



MENU

Vegano

PRANZO

05 Agosto

PRIMI

PENNETTE ALLA NORMA

100g pasta, 100g pomodoro (conv.ita), 80g melanzane (conv.ita), 10g olio e.v.o., aglio e basilico q.b.

Kcal:512

ORZO ALL'ORTOLANA

80g orzo, 30g melanzane (conv.ita), 30g zucchine (conv.ita), 30g peperoni (conv.ita), 100g piselli*, 50g pomodori (conv.ita), 10g olio e.v.o., 30g carote, 30g mais, 30g olive, sale iodato, aromi e basilico q.b.

Kcal:590

SECONDI

COTOLETTA DI MELENZANE

200g melanzane (conv.ita), 30g pangrattato, olio di semi, sale iodati e aromi q.b.

Kcal:245

BURGER DI PEPERONI ROSSI E CECI

100g peperoni (conv.ita), 30g ceci, 50g patate (conv.ita), 10g olio e.v.o., 80g pomodoro, sale iodato, prezzemolo, basilico e aglio q.b.

Kcal:290

CONTORNI

CAROTE ALLA MENTA

100g carote*, 10g olio e.v.o., sale iodato, aceto, menta, aglio e prezzemolo q.b.

Kcal:130

INSALATA MISTA FINOCCHI E RAVANELLI

30g insalata, 50g finocchi, 20g ravanelli, 30g rucola, 10g olio e.v.o., 30g radicchio, sale iodato q.b.

Kcal:120



MENU

Vegetariano

PRANZO

05 Agosto

PRIMI

PASTA CON MELENZANE E RICOTTA SALATA

100g pasta, 100g pomodoro (conv.ita), 80g melanzane (conv.ita), 30g ricotta salata, 10g olio e.v.o., aglio e basilico q.b.

Kcal:565

ORZO ALL'ORTOLANA

80g orzo, 30g melanzane (conv.ita), 30g zucchine (conv.ita), 30g peperoni (conv.ita), 100g piselli*, 50g pomodori (conv.ita), 10g olio e.v.o., 30g carote, 30g mais, 30g olive, sale iodato, aromi e basilico q.b.

Kcal:590

SECONDI

COTOLETTA DI MELENZANE

200g melanzane (conv.ita), 30g pangrattato, 40g uova, farina, olio di semi, sale iodato e aromi q.b.

Kcal:296

POLPETTE DI VERDURE E MOZZARELLA

70g patate (conv.ita), 100g spinaci*, 20g mozzarella, 30g ricotta, 30g pangrattato, 80g pomodoro (conv.ita), 15g formaggio, 40g uova, 10g olio e.v.o., basilico, sale iodato, prezzemolo, aromi, farina e olio di girasole q.b.

Kcal:540

CONTORNI

CAROTE PREZZEMOLATE

100g carote*, 10g olio e.v.o., sale iodato, aceto, menta, aglio e prezzemolo q.b.

Kcal:130

INSALATA MISTA FINOCCHI E RAVANELLI

30g insalata, 50g finocchi, 20g ravanelli, 30g rucola, 10g olio evo, 30g radicchio, sale iodato q.b.

Kcal:120





MENU

Tradizionale

PRANZO

05 Agosto

PRIMI

PASTA ALLA SICILIANA

100g pasta, 100g pomodoro (conv.ita), 80g melanzane (conv.ita), 40g mozzarella, 10g olio e.v.o., aglio e basilico q.b.

Kcal:613

ORZO ALL'INSALATA

80g orzo, 30g melanzane (conv.ita), 30g zucchine (conv.ita), 30g peperoni (conv.ita), 100g piselli*, 50g pomodori (conv.ita), 10g olio e.v.o., 30g carote, 30g mais, 30g olive, sale iodato, 40g mozzarella, aromi e basilico q.b.

Kcal:691

SECONDI

GULASH UNGHERESE

200g carne bovina (conv.ita), 70g peperoni (conv.ita), 100g pomodoro (conv.ita), 50g patate (conv.ita), sedano, carote, cipolle, paprika, peperoncino e aglio q.b.

Kcal:368

POLLO ARROSTO AGLI AROMI

200g pollo (conv.ita), 10g olio e.v.o., sale iodato e aromi q.b.

Kcal:290

SALMONE GRATINATO ALLE ERBE AROMATICHE

200g salmone, 10g olio e.v.o., 20g pangrattato, aromi, rucola, prezzemolo, aglio, sale iodato, riso, vino bianco e basilico q.b.

Kcal:537

PETTO DI POLLO/BOVINO "HALAL" ALLA GRIGLIA

150g petto di pollo/bovino, 10gr olio e.v.o., sale iodato q.b.

Kcal:338 - 390

CONTORNI

CAROTE AL BURRO

100g carote*, 10g olio e.v.o., sale iodato, burro e prezzemolo q.b.

Kcal:206

INSALATA MISTA FINOCCHI E RAVANELLI

30g insalata (conv.ita), 50g finocchi, 20g ravanelli, 30g rucola, 10g olio e.v.o., 30g radicchio, sale iodato q.b.

Kcal:120



ADISUR CAMPANIA
Protocollo Arancio N. 11/05/2025 del 28-07-2025
Doc. Principale - Classe 6 - Copia Documento