

SPECIFICHE DERRATE ALIMENTARI.xlsx

| PRIMA SETTIMANA | | | | | Lunedì | | | | | Martedì | | | | | Mercoledì | | | | | Giovedì | | | | | Venerdì | | | | |
|---------------------------------------|--|------|-----|------------|---------------|----------------------|--|------|-----|----------------|---------|--------------------------|--|------|------------------|------------|---------|-------------------------|--|----------------|-----|------------|---------|--|----------------|------|-----|------------|---------|
| Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. |
| Pasta | | 80 | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | | Pasta | | 80 | | | | Riso parb/semint/int | | 80 | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | |
| Pomodori pelati | | 50 | | | | Pastina di semola | | 20 | | | | oppure Farina di mais | | 40 | | | | Funghi | | 30 | | | | Pasta oppure Orzo | | 80 | | | |
| Lenticchie secche | | 50 | | | | Carote | | 5 | | | | Vitellone magro | | 25 | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | |
| Odori | | q.b. | | | | Zucchine | | 5 | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | | Odori | | q.b. | | | | Odori | | q.b. | | | |
| Olio | | 5 | | | | Patate | | 5 | | | | Odori | | q.b. | | | | Olio oppure Burro | | 5 | | | | Olio | | 5 | | | |
| Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Sedano/Porri/Cipolle | | 15 | | | | Olio | | 5 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | |
| Cuore filetto merluzzo /nasello surg. | | 70 | | | | Odori | | q.b. | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Petto di pollo | | 70 | | | | Uovo pastorizzato | | 60 | | | |
| Farina/Pangrattato | | q.b. | | | | Pomodori pelati | | 5 | | | | Stracchino/Ricotta | | 70 | | | | Farina | | q.b. | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | |
| Odori | | q.b. | | | | Olio | | 5 | | | | oppure Caciotta/Emmental | | 50 | | | | Limone | | q.b. | | | | Ricotta | | 40 | | | |
| Aglio/Prezzemolo | | q.b. | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Carote | | 100 | | | | Odori | | q.b. | | | | Latte | | q.b. | | | |
| Capperi/Orig./Limone | | q.b. | | | | Base pizza precotta | | 150 | | | | Odori | | q.b. | | | | Olio | | 5 | | | | Spinaci surg. oppure Carote e Zucchine | | 100 | | | |
| Olive | | 5 | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | | Olio | | 5 | | | | Cavolfiore | | 80 | | | | Olio | | 5 | | | |
| Olio | | 5 | | | | Mozzarella | | 30 | | | | Pane integrale | | 50 | | | | Patate | | 70 | | | | Odori | | q.b. | | | |
| Biete surg. | | 150 | | | | Capperi/Origano | | q.b. | | | | Banana | | 150 | | | | Noce moscata | | q.b. | | | | Pane integrale | | 50 | | | |
| Aglio | | q.b. | | | | Olio | | 5 | | | | | | | | | | oppure Broccoli di cav. | | 150 | | | | Frutta | | 150 | | | |
| oppure Cavolo cappuccio | | 50 | | | | Pane bianco | | q.b. | | | | | | | | | | Olio | | 5 | | | | | | | | | |
| Carote | | 50 | | | | Yogurt alla frutta | | 125 | | | | | | | | | | Pane integrale | | 50 | | | | | | | | | |
| Olio | | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | Frutta | | 150 | | | | | | | | | |
| Pane integrale | | 50 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Frutta | | 150 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Totale gr. | | 705 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 465 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 630 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 750 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 590 | 0 | 0 | 0 |

