



1<sup>o</sup> settimana

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)**  
 quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

<p><b>L</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CONCHIGLIETTE CON RICOTTA VACCINA, PINOLI E BASILICO</li> <li>• VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Ricotta vaccina fresca 30; pinoli (tritati finemente) 3; basilico q.b.</li> <li>• Verdura di stagione 20</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>M</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SEDANINI AL SUGO DI POMODORO</li> <li>• POLPETTINE DI MERLUZZO, AI FORNO</li> <li>• VERDURE CRUDE A FOGLIA a julienne</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3</li> <li>• Cuori di merluzzo 25; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b. *; patate 10 (preparate dal cuoco)</li> <li>• Verdura di stagione 20;</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>R</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTTO IN VELLUTATA DI CAROTE</li> <li>• SCHIACCIATINA DI POLLO IN UMIDO AL FORNO</li> <li>• VERDURE COTTE DI STAGIONE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso parboiled 40; carote 40; cipolla e brodo di verdure fresche q.b.;</li> <li>• Pollo macinato 20 g; Parmigiano 3; mollica di pane o Pane grat./brodo di verdure fresche q.b.</li> <li>• Verdure di stagione 40 g</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>V</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• MINI PENNETTE CON ZUCCHINE, GAMBERETTI E MERLUZZO</li> <li>• VERDURA COTTA A FOGLIA</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; zucchine 40; Gamberetti 25; Cuori di merluzzo 25; cipolla q.b.</li> <li>• Verdura di stagione 40</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>E</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• TUBETTINI CON LENTICCHIE</li> <li>• PATATE LESSE PREZZEMOLATE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE IN PUREA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Lenticchie DECORTICATE 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b.</li> <li>• Patate 100, prezzemolo q.b.</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g
- \* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



2° settimana

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)**  
quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

<p><b>L U N E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SEDANINI AL SUOGO DI POMODORO</li> <li>• FRITTATA AL FORNO</li> <li>• VERDURE COTTE DI STAGIONE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3</li> <li>• Uovo 50 g (n. 1); Parmigiano reggiano 3;</li> <li>• Verdure di stagione 80</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>M A R T E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• TEMPESTINE IN BRODO DI VERDURE FRESCHE</li> <li>• SCHIACCIATINE DI MERLUZZO, AL FORNO</li> <li>• VERDURE CRUDE A FOGLIA a julienne</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Verdure miste per brodo q.b.</li> <li>• Cuori di merluzzo 25; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b. *, patata 10; (preparate dal cuoco)</li> <li>• Verdura di stagione 20</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>M E R C O L E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• TUBETTINI IN PASSATO DI CECI</li> <li>• PATATE LESSE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Ceci 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b.</li> <li>• Patate 100</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>G I O R N O V E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• FUSILLINI AL SUOGO DI POMODORO</li> <li>• CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO</li> <li>• VERDURA COTTA A FOGLIA DI STAGIONE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20 ; sedano/carota/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3</li> <li>• Cuori di merluzzo 50; pangrattato e prezzemolo q.b.</li> <li>• Verdure di stagione 80</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
<p><b>V E N E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISO IN VELLUTATA DI VERDURE FRESCHE</li> <li>• POLPETTINE DI TACCHINO IN UMIDO</li> <li>• VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso parboiled 40; Verdure miste di stagione 40 ;</li> <li>• Fesa di tacchino 20; Parmig Regg 3; mollica di pane o pangrat./brodo di verd. fresche q.b.</li> <li>• Verdure di stagione 10</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g
- \* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



3° settimana

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)**  
 quantità alimentari (g)

