

Comune di Bologna





Revisione 23/02/2016

Lunedi			Martedi	Mercoled	li		Giovedi			Venerdi					
Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	
Pranzo		Pranzo	(5)		Pranzo	(3)	ı	Pranzo	(3)		Pranzo	, (5 /			
Pastina all'uovo in brodo vegetale			Risotto alla parmigiana	)		Pasta alle verdure						Pasta al pomodoro rustico			
pastina all'uovo	45	165	riso	80	270	pasta di semola	80	282	pasta di semola	80	282	pasta di semola	80	282	
brodo vegetale (car/cip)	q.b.		odori (cipolla)	1,5	0	odori (car/cip)	6	2	odori (car/cip)	6	2	odori (car/cip/prezz)	6	2	
passata di pomodoro	6	6	burro	5	38	verdure miste	25	17	carne di bovino	30	51	basilico	4	2	
olio extravergine d'oliva	6	54	olio extravergine d'oliva	10	90	passata di pomodoro	35	34	passata di pomodoro	45	43	passata di pomodoro	60	58	
parmigiano reggiano	8	31	parmigiano reggiano	8	31	olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	
Stracchino			Medaglione di maiale			parmigiano reggiano	8	31	parmigiano reggiano	8	31	parmigiano reggiano	8	31	
stracchino	80	240	carne di maiale	75	110	Bocconcini di pollo al r	osma	rino	Polpettine vegetali			Cotol. di platessa al forno / Merluz	zo olio e	limone	
Piselli all'olio			patate	12	10	carne di pollo	100	132	patate	55	47	filetto di platessa	120	100	
piselli	120	86	ricotta di vacca	5	7	sale profumato	q.b.		broccoli	10	3	uova pastorizzate	10	13	
olio extravergine d'oliva	10	90	parmigiano reggiano	6	23	olio extravergine d'oliva	1,5	13	carote	10	4	pane grattugiato	6	21	
Pane e frutta fresca			uova pastorizzate	6	8	Insalata verde	•		uova pastorizzate	5	6	farina di mais	6	22	
frutta fresca	150	61	olio extravergine d'oliva	2,2	20	insalata verde	60	11	parmigiano reggiano	3	14	olio extravergine d'oliva	1,5	13	
pane (media)	60	166	pane grattugiato	2,2	8	olio extravergine d'oliva	10	90	pane grattugiato	5	18	limone	12	1	
Totale kcal pranzo	)	899	Zucchine profumate			Pane e frutta fresca	•		olio extravergine d'oliva	1,5	13	(altern: merluzzo olio e lim.)			
			zucchine	200	22	frutta fresca	150	61	Insalata e finocchi filanger		•	Patate lessate			
			origano	1	3	pane (media)	60	166	insalata verde	25	5	patate	160	136	
			olio extravergine d'oliva	10	90	Totale kcal pranzo		929	finocchi	60	5	olio extravergine d'oliva	10	90	
			Pane e frutta fresca						olio extravergine d'oliva	10	90	Pane e frutta fresca			
			frutta fresca	150	61				Pane e frutta fresca			frutta fresca	150	61	
			pane (media)	60	166				frutta fresca	150	61	pane (media)	60	166	
			Totale kcal pranzo		957				pane (media)	60	166	Totale kcal pranzo		1088	
									Totale kcal pranzo		931				
TOTALE KCAL GIO	RNATA	899	TOTALE KCAL GIO	RNATA	957	TOTALE KCAL GIO	RNATA	929	TOTALE KCAL GIO	RNATA	931	TOTALE KCAL GIO	RNATA	1088	