| SECONDA SETTIMANA | | | | | Lunedì | | | | | Martedì | | | | | Mercoledì | | | | | Giovedì | | | | | Venerdì | | | | |
|---------------------------|--|------|-----|------------|---------------|---------------------|--|------|-----|----------------|---------|---------------------------------------|--|------|------------------|------------|---------|--------------------------|--|----------------|-----|------------|---------|---------------------|----------------|---------|-----|------------|---------|
| Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. Corta | Equo S. |
| Pasta oppure Pane tosc | | 80 | | | | Crostini di pane | | 10 | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | | Pasta all'uovo | | 40 | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | |
| Pomodori pelati | | 50 | | | | Cipolle/Porri | | 70 | | | | Pasta | | 80 | | | | oppure Pasta di semola | | 80 | | | | Farro oppure Riso | | 80 | | | |
| Odori | | q.b. | | | | Patate | | 50 | | | | Cavolo nero | | 50 | | | | Vitellone magro | | 25 | | | | Zucchine | | 100 | | | |
| Olio | | 5 | | | | Carote | | 30 | | | | Patate | | 30 | | | | Pomodori pelati | | 30 | | | | Odori | | q.b. | | | |
| Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Odori | | q.b. | | | | Odori | | q.b. | | | | Odori/Spezie | | q.b. | | | | Olio | | 5 | | | |
| Prosciutto cotto | | 40 | | | | Olio | | 5 | | | | Olio | | 5 | | | | Olio | | 5 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | |
| Carote/Piselli/Fagiolin s | | 150 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Latte | | 30 | | | | Uovo pastorizzato | | 25 | | | |
| Olio | | 5 | | | | Petto di pollo | | 70 | | | | Cuore filetto merluzzo /nasello surg. | | 70 | | | | Burro | | 5 | | | | Misto verdure | | 100 | | | |
| Pane integrale | | 50 | | | | Farina/Pangrattato | | q.b. | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | | Farina | | 5 | | | | Patate | | 50 | | | |
| Crostatata | | 50 | | | | Salvia | | q.b. | | | | Farina/Aglio/Prezzem | | 5 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | Ricotta | | 20 | | | |
| | | | | | | oppure Latte | | q.b. | | | | oppure Farina/Odori/Limone | | q.b. | | | | Stracchino/Ricotta | | 70 | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | |
| | | | | | | Odori | | q.b. | | | | Olio | | 5 | | | | oppure Caciotta/Emmental | | 50 | | | | Olio | | 5 | | | |
| | | | | | | Olio | | 5 | | | | Spinaci surg. | | 100 | | | | Insalata | | 40 | | | | oppure Uovo sodo n. | | 1 e 1/2 | | | |
| | | | | | | Patate | | 150 | | | | Aglio | | q.b. | | | | Olio | | 5 | | | | Insalata | | 20 | | | |
| | | | | | | Odori | | q.b. | | | | oppure Carote | | 50 | | | | Pane integrale | | 50 | | | | Carote | | 40 | | | |
| | | | | | | Olio | | 5 | | | | Patate | | 50 | | | | Frutta | | 150 | | | | Mais | | 10 | | | |
| | | | | | | Pane integrale | | 50 | | | | Olio | | 5 | | | | | | | | | | Olio | | 5 | | | |
| | | | | | | Frutta | | 150 | | | | Pane integrale | | 50 | | | | | | | | | | Pane bianco | | 50 | | | |
| | | | | | | | | | | | | Frutta | | 150 | | | | | | | | | | Banana | | 150 | | | |
| Totale gr. | | 435 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 600 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 745 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 590 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 710 | 0 | 0 | 0 |

INVERNALE

| TERZA SETTIMANA | | | | | Lunedì | | | | | Martedì | | | | | Mercoledì | | | | | Giovedì | | | | | Venerdì | | | | | | | | | |
|---------------------------------|--|------|-----|------|---------------|---------|---------------------------------------|--|------|----------------|------|-------|---------|---------------------|------------------|------|-----|------|-------|----------------|------------------------|--|------|-----|----------------|-------|---------|--------------------------|--|------|-----|------|-------|---------|
| Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. |
| Farina di mais | | 40 | | | | | Pasta | | 80 | | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | | | Riso parb/semint/int | | 80 | | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | | |
| oppure Pasta di semola | | 80 | | | | | Broccoli di cavolo | | 80 | | | | | Quinoa | | 10 | | | | | Porri | | 50 | | | | | Pasta | | 80 | | | | |
| Pomodori pelati | | 50 | | | | | oppure Carote | | 25 | | | | | Zucchine | | 10 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Broccoli di cavolo | | 80 | | | | |
| Odori | | q.b. | | | | | Broccoli di cavolo | | 25 | | | | | Bieta | | 10 | | | | | Burro | | 5 | | | | | Aglione | | q.b. | | | | |
| Olio | | 5 | | | | | Zucchine | | 25 | | | | | Patate | | 10 | | | | | Latte | | 20 | | | | | Olio | | 5 | | | | |
| Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Porri | | 25 | | | | | Cavolo verza | | 10 | | | | | oppure Pomodori pelati | | 50 | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | |
| Arista di maiale | | 70 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Carote | | 10 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Stracchino/Ricotta | | 70 | | | | |
| Odori | | q.b. | | | | | Olio | | 5 | | | | | Porri | | 10 | | | | | Olio | | 5 | | | | | oppure Caciotta/Emmental | | 50 | | | | |
| Olio | | 5 | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Fagioli secchi | | 10 | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Carote/Pisel/Fagiolin s. | | 100 | | | | |
| Piselli surg. | | 120 | | | | | Cuore filetto merluzzo /nasello surg. | | 70 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Fesa di tacchino | | 60 | | | | | Olio | | 5 | | | | |
| Aglione/Prezzemolo | | q.b. | | | | | Uovo pastorizzato | | q.b. | | | | | Pomodori pelati | | 5 | | | | | Uovo pastorizzato | | 5 | | | | | Pane integrale | | 50 | | | | |
| oppure Carote/Pisel/Fagiolin s. | | 150 | | | | | Farina/Pangrattato | | 5 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Pane/Patate | | 10 | | | | | Frutta | | 150 | | | | |
| Odori | | q.b. | | | | | Olio | | 5 | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | | | | | | | |
| Olio | | 5 | | | | | Insalata | | 40 | | | | | Base pizza precotta | | 150 | | | | | Olio | | 5 | | | | | | | | | | | |
| Pane integrale | | 50 | | | | | Pane integrale | | 5 | | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | | | Finocchi | | 150 | | | | | | | | | | | |
| Frutta | | 150 | | | | | Yogurt alla frutta | | 125 | | | | | Mozzarella | | 30 | | | | | Olio | | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Capperi/Origano | | q.b. | | | | | Yogurt | | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Olio | | 5 | | | | | Succo di limone | | q.b. | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Pane bianco | | q.b. | | | | | Olio | | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Banana | | 150 | | | | | Aromi | | q.b. | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Pane integrale | | 50 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Frutta | | 150 | | | | | | | | | | | |
| Totale gr. | | 730 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 570 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 520 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 665 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | | 635 | 0 | 0 | 0 | 0 |