Prof.n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> <li>PENNETTE IN CREMA DI ZUCCHINE</li> <li>POLPETTINE DI MERLUZZO IN UMIDO</li> <li>PUREA DI CAROTE</li> <li>PANE BIANCO</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca <b>40</b>; Zucchine <b>40</b>; cipolla <b>q.b.</b></li> <li>Cuori di merluzzo <b>25</b>; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche <b>q.b.</b>; patata <b>10</b>; (preparate dal cuoco)</li> <li>Carote <b>40</b></li> <li>Pane bianco <b>20</b></li> <li>Frutta fresca <b>80</b></li> </ul>
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> <li>FUSILLINI AL RAGÙ DI CARNE</li> <li>BIS DI VERDURA AL FORNO GRATINATA</li> <li>PANE BIANCO</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca <b>40</b>; Pom. pelati <b>20</b>; Magro di vitellone <b>35</b> Cipolla/sedano/carote <b>q.b.</b>; Parmig. regg. <b>3</b></li> <li>Verdura di stagione <b>80</b>; pangrattato e prezzemolo <b>q.b.</b></li> <li>Pane bianco <b>20</b></li> <li>Frutta fresca <b>80</b></li> </ul>
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> <li>CORONCINE IN PASSATO DI FAGIOLI BORLIOTTI</li> <li>PATATE LESSE</li> <li>PANE BIANCO</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca <b>40</b>; Fagioli borloti freschi o surgelati <b>30</b>; Fagioli borloti secchi <b>10</b>; Cipolla, carota e prezzemolo <b>q.b.</b></li> <li>Patate <b>100</b></li> <li>Pane bianco <b>20</b></li> <li>Frutta fresca <b>80</b></li> </ul>
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> <li>RISO AL POMODORO E BASILICO</li> <li>SCHIACCIATINE DI RANA PESCATRICE, AL FORNO</li> <li>VERDURA CRUDA A FOGLIA a julienne</li> <li>PANE BIANCO</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Riso parboiled <b>40</b>; Pomodori pelati <b>20</b>; sedano/carote/cipolla/Basilico <b>q.b.</b>; Parmigiano reggiano <b>3</b></li> <li>Rana pescatrice (o passera di mare) <b>25</b>; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche*, patata <b>10</b>; (preparate dal cuoco)</li> <li>Verdure di stagione <b>20</b></li> <li>Pane bianco <b>20</b></li> <li>Frutta fresca <b>80</b></li> </ul>
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> <li>CONCHIGLIETTE IN CREMA DI VERDURE MISTE E PISELLI</li> <li>RICCOTTA VACCINA</li> <li>VERDURA COTTA DI STAGIONE</li> <li>PANE BIANCO</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca <b>40</b>; Verdure miste di stagione <b>30</b>; piselli verdi <b>10</b></li> <li>Ricotta vaccaia fresca <b>30</b></li> <li>Verdure di stagione <b>40</b></li> <li>Pane bianco <b>20</b></li> <li>Frutta fresca <b>80</b></li> </ul>

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a **15 g** totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) **80 g**
- \* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)**

4<sup>o</sup> settimana

		quantità alimentari (g)
L	• TUBETTINI CON LENTICCHIE	• Pasta secca 40; Lenticchie decorticate 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b.
U	• PATATE LESSE IN PURA	• Patate 100
N	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
R		
M	• RISO IN CREMA DI BIETOLE	• Riso parboiled 40; bietole 40; Cipolla q.b.
A	• FRUTTATA AL POMODORO, AL FORNO	• Uovo 50 g (n.1); Parmigiano reggiano 3; passata di pomodoro q.b.
R	• VERDURA COTTA A FOGLIA DI STAGIONE	• Verdura di stagione 40
T	• PANE BIANCO	• Pane 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
I		
M		
E	• FARFALLINE AL POMODORO E BASILICO	• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla/Basilico q.b.; Parmigiano reggiano 3
R	• SCHIACCIATINA DI PLATESSA AL VAPORE (con prezzemolo e limone)	• Filetto di platessa 25; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.*; patate 10; prezzemolo e succo di limone q.b. (preparate dal cuoco)
O	• VERDURE CRUDA DI STAGIONE a julienne	• Verdura di stagione 20
L	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
I		
G		
I	• CORALLINI ALL'ORTOLANA AL PROFUMO DI MENTA	• Pasta secca 40; Verdure miste fresche (melanzane, carote e zucchine) 40; Menta q.b.
O	• POLPETTONE DI TACCHINO IN UMIDO	• Fesa di tacchino 20, parmigiano reggiano 3; mollica di pane o pangrattato, prezzemolo e brodo di verdure fresche q.b.
V	• CAROTE LESSE	• Carote 40
E	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
D	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
I		
V		
E	• FUSILLINI AL SUGO DI POMODORO	• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3
N	• CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO AL FORNO	• Cuori di merluzzo 50 g, prezzemolo e pangrattato q.b.
E	• VERDURE CRUDA A FOGLIA a julienne	• Verdura di stagione 20
R	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
K	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
I		