Comune di Bologna





Revisione 23/02/2016

Lunedi			Martedi			Mercoledi			Giovedi			Venerdi			
Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	
Pranzo		Pranzo			Pranzo			Pranzo			Pranzo				
Pasta al ragù di seppioline e merluzzo			Pasta olio e parmigiano	)		Pasta al pomodoro			Pasta alla crema di bro	ccoli		Pass. di verdure e legumi con quinoa			
pasta di semola	80	282	pasta di semola	80	282	pasta di semola	80	282	pasta di semola	80	282	biet/zucch/car/cip/cav	90	60	
odori (aglio/prezz/cip)	3	1	olio extravergine d'oliva	10	90	odori (car/cip)	6	2	odori (aglio)	0,07	0	patate	30	26	
seppie	18	13	parmigiano reggiano	8	31	passata di pomodoro	60	58	broccoli	30	8	passata di pomodoro	20	19	
merluzzo	18	13	Hamburger di carni bia	nche		olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	legumi secchi misti	15	45	
passata di pomodoro	35	34	carne di pollo	90	119	parmigiano reggiano	8	31	parmigiano reggiano	8	31	quinoa	25	87	
olio extravergine d'oliva	10	90	ricotta di vacca	7	10	Crocchette di platessa e	merl	luzzo	Pollo al forno			olio extravergine d'oliva	10	90	
Tortino di patate	•		olio extravergine d'oliva	1,5	13	filetto di platessa	42	35	coscia di pollo	180	225	parmigiano reggiano	8	31	
patate	60	51	uova pastorizzate	6	8	filetto di merluzzo	42	32	sale profumato	q.b.		Mozzarella			
uova pastorizzate	7	9	parmigiano reggiano	6	23	odori (prezzemolo)	1,5	0	(altern: petto/bocc)			mozzarella	80	202	
parmigiano reggiano	7	27	pane grattugiato	8	28	patate	30	26	Insalata verde			Carote al vapore			
pane grattugiato	5	18	Purè di patate			capperi	1,5		insalata verde	60	11	carote	200	70	
Insalata e radicchio			patate	150	128	uova pastorizzate	6	8	olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	
insalata verde	40	8	latte parz. scremato	40	18	pane grattugiato	12	42	Pane e frutta fresca			Pane e frutta fresca			
radicchio	20	3	burro	3	23	olio extravergine d'oliva	1,5	13	frutta fresca	150	61	frutta fresca	150	61	
olio extravergine d'oliva	10	90	parmigiano reggiano	4	15	Fagiolini profumati			pane (media)	60	166	pane (media)	60	166	
Pane e frutta fresca			Pane e frutta fresca			fagiolini	200	36	Totale kcal pranzo		965	Totale kcal pranzo		948	
frutta fresca	150	61	frutta fresca	150	61	origano	1	3							
pane (media)	60	166	pane (media)	60	166	olio extravergine d'oliva	10	90							
Totale kcal pranzo		864	Totale kcal pranzo		1016	Pane e frutta fresca									
						frutta fresca	150	61							
						pane (media)	60	166							
						Totale kcal pranzo		975							
TOTALE KCAL GIO	RNATA	864	TOTALE KCAL GIO	RNATA	1016	TOTALE KCAL GIO	RNATA	975	TOTALE KCAL GIO	RNATA	965	TOTALE KCAL GIO	RNATA	948	



