



Comune di Castrolibero

(Provincia di Cosenza)

TABELLE DIETETICHE E CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI

(PRIMARIA - INFANZIA - SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO)

AUTUNNO/INVERNO

A.S. 2025/2026

MENÙ	
PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
LUNEDÌ Pasta con lenticchie (passati per le materne) Bastoncini di filetto di merluzzo al forno Zucca al forno con odori Panino Yogurt** MARTEDÌ Pasta fresca al pomodoro Cotoletta di petto di pollo al forno Patate al forno Panino Frutta di stagione MERCOLEDÌ Pasta con minestrone (passato per le materne) Bocconcini di mozzarella Insalata verde mista Panino Frutta di stagione GIOVEDÌ Riso al pomodoro Lonza di maiale al forno gratinata Finocchi***lessi con odori Panino Frutta di stagione VENERDÌ Pasta alla bolognese Frittata al forno con prosciutto cotto e provola Spinaci*** saltati Panino Frutta di stagione	LUNEDÌ Risotto alla zucca Filetto di platessa*** impanato al forno Piselli*** in umido Panino Frutta di stagione MARTEDÌ Pasta al pomodoro Hamburger di pollo al forno Patate al forno Panino Yogurt** MERCOLEDÌ Pasta con fagioli (passato per le materne) Frittata al forno con provola o con ricotta Spinaci*** al burro o saltati in padella Panino Frutta di stagione GIOVEDÌ Trancio di pizza margherita Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle Insalata verde Panino Frutta di stagione VENERDÌ Pasta fresca al pomodoro Fusi di pollo al forno Broccoli e patate gratinati al forno Panino Frutta di stagione

* In base alla disponibilità stagionale

** Alla frutta, ma privo di pezzi- no kiwi

*** Prodotto fresco o surgelato



Comune di Castrolibero - Via XX Settembre - 87040 Castrolibero

Ufficio Pubblica Istruzione Tel. 0984/1904499 - 0984/1633823

<http://www.comune.castrolibero.cs.it> e-mail - istruzione@comune.castrolibero.cs.it pec- istruzione.castrolibero@asmcpec.it



Comune di Castrolibero

(Provincia di Cosenza)

TABELLE DIETETICHE E CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI

((PRIMARIA - INFANZIA - SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO))

AUTUNNO/INVERNO

A.S. 2025/2026

MENÙ

TERZA SETTIMANA

LUNEDÌ

Pasta e piselli (passati per le materne)
Filetto di merluzzo*** impanato al forno
Spinaci***saltati
Panino
Yogurt**

MARTEDÌ

Pasta fresca al pomodoro
Lonza di maiale panata al forno
Zucca al forno con odori
Panino
Frutta di stagione

MERCOLEDÌ

Riso con patate (bianco o rosso)
Frittata al forno con provola e prosciutto cotto s.p.
Finocchi***gratinati
Panino
Frutta di stagione

GIOVEDÌ

Timballo di pasta al forno
Mozzarella
Insalata verde mista
Panino
Frutta di stagione

VENERDÌ

Pasta con minestrone (passato per le materne)
Straccetti di vitello alla pizzaiola
Patate al forno
Panino
Frutta di stagione

QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ

Riso al pomodoro
Platessa panata al forno
Piselli***e carote***in umido
Panino
Frutta di stagione

MARTEDÌ

Trancio di pizza margherita
Prosciutto cotto s.p.
Insalata verde
Panino
Frutta di stagione

MERCOLEDÌ

Pasta con ceci (passati per le materne)
Bastoncini di filetto di merluzzo***al forno
Fagiolini *** lessi
Panino
Frutta di stagione

GIOVEDÌ

Tortellini al pomodoro
Formaggio a pasta molle
Insalata mista
Panino
Frutta di stagione

VENERDÌ

Risotto con zucca
Cotoletta di vitello al forno
Patate al forno
Panino
Yogurt**

* In base alla disponibilità stagionale

** Alla frutta, ma privo di pezzi- no kiwi

*** Prodotto fresco o surgelato



Comune di Castrolibero - Via XX Settembre - 87040 Castrolibero

Ufficio Pubblica Istruzione Tel. 0984/1904499 - 0984/1633823

<http://www.comune.castrolibero.cs.it> e-mail - istruzione@comune.castrolibero.cs.it pec- istruzione.castrolibero@asmepec.it