



1° settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA DELL'INFANZIA

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

		quantità alimentari (g)
LUNEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL PESTO DI BASILICO E PINOLI RICOTTA VACCINA VERDURA CRUDA DI STAGIONE <u>a julienne</u> PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Basilico q.b.; Pinoli (tritati finemente) 10; Parmigiano Reggiano 3; Aglio q.b. (Facoltativo) Ricotta vaccina fresca 40 Verdura di stagione 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
MARTEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> SEDANI INTEGRALI AL SUGO DI POMODORO FRITTATA AL FORNO VERDURE CRUDE <u>a foglia</u> IN INSALATA PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca integrale 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.;Parmigiano reggiano 3; Uovo n.1 (50 g); Parmigiano reggiano 3; Verdura di stagione 40; Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
MERCOLEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> RISOTTO IN VELLUTATA DI CAROTE STRACCETTI DI POLLO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE VERDURE COTTE DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso parboiled 50; carote 60; cipolla e brodo di verdure fresche q.b. Petto di pollo 45; Pangrattato e erbe aromatiche (rosmarino, timo, origano..) q.b. Verdure di stagione 60 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
GIOVEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> PENNETTE CON ZUCCHINE, GAMBERETTI E MERLUZZO VERDURA COTTA <u>a foglia</u> DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; zucchine 60; Gamberetti 30; Merluzzo 30; Cipolla q.b. Verdura di stagione 60 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
VENERDÌ	<ul style="list-style-type: none"> ANTIPASTO DI CAROSELLI A BASTONCINO (se di stagione) O DI CAROTE CRUDE A BASTONCINO TUBETTI CON LENTICCHIE PATATE AL FORNO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Verdura di stagione 20 Pasta secca 35 ; Lenticchie DECORTICATE 20; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. Patate 100 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100

• La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 13 g totali da ripartire nelle ricette

• 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 SCUOLA DELL'INFANZIA
quantità alimentari (g)

Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> • SEDANI AL SUGO DI POMODORO • FRITTATA CON ZUCCHINE • VERDURA COTTA DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3; • Uovo n.1 (50 g); Zucchina 20; Parmigiano Reggiano 3 • Verdure di stagione 100 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINE CON MINESTRONE DI VERDURE FRESCHE • ANELLI DI CALAMARO GRATINATI AL FORNO • SPICCHI DI POMODORINI CILEGGINO AL PROFUMO DI BASILICO • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 35; verdure miste di stagione 60 • Calamaro 60; mollica di pane o pangrattato e prezzemolo q.b. • Pomodorini 20; basilico q.b. • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> • ANTIPASTO DI CAROTE CRUDE A BASTONCINO • MALTAGLIATI CON CECI • PATATE LESSE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Carote 20 • Pasta fresca ("non all'uovo") 50; Cerci 20; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. • Patate 100 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> • FUSILLI AL SUGO DI POMODORO • CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO AL FORNO • VERDURE DI STAGIONE GRATINATE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3; • Cuori di merluzzo 60; pangrattato e prezzemolo q.b. • Verdura di stagione 120; pangrattato q.b. • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> • PIZZA MARGHERITA (piatto unico) • PROSCIUTTO COTTO senza polifostati aggiunti • VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Tranci 150 • Prosciutto cotto 20 • Verdure di stagione 40 • Frutta fresca 100

Alternativa ai menù del Venerdì: Pasta 35 g in crema di verdure miste di stagione 60 g; 1 trancio di pizza margherita 75 g; prosciutto cotto 20 g; Verdura cruda di stagione a julienne 20 g; Frutta fresca di stagione 100 g

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 13 g totali da ripartire nelle ricette
- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "prodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



3° settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA DELL'INFANZIA
quantità alimentari (g)

Prof. n. 0119204 del 14.08.2023

<p>L U N E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • PENNETTE CON ZUCCHINE TRIFOLATE • HAMBURGER DI SALMONE, AL FORNO • CAROTE LESSE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Zucchine 60; Cipolla q.b.; • Filetto di Salmone 30; Pane grat. e succo di limone q.b. (preparato dal cuoco) • Carote 60 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>M A R T E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • ORECCHIETTE AL RAGÙ DI CARNE • BIS DI VERDURA AL FORNO GRATINATA • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; magro di vitellone 45; trito di carote/sedano/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3; • Verdure di stagione 120; pangrattato e prezzemolo q.b. • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>M E R C O L E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • ANTPASTO DI CAROSELLI A BASTONCINO (se di stagione) O DI CAROTE CRUDE A BASTONCINO • CORONCINE IN PASSATO DI FAGIOLI BORLOTTI • PATATE AL FORNO • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura di stagione 20 • Pasta secca 35; Fagioli borlotti freschi o surgelati 60/Fagioli borlotti secchi 30; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. • Patate 100 • Pane con farina tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>G I O V E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • MEZZE MANICHE ALLA PIZZAIOLA • FRITTATA AL FORNO CON POMODORO • VERDURA CRUDA A FOGLIA • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; olive denocciolate sminuzzate 5; cipolla e origano, capperi q.b.; • Uovo n. 1 (50 g); Parmigiano reggiano 3; passata di pomodoro q.b. • Verdure di stagione 40 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>V E N E R D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • RISO IN CREMA DI VERDURE MISTE E PISELLI • MOZZARELLA • VERDURA COTTA DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 35; Verdure miste di stagione 40; piselli verdi 20 • Mozzarella 40 • Verdura di stagione 60 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a **13 g** totali da ripartire nelle ricette
- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni

4° settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA DELL'INFANZIA
quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D F	<ul style="list-style-type: none"> TUBETTINI CON LENTICCHIE PATATE E ZUCCHINE GRATINATE AL FORNO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 35; lenticchie secche 20; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. Patate 100; Zucchine 60; Pangrattato q.b. Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
M A R T E D F	<ul style="list-style-type: none"> RISO IN CREMA DI BIETOLE FRITTATA AL LATTE E PARMIGIANO VERDURA COTTA a foglia DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso parboiled 50; Bietole 60; Cipolla q.b. Uovo n.1 (50 g); Parmigiano reggiano 3; latte vaccino UHT p.s. q.b. Verdura di stagione 60 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARFALLE ALLA PIZZAIOLA SCHIACCIATINE DI PLATESSA, AL VAPORE (con prezzemolo e limone) VERDURE CRUDE DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Pomod. pelati 50; olive denocc. e sminuzzate 5; cipolla e origano, capperi q.b.; Filicco di platessa 30; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche* q.b.; patate 10; prezzemolo e succo di limone q.b. (preparate dal cuoco) Verdura di stagione 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
G I O V E D F	<ul style="list-style-type: none"> PENNETTE ALL'ORTOLANA al profumo di menta POLPETTONE DI TACCHINO IN UMIDO CAROTE LESSE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Verdure miste (melanzane, carote, zucchine) 60; menta q.b. Fesa di tacchino 25, parmigiano reggiano 3; mollica di pane o pangrattato, prezzemolo e brodo di verdure fresche q.b. Carote 60 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL SUGO DI POMODORO CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO AL FORNO VERDURA CRUDA a foglia DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; Cipolla, sedano, carote q.b.; Parmigiano regg. 3 Cuori di merluzzo 60; pangrattato e prezzemolo q.b. Verdura di stagione 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100

- La quantità totale di olio extra vergine di oliva da utilizzare a pranzo è pari a 13 g totali da ripartire nelle ricette
- * 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 SCUOLADELL'INFANZIA

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

	quantità alimentari (g)	
L	<ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINE IN VELLUTATA DI CAROTE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Carote 60; Brodo di verdure fresche q.b.
N	<ul style="list-style-type: none"> • RICOTTA VACCINA 	<ul style="list-style-type: none"> • Ricotta vaccina fresca 40
E	<ul style="list-style-type: none"> • SPICCHI DI POMODORINI CILIEGINO AL PROFUMO DI BASILICO 	<ul style="list-style-type: none"> • Pomodorini 20; Basilico q.b.
D	<ul style="list-style-type: none"> • PANE DI TIPO 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Pane con farina di tipo 1 40
F	<ul style="list-style-type: none"> • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca 100
M	<ul style="list-style-type: none"> • PENNETTE AL SUGO DI MELANZANE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; melanzane 60; Parmig. Regg. 3;
A	<ul style="list-style-type: none"> • STRACCETTI DI LONZA AL FORNO, CON ERBE AROMATICHE 	<ul style="list-style-type: none"> • Lonza 45; Pangrattato q.b.; erbe aromatiche (rosmarino, timo, menta...) q.b.; aglio (facoltativo)
R	<ul style="list-style-type: none"> • CAROTE LESSE 	<ul style="list-style-type: none"> • Carote 60
T	<ul style="list-style-type: none"> • PANE DI TIPO 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Pane con farina di tipo 1 40
E	<ul style="list-style-type: none"> • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca 100
M	<ul style="list-style-type: none"> • CORONCINE CON LENTICCHIE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 35; lenticchie decorticate 20; Cipolla, carota e prezzemolo q.b.
E	<ul style="list-style-type: none"> • PATATE LESSE 	<ul style="list-style-type: none"> • Patate 100
C	<ul style="list-style-type: none"> • VERDURA CRUDA a foglia 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura di stagione 20
O	<ul style="list-style-type: none"> • PANE DI TIPO 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Pane con farina di tipo 1 40
L	<ul style="list-style-type: none"> • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca
G	<ul style="list-style-type: none"> • SEDANI INTEGRALI AL SUGO DI POMODORO E BASILICO 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta integrale 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla/basilico q.b.; Parmig. Regg. 3;
I	<ul style="list-style-type: none"> • CUORI DI MERLUZZO con pane profumato, al forno 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuori di merluzzo 60; pangrattato e prezzemolo q.b.
O	<ul style="list-style-type: none"> • DADOLATA DI VERDURE (ZUCCHINE, POMODORINI, MELANZANE, PEPERONI GIALLI E ROSSI) 	<ul style="list-style-type: none"> • Zucchine 40 + pomodori 40 + peperoni rossi e gialli e melanzane 40; basilico/aglio/alloro q.b.
V	<ul style="list-style-type: none"> • PANE DI TIPO 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Pane con farina di tipo 1 40
E	<ul style="list-style-type: none"> • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca 100
N	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTTO CON ZUCCHINE E ZAFFERANO 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 50; zucchine 60; Zafferano q.b.
E	<ul style="list-style-type: none"> • FRITTATA AL FORNO 	<ul style="list-style-type: none"> • Uovo n.1 (50 g); Parmigiano reggiano 3
R	<ul style="list-style-type: none"> • VERDURA CRUDA a foglia 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura di stagione 20
D	<ul style="list-style-type: none"> • PANE DI TIPO 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Pane con farina di tipo 1 40
F	<ul style="list-style-type: none"> • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca 100

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a **13 g** totali da ripartire nelle ricette
- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

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 commesso alla somministra-

Direttore ff

Dott. Martino Protopapa

Dirigente Medico Dott.ssa Annamaria Mele

Dietetisti:

Dott.ssa Katia Novelli

Dott.ssa Maria Grazia Congedo

Dott.ssa Marina Coluccia

Dott. Roberto De Donno