Comune di Bologna





Revisione 23/02/2016

Pranzo	Lunedi			Martedi			Mercoled	Mercoledi			Giovedi			Venerdi		
Pranzo	Ingredienti	Peso	Kcal	Ingredienti	Peso	Kcal	Ingredienti	Peso (ar)	Kcal	Ingredienti		Kcal	Ingredienti		Kcal	
Pasta di semola   80   282   282   282   282   282   283   283   283   283   283   284	. (5 / 1		Pranzo	(3-)		Pranzo	(3-)		Pranzo	(3-)		Pranzo	(5-)			
olio extravergine d'oliva 10 90 parmigiano reggiano 8 31 latte parz. scremato 40 18 farina di grano 4 14 parmigiano reggiano 120 90 olori (aglio/prezzemolo) 3 1 pane grattugiato 12 42 olio extravergine d'oliva 2,5 22 Cavolo cappuccio 45 9 Pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 Totale kcal pranzo 884 Totale kcal pranzo 884 Totale kcal pranzo 884 Frutta fresca 150 61 pane e frutta fresca frutta fresca 150 61 frutta fresca 150 61 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 frutta fresca 150 61 frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 frutta fresca 150 61 pane (media)	Pasta olio e parmigian	0					Gnocchi al pomodoro			Pizza margherita / Pasta a	lla piz	zaiola	Crema di legumi con oi	rzo		
Darmigiano reggiano   8   31   Merluzzo gratinato   120   90   90   90   90   90   90   90	pasta di semola	80	282	riso	80	270	gnocchi di patate	180	326	pizza al pomodoro	90	219	legumi secchi misti	35	106	
Description reggiano   8   31   Merluzzo gratinato   120   90   90   90   90   90   90   90	olio extravergine d'oliva	10	90	odori (aglio/prezzemolo)	3	1	odori (car/cip)	6	2	mozzarella	30	76	odori (aglio/prezzemolo)	3	1	
Farina di grano   4   14   burro   5   14   burro   5   14   5   5   15   15   15   15		8	31	latte parz. scremato	40	18	basilico	4	2	(altern: pasta alla pizzaiola)			patate	40	34	
Filetto di merluzzo   120   90   Odori (aglio/prezzemolo)   3   1   1   1   2   2   2   2   2   2   2						14	passata di pomodoro	70		Prosciutto crudo/cotto		ı	passata di pomodoro	7		
pane grattugiato 12 42 olio extravergine d'oliva 2,5 22 parmigiano reggiano 8 31 parmigiano reggiano 9 patate 9 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	filetto di merluzzo	120	90	burro	4	30	olio extravergine d'oliva	10	90	prosciutto crudo/cotto	60	104		35	112	
pane grattugiato 12 42 olio extravergine d'oliva 2,5 22 parmigiano reggiano 8 31 parmigiano reggiano 9 patate 9 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	odori (aglio/prezzemolo)	3	1	spinaci	20	6	parmigiano reggiano	8	31	Verdura fresca mista			olio extravergine d'oliva	10	90	
Cavolo cappuccio	pane grattugiato	12	42	olio extravergine d'oliva	10	90		1		insalata verde	40	8	Crocchette di patate al	forne	)	
cavolo cappuccio 45 9 olio extravergine d'oliva 10 90 patate 20 17 pane e frutta fresca 150 61 panino al sesamo 50 150 Insalata verde olio extravergine d'oliva 10 90 olio extravergine d'oliva 10 90 panino al sesamo 50 150 Insalata verde olio extravergine d'oliva 10 90 olio extravergine	olio extravergine d'oliva	2,5	22	parmigiano reggiano	8	31	uova pastorizzate	70	90	radicchio	20	3	patate	60	51	
Pane e frutta fresca   150   61   510	Cavolo cappuccio			Hamburger di bovino con panir	no al s	esamo	odori (porri)	1		olio extravergine d'oliva	10	90	parmigiano reggiano	7	27	
Pane e frutta fresca frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 Totale kcal pranzo 884  Frutta fresca 150 61 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 150 61 pane (media) 150 61 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 150 61 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 150 61	cavolo cappuccio	45	9	carne di bovino	80	137	ricotta di vacca	8	12	Pane e frutta fresca		•	uova pastorizzate	7	9	
frutta fresca 150 61 panino al sesamo 50 150 150	olio extravergine d'oliva	10	90	patate	20	17	olio extravergine d'oliva	1,5	13	frutta fresca	150	61	pane grattugiato	5	18	
pane (media) 60 166 Totale kcal pranzo 884 Sinsalata verde insalata verde 60 11 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) 60 166 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca pane (media) pane (media) frutta fresca pane (media	Pane e frutta fresca	•		sale profumato	q.b.		parmigiano reggiano	10	39	pane (media)	60	166	Carote filanger		•	
Totale kcal pranzo 884 insalata verde 60 11 olio extravergine d'oliva 10 90 pane e frutta fresca 150 61 pane (media) 90 pane (	frutta fresca	150	61	panino al sesamo	50	150	Zucchine al vapore			Totale kcal pranzo		727	carote	200	70	
Olio extravergine d'oliva   10   90   Pane e frutta fresca   150   61	pane (media)	60	166	Insalata verde			zucchine	200	22				olio extravergine d'oliva	10	90	
Pane e frutta fresca         frutta fresca         150         61         61         60         166           frutta fresca         150         61         pane (media)         60         166         Totale kcal pranzo         84.	Totale kcal pranzo	)	884	insalata verde	60	11	olio extravergine d'oliva	10	90				Pane e frutta fresca			
frutta fresca 150 61 pane (media) 60 166 Totale kcal pranzo 84.				olio extravergine d'oliva	10	90	Pane e frutta fresca						frutta fresca	150	61	
				Pane e frutta fresca			frutta fresca	150	61				pane (media)	60	166	
Totale kcal pranzo 926 Totale kcal pranzo 1010				frutta fresca	150	61	pane (media)	60	166				Totale kcal pranzo		842	
				Totale kcal pranzo		926	Totale kcal pranzo		1010							
								·								
		-														
TOTALE KCAL GIORNATA 884 TOTALE KCAL GIORNATA 926 TOTALE KCAL GIORNATA 1010 TOTALE KCAL GIORNATA 727 TOTALE KCAL GIORNATA 84	TOTALE KCAL GIO	RNATA	884	TOTALE KCAL GIOR	RNATA	926	TOTALE KCAL GIOF	RNATA	1010	TOTALE KCAL GIOI	RNATA	727	TOTALE KCAL GIO	RNATA	842	