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette

- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g

- \* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



5° settimana

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)**

quantità alimentari (g)

Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

U	<ul style="list-style-type: none"> <li>• TEMPESTINE IN VELLUTATA DI CAROTE</li> <li>• POLPETTINE DI MERLUZZO AL POMODORO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; carote 40; Cipolla e brodo di verdure fresche q.b.</li> <li>• Cuori di merluzzo 25; Patate 10; pomodori pelati 10; mollica di pane o pangrat., brodo di verd. fresche q.b.*</li> <li>• (preparate dal cuoco)</li> <li>• Verdura di stagione 40</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
N	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VERDURE COTTE DI STAGIONE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Verdure miste per brodo q.b.</li> <li>• Lonza 20; Parmigiano Reggiano 3; mollica di pane o Pane grat./brodo di verdure fresche q.b.</li> <li>• Carote 20</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
E	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PUNTINE IN BRODO DI VERDURE FRESCHE</li> <li>• BURGER DI LONZA, IN UMIDO</li> <li>• CAROTE a julienne</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE I</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Lenticchie decorticate 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b.</li> <li>• Patate 100</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CORONCINE CON LENTICCHIE</li> <li>• PATATE LESSE SCHIACCIATE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE IN PUREA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3; basilico q.b.</li> <li>• Cuori di merluzzo 50; pangrattato e prezzemolo q.b.</li> <li>• Verdure di stagione 20</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
I	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SEDANINI AL SUOCO DI POMODORO E BASILICO</li> <li>• CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO</li> <li>• VERDURA CRUDA A FOGLIA a julienne</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso parboiled 40; Zucchine 40; Cipolla e brodo di verdure fresche q.b.</li> <li>• Uovo 50 g (n. 1); Parmigiano reggiano 3</li> <li>• Verdura di stagione 40</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>
V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTTO CON ZUCCHINE</li> <li>• FRITTATA AL FORNO</li> <li>• VERDURA COTTA DI STAGIONE</li> <li>• PANE BIANCO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE IN PUREA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso parboiled 40; Zucchine 40; Cipolla e brodo di verdure fresche q.b.</li> <li>• Uovo 50 g (n. 1); Parmigiano reggiano 3</li> <li>• Verdura di stagione 40</li> <li>• Pane bianco 20</li> <li>• Frutta fresca 80</li> </ul>

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g
- \* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



## Note

Leggere attentamente le indicazioni sottostanti prima della preparazione dei pasti:

- **Preparare e proporre gli alimenti/pasti in forma e consistenza adatte alle esigenze di masticazione e deglutizione di ciascun bambino**
- Si raccomanda un'attenta lettura delle etichette del **pesce** al fine di verificare l'assenza di spine accompagnata da un accurato controllo visivo e manuale durante il processo di lavorazione del prodotto
- Non utilizzare il sale
- Il formato della pasta è indicativo

## In allegato:

- **“LINEE DI INDIRIZZO PER LA PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO in età pediatrica”** (Ministero della Salute)
- Poster **“Taglio alimenti pericolosi per bambini 0-4 anni”**, secondo le linee di indirizzo del Ministero della Salute 2017
- **“Linee di indirizzo rivolte agli enti gestori di mense scolastiche, aziendali, ospedaliere, sociali e di comunità, al fine di prevenire e ridurre lo spreco connesso alla somministrazione degli alimenti”** (Ministero della Salute)

Direttore ff Dott. Martino Protopapa

Dirigente Medico Dott.ssa Annamaria Mele

Dietisti: Dott.ssa Katia Novelli

Dott.ssa Maria Grazia Congedo

Dott.ssa Marina Coluccia  
Dott. Roberto De Donno