| QUARTA SETTIMANA | | | | | Lunedì | | | | | Martedì | | | | | Mercoledì | | | | | Giovedì | | | | | Venerdì | | | | | | | | | |
|-------------------------|--|------|-----|------|---------------|---------|------------------------|--|------|----------------|------|-------|---------|---------------------|------------------|------|-----|------|-------|----------------|--------------------------|--|------|-----|----------------|-------|---------|---------------------------------------|--|------|-----|------|-------|---------|
| Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. | Elenco Alimenti | | Gr. | Bio | Fil. | Corta | Equo S. |
| Carote/Finocchi | | 40 | | | | | Crostoni di pane | | 10 | | | | | Carote/Finocchi | | 40 | | | | | Tortellini | | 80 | | | | | Riso parb/semint/int | | 80 | | | | |
| Pasta | | 80 | | | | | Patate | | 100 | | | | | Riso parboiled | | 80 | | | | | Zucchine | | q.b. | | | | | Zucca gialla | | 100 | | | | |
| Spinaci surg. | | 50 | | | | | Cavolo camuccio/Cavolo | | 100 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Porri | | q.b. | | | | | Odori | | q.b. | | | | |
| Odori | | q.b. | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Patate | | q.b. | | | | | oppure Crostoni di pane | | 10 | | | | |
| Ricotta | | 20 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Petto di pollo | | 70 | | | | | Pomodori pelati | | q.b. | | | | | Zucca gialla | | 50 | | | | |
| Latte | | q.b. | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Pomodori pelati | | 50 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Patate | | 50 | | | | |
| Olio | | 5 | | | | | Vitellone magro | | 70 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Olio | | 5 | | | | | Odori | | q.b. | | | | |
| Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Farina | | q.b. | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Olio | | 5 | | | | |
| Uovo pastorizzato | | 60 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Olive | | 5 | | | | | Ceci/Fagioli/Lentic sec. | | 30 | | | | | Parmigiano reggiano | | 5 | | | | |
| Emmental/Edam | | 30 | | | | | Biete surg. | | 150 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Patate | | 50 | | | | | Cuore filetto merluzzo /nasello surg. | | 70 | | | | |
| Latte | | q.b. | | | | | oppure Carote | | 150 | | | | | Carote | | 50 | | | | | Farina/Pangrattato | | 5 | | | | | Odori | | q.b. | | | | |
| Parmigiano reggiano | | 5 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Piselli surg. | | 50 | | | | | Odori | | q.b. | | | | | Farina/Pangrattato | | q.b. | | | | |
| Olio | | 5 | | | | | Pane integrale | | 50 | | | | | Olio | | 5 | | | | | Pomodori pelati | | 30 | | | | | oppure Aglio/Prez/Lim | | q.b. | | | | |

SPECIFICHE DERRATE ALIMENTARI.xlsx

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|------------|----------|----------|----------|----------|-------------------|------------|----------|----------|----------|----------|-----------------------|------------|----------|----------|----------|----------|---------------------------------|------------|----------|----------|----------|----------|---------------------------|------------|----------|----------|----------|----------|
| <i>oppure Uovo sodo n.</i> | 1 e 1/2 | | | | | <i>Frutta</i> | 150 | | | | | <i>Pane integrale</i> | 50 | | | | | <i>Aglio/Prezzemolo</i> | q.b. | | | | | <i>Olio</i> | 5 | | | | |
| <i>Insalata</i> | 20 | | | | | | | | | | | <i>Frutta</i> | 150 | | | | | <i>Olio</i> | 5 | | | | | <i>Fagiolini surg.</i> | 150 | | | | |
| <i>Radicchio rosso</i> | 20 | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>oppure</i> | 30 | | | | | <i>Olio</i> | 5 | | | | |
| <i>Mais</i> | 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>Ceci/Fagioli/Lentic sec.</i> | 5 | | | | | <i>Pane integrale</i> | 50 | | | | |
| <i>Olio</i> | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>Olio</i> | 5 | | | | | <i>Yogurt alla frutta</i> | 125 | | | | |
| <i>Pane integrale</i> | 50 | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>Insalata</i> | 40 | | | | | | | | | | |
| <i>Frutta</i> | 150 | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>Olio</i> | 5 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>Pane bianco</i> | 50 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | <i>Banana</i> | 150 | | | | | | | | | | |
| Totale gr. | 555 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | 800 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | 565 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | 490 | 0 | 0 | 0 | 0 | Totale gr. | 705 | 0 | 0 | 0 | 0 |