Comune di Bologna





Revisione 23/02/2016

Lunedi		Martedi			Mercoledi			Giovedi			Venerdi			
Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (ar)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (ar)	Kcal
Pranzo		Pranzo	(3-)		Pranzo	(3-)		Pranzo	(3-)	!	Pranzo	(3-)		
Pasta pomodoro e piselli			Pasta al ragù di bovino			Pasta integrale al pomo	odoro		Risotto al radicchio ros	so		Pasta all'uovo in brodo	vege	tale
pasta di semola	80	282	pasta di semola	80	282	pasta di semola integrale	80	278	riso	80	270	pastina all'uovo	45	165
odori (car/cip)	6	2	odori (car/cip)	6	2	odori (car/cip)	6	2	odori (aglio)	0,07	0	brodo vegetale (car/cip)	q.b.	
piselli	15	11	carne di bovino	30	51	basilico	4	2	latte parz. scremato	40	18	passata di pomodoro	6	6
passata di pomodoro	60	58	passata di pomodoro	45	43	passata di pomodoro	60	58	farina di grano	4	14	olio extravergine d'oliva	6	54
olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	burro	4	30	parmigiano reggiano	8	31
parmigiano reggiano	8	31	parmigiano reggiano	8	31	parmigiano reggiano	8	31	radicchio rosso	20	3	Filetto di merluzzo al forno / Cotol. di p	olatessa a	l forno
Squacquerone	•		Tortino alle verdure		•	Polpettone di pollo			olio extravergine d'oliva	10	90	filetto di merluzzo	120	90
squacquerone	80	240	uova pastorizzate	70	90	carne di pollo	80	106	parmigiano reggiano	8	31	odori (aglio/prezzemolo)	3	1
Insalata verde			verdure miste	12	8	parmigiano reggiano	6	23	Scaloppina di maiale agli odori / Arrosto di	i maiale a	gli odori	pane grattugiato	12	42
insalata verde	60	11	ricotta di vacca	8	12	ricotta di vacca	7	10	carne di maiale	100	146	olio extravergine d'oliva	2,5	22
olio extravergine d'oliva	10	90	patate	6	5	olio extravergine d'oliva	1,5	13	limone	3	0	(altern: cotol. di platessa)		
Pane e frutta fresca	e frutta fresca olio extravergine d'oliva		1,5	13	uova pastorizzate	6	8	sale profumato	q.b.		Finocchi e radicchio			
frutta fresca	150	61	parmigiano reggiano	6	23	pane grattugiato	8	28	farina di grano	1,5	5	finocchi	60	5
pane (media)	60	166	Verdura fresca mista			brodo vegetale (car/cip)	q.b.		olio extravergine d'oliva	1,5	13	radicchio	25	3
Totale kcal pranzo		1042	insalata verde	40	8	Patate lessate			Carote filanger			olio extravergine d'oliva	10	90
			radicchio	20	3	patate	160	136	carote	200	70	Pane e frutta fresca		
			olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	olio extravergine d'oliva	10	90	frutta fresca	150	61
			Pane e frutta fresca			Pane e frutta fresca			Pane e frutta fresca			pane (media)	60	166
			frutta fresca	150	61	frutta fresca	150	61	frutta fresca	150	61	Totale kcal pranzo		735
			pane (media)	60	166	pane (media)	60	166	pane (media)	60	166			
			Totale kcal pranzo		978	Totale kcal pranzo		1102	Totale kcal pranzo		1007			
TOTALE KCAL GIO	RNATA	1042	TOTALE KCAL GIO	RNATA	978	TOTALE KCAL GIO	RNATA	1102	TOTALE KCAL GIOR	RNATA	1007	TOTALE KCAL GIO	RNATA	735



