugo, grana)	pasta in bianco (pasta gluten free, grana, olio evo)	passato di verdure (patate, legumi secchi, verdure, olio evo)	risotto con le verdure (riso, verdure di stagione, olio evo)	lasagne al forno (preparazione in monoporzione gluten free e lactose free)
	cotoletta di maiale al forno (lonza, panatura con farina di mais)	spezzatino (bovino, carote, patate, olio evo, aromi)	sformato di uova e patate (uova, patate, grana, olio evo, aromi)	filetti di merluzzo con pomodorini e aromi (merluzzo, pomodorini, olio evo, aromi)	
	verdura fresca di stagione	Pane gluten free	Pane gluten free	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione
	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free
	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita
4 [^] settimana	minestra in brodo di carne (minestrina gluten free, brodo di manzo)	risotto alla parmigiana (riso, olio evo, grana)	pasta in bianco (pasta gluten free, grana, olio evo)	risotto allo zafferano (riso, olio evo, zafferano)	pasta al pomodoro (pasta gluten free, sugo, grana)
	lesso di manzo	polpettone al sugo (carne macinata, verdure, panatura con farina di mais, uova, aromi)	merluzzo al forno (merluzzo, olio evo)	frittata di verdure (uova, verdure, aromi)	mozzarella
	patate lesse	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione	verdura fresca di stagione
	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free	Pane gluten free
	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita	Fruita

Allergeni: scritti in grassetto

NOTE: agli utenti che per motivi etici e/o religiosi non consumano carni si provvede alla sostituzione di queste con formaggi, uova, pesce e preparazioni di tipo vegetariano (es. soia).



03/12/2020

PRIMI PIATTI**PASTA IN BIANCO**

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pasta di semola	gr	50-60	70-80	80-100
Grana	gr	6-7	7-8	8-9
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

RISOTTO AL POMODORO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Riso	gr	50-60	70-80	80-100
Sugo di pomodoro	gr	65-90	80-110	90-130
Grana	gr	6-7	7-8	8-9

ZUPPA DI CEREALI E LEGUMI

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Minestrina	gr	20-25	25-30	35-40
Mix di cereali /legumi	gr	20-25	25-30	35-40
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

LASAGNE AL FORNO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pasta all'uovo secca	gr	45-55	55-65	65-75
Sugo di pomodoro	gr	65-90	80-110	90-130
Formaggio media stagionatura	gr	40	50	60
Besciamella	gr	q.b	q.b	q.b

PASTA AL RAGU DI TONNO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pasta di semola	gr	50-60	70-80	80-100
Sugo di pomodoro	gr	65-90	80-110	90-130
Tonno per ragù	gr	20-25	25-30	30-35

MINISTRINA IN BRODO DI CARNE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Minestrina di semola	gr	25-30	35-40	40-50
Brodo di carne	gr	q.b	q.b	q.b
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

PASTA AL POMODORO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pasta di semola	gr	50-60	70-80	80-100
Sugo di pomodoro	gr	65-90	80-110	90-130
Grana	gr	6-7	7-8	8-9

519

03/12/20



RAVIOLI AL RAGU'

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Ravioli	gr	120	140	160
Sugo di pomodoro	gr	65-90	80-110	90-130
Carne del ragù (in sostituzione del secondo)	gr	50-60	60-70	70-80
Grana	gr	6-7	7-8	8-9

PASSATO DI VERDURE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Patate	gr	60-80	80-90	100-120
Legumi secchi	gr	25-30	30-35	35-40
Verdure per passati	gr	150	200	250
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

RISOTTO ALLO ZAFFERANO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Riso	gr	50-60	70-80	80-100
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Zafferano	gr	q.b	q.b	q.b

RISOTTO ALLE VERDURE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Riso	gr	50-60	70-80	80-100
Verdure	gr	150	200	250
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

RISOTTO ALLA PARMIGIANA

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Riso	gr	50-60	70-80	80-100
Grana	gr	6-7	7-8	8-9
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

MINISTRONE DI LEGUMI

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Patate	gr	60-80	80-90	100-120
Legumi secchi	gr	25-30	30-35	35-40
Verdure per passati	gr	150	200	250
olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

GNOCCHETTI AL SUGO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Gnocchetti	gr	50-60	70-80	80-100
Sugo di pomodoro	gr	65-90	80-110	90-130
Grana	gr	6-7	7-8	8-9

03/12/20

ell



SECONDI PIATTI**COSCE DI POLLO ARROSTO**

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Carne di pollo	gr	50-60	60-70	70-80
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

ARISTA AL FORNO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Arista	gr	50-60	60-70	70-80
Carote	gr	100	150-200	200-250
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

FILETTI DI PLATESSA/MERLUZZO GRATINATI/PASTELLATI

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pesce	gr	60-70	80-90	100-150
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Pane grattugiato	gr	q.b	q.b	q.b

UOVA ALL'OCCHIO DI BUE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Uovo	qt.	1	1	1
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

LESSO DI MANZO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Manzo	gr	50-60	60-70	70-80
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

FORMAGGIO DOLCE KM0

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Formaggio fresco	gr	50-60	60-70	80-100
Formaggio media stagionatura	gr	40	50	60

OMELETTE CON PROSCIUTTO COTTO E VERDURE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Uovo	qt.	1	1	1
Prosciutto cotto	gr	q.b	q.b	q.b
Ortaggi freschi	gr	100	150-200	200-250
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

COTOLETTA DI MAIALE AL FORNO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Carne di maiale	gr	50-60	60-70	70-80
Panatura	gr	q.b	q.b	q.b
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10



03/12/20

SPEZZATINO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Carne	gr	50-60	60-70	70-80
Patate	gr	50	75-80	100-150
Carote	gr	50	75-80	100-150
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

SFORMATO DI UOVA E PATATE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Uova	qt.	1	1	1
Patate	gr	100	150-200	200-250
Grana	gr	q.b	q.b	q.b
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

FILETTI DI MERLUZZO CON POMODORINI

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pesce	gr	60-70	80-90	100-150
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Pane grattugiato	gr	q.b	q.b	q.b
Pomodorini	gr	q.b	q.b	q.b

POLPETTONE AL SUGO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Carne	gr	50-60	60-70	70-80
Uova	gr	q.b	q.b	q.b
Pane grattugiato	gr	q.b	q.b	q.b
Sugo	gr	q.b	q.b	q.b

FRITTATA DI VERDURE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Uovo	qt.	1	1	1
Ortaggi freschi	gr	100	150-200	200-250
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10
Aromi	gr	q.b	q.b	q.b

MERLUZZO AL FORNO

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pesce	gr	60-70	80-90	100-150
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10

CONTORNI

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Verdure fresche di stagione	gr	45	50	60
Verdure gelo	gr	100	150-200	200-250
Patate	gr	100-120	140-160	160-200
Olio evo	gr	6-7	7-9	9-10



03/12/20
ell

VARIE

INGREDIENTI	U.M.	3-6 ANNI	6-11 ANNI	11-14 ANNI E ADULTI
Pane	gr	40	50	60
Frutta Fresca	gr	150	150-200	200
Olio evo totale	gr	12-15	15-18	18-20

03/12/20



[Handwritten signature] 9/9