



# Istituto "Bambin Gesù"

Mensa scolastica 2021 - 2022

*Dot.ssa Luana Collabrusco*  
**NUTRIZIONISTA - DIETOLOGO**  
Specialista in scienza dell'Alimentazione  
Via S. Maria Maddalena, 9 - ☎ 075 / 310538  
06100 - PERUGIA - TEL. 075 / 310538  
E-MAIL: [collabrusco@bambinigesu.it](mailto:collabrusco@bambinigesu.it)  
DOTT. GIUSEPPE TADINO (PG)

|                          | LUNEDÌ   | MARTEDÌ  | MERCOLEDÌ   | GIOVEDÌ  | VENERDÌ   |
|--------------------------|--|--|---|--|---|
| <b>Prima settimana</b>   | Pasta panna e salsiccia<br>Cotoletta al forno<br>Insalata<br>Pane<br>Frutta          | Riso con zucchini<br>Formaggio<br>Verdure di stagione<br>Pane<br>Frutta        | Pasta al pomodoro<br>Prosciutto cotto<br>Verdure di stagione<br>Pane<br>Frutta          | Pasta in bianco<br>Rostbeef<br>Insalata/purè di patate<br>Pane<br>Frutta             | Pasta al pomodoro<br>Formaggio fresco<br>Verdura di stagione<br>Pane<br>Frutta              |
| <b>Seconda settimana</b> | Pasta olio e parmigiano<br>Polpette al ragù<br>Verdure di stagione<br>Pane<br>Frutta | Pasta al pomodoro<br>Formaggio fresco<br>Verdure di stagione<br>Pane<br>Frutta | Pastina con brodo<br>Pollo lesso<br>Purè<br>Pane<br>Frutta                              | Pasta al pomodoro<br>Frittata<br>Carote in insalata<br>Pane<br>Frutta                | Pasta olio e parmigiano<br>Plattessa al forno<br>Insalata<br>Pane<br>Frutta                 |
| <b>Terza settimana</b>   | Pasta al ragù<br>Coscioni di pollo<br>Purè<br>Pane<br>Frutta                         | Passato di legumi<br>Frittata<br>Pomodori<br>Pane<br>Frutta                    | Pasta olio e parmigiano<br>Straccetti di pollo<br>Verdura di stagione<br>Pane<br>Frutta | Riso al ragù<br>Prosciutto cotto<br>Patate arrosto<br>Pane<br>Frutta                 | Pasta al pomodoro<br>Formaggio fresco<br>Verdura di stagione<br>Pane<br>Frutta              |
| <b>Quarta settimana</b>  | Pasta al pomodoro<br>Salsicce e lenticchie<br>Pane<br>Frutta                         | Pasta olio e parmigiano<br>Stracchino<br>Insalata<br>Pane<br>Frutta            | Pasta al pomodoro<br>Frittata<br>Verdura di stagione<br>Pane<br>Frutta                  | Pasta olio e parmigiano<br>Polpette al sugo<br>Verdure di stagione<br>Pane<br>Frutta | Passato di verdure con<br>pastina<br>Plattessa al forno<br>Patate arrosto<br>Pane<br>Frutta |





## Istituto "Bambin Gesù"

Mensa scolastica 2021 – 2022

*Dott.ssa Ivana Collebriusco*  
NUTRIZIONISTA - DIETOLOGO  
Specialista in Scienza dell'Alimentazione  
Via XXV Aprile - ☎ 075/910538  
06023 GUALDO TADINO (PG)

| GRAMMATURA<br>BAMBINI 2-5 ANNI |                 | GRAMMATURA<br>BAMBINI 6-11 ANNI |                                  |
|--------------------------------|-----------------|---------------------------------|----------------------------------|
| Pasta 30/50 g                  | Pane 20 g       | Pasta 50 g                      | Verdura 100 g                    |
| Carne 30/40 g                  | Frutta 80 g     | Carne 70/90 g                   | Frutta 100 g                     |
| Formaggi 30/50 g               | Verdure 40/50 g | Formaggi 70/80 g                | Olio extra vergine di olivo 10 g |
| Pesce 50/60 g                  | Parmigiano 5 g  | Pesce 70 g                      | Parmigiano 5 g                   |
| Legumi 15/20 g                 | Olio 5 g        | Pane 40/50 g                    | Uovo 1                           |
| Uova 1/2 solo rosso            | Burro 5 g       | Legumi 30 g                     | Affettato 40 g                   |