Comune di Bologna





Revisione 23/02/2016

Lunedi			Martedi			Mercoled	Mercoledi			Giovedi				Venerdi		
Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal	Ingredienti	Peso (gr)	Kcal		
Pranzo		Pranzo		Pranzo				Pranzo			Pranzo					
Pasta al pomodoro			Crema di verdure con f	arro		Pasta olio e parmigiano	)		Tagliatelle all'uovo al rag			Pasta alle zucchine				
pasta di semola	80	282	biet/zucch/car/cip/cav	90	60	pasta di semola	80	282	pasta all'uovo	75	275	pasta di semola	80	282		
odori (car/cip)	6	2	patate	50	43	olio extravergine d'oliva	10	90	odori (car/cip)	6	2	odori (aglio/prezz/cip)	2	1		
passata di pomodoro	60	58	passata di pomodoro	20	19	parmigiano reggiano	8	31	carne di bovino	30	51	zucchine	45	5		
olio extravergine d'oliva	10	90	farro perlato	35	117	Polpettine di carne bia	nca		passata di pomodoro	45	43	olio extravergine d'oliva	12	108		
parmigiano reggiano	8	31	olio extravergine d'oliva	10	90	carne di pollo	80	106	olio extravergine d'oliva	10	90	parmigiano reggiano	8	31		
Cotoletta di pollo al forno /	Pollo al	forno	parmigiano reggiano	8	31	patate	15	13	parmigiano reggiano	8	31	Hamburger di halibut e	merl	uzzo		
carne di pollo	90	119	Ricotta			olio extravergine d'oliva	1,5	13	Frittata di patate e ver	dure		filetto di halibut	42	48		
uova pastorizzate	10	13	ricotta di vacca	80	117	uova pastorizzate	6	8	uova pastorizzate	70	90	filetto di merluzzo	42	32		
pane grattugiato	6	21	Patate arrosto			parmigiano reggiano	6	23	verdure miste	12	8	odori (prezzemolo)	1,5	0		
farina di mais	6	22	patate	160	136	pane grattugiato	8	28	ricotta di vacca	8	12	patate	30	26		
olio extravergine d'oliva	1,5	13	sale profumato	q.b.		Piselli al pomodoro			patate	6	5	capperi	1,5			
limone	12	1	olio extravergine d'oliva	10	90	piselli	120	86	olio extravergine d'oliva	1,5	13	uova pastorizzate	6	8		
(altern: petto/bocc/coscia di pollo al forno)			Pane e frutta fresca			odori (cipolla)	10	3	parmigiano reggiano	6	23	pane grattugiato	12	42		
Carote filanger e cavolo fr		frutta fresca	150	61	passata di pomodoro	35	34	Cavolfiore al vapore			olio extravergine d'oliva	1,5	13			
carote	150	53	pane (media)	60	166	olio extravergine d'oliva	10	90	cavolfiore	200	50	Insalata verde				
cavolo cappuccio	25	5	Totale kcal pranzo		930	Pane e frutta fresca			olio extravergine d'oliva	10	90	insalata verde	60	11		
olio extravergine d'oliva	10	90				frutta fresca	150	61	Pane e frutta fresca			olio extravergine d'oliva	10	90		
Pane e frutta fresca						pane (media)	60	166	frutta fresca	150	61	Pane e frutta fresca				
frutta fresca	150	61				Totale kcal pranzo		1034	pane (media)	60	166	frutta fresca	150	61		
pane (media)	60	166							Totale kcal pranzo		1010	pane (media)	60	166		
Totale kcal pranzo		1027										Totale kcal pranzo		924		
	-															
TOTALE KCAL GIO	RNATA	1027	TOTALE KCAL GIO	RNATA	930	TOTALE KCAL GIO	RNATA	1034	TOTALE KCAL GIO	RNATA	1010	TOTALE KCAL GIO	RNATA	924		