

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI I° GRADO (PRIMAVERA)

(A) PRIMA SETTIMANA	(B) SECONDA SETTIMANA
LUNEDÌ Risotto alle **zucchine Frittata con caciocavallo al forno Insalata di *pomodori/**Bietole saltate Panino Frutta di stagione	LUNEDÌ Trancio di pizza margherita Caciocavallo e prosciutto cotto s.p. **Bietole o **Zucchine saltate Panino Frutta di stagione
MARTEDÌ **Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta Filetto di maiale al forno **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione	MARTEDÌ Spuma di patate /Pasta al pomodoro Sovracosce di pollo al forno Insalata verde con carote julienne Panino Frutta di stagione
MERCOLEDÌ Spuma di patate Bocconcini di mozzarella **Spinaci saltati/ Insalata di *pomodori Panino Frutta di stagione	MERCOLEDÌ Pasta e ceci (passati per l'infanzia) Omelette al forno con caciocavallo **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione
GIOVEDÌ Pasta e fagioli (passati per l'infanzia) Pizzaiola di vitello **Carote trifolate Panino Frutta di stagione	GIOVEDÌ Timballo di pasta al forno Polpette di vitello al sugo **Piselli in umido Panino Frutta di stagione
VENERDÌ Pasta al pomodoro **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Bietola saltata Panino Frutta di stagione	VENERDÌ **Minestrone (passato per l'infanzia) con riso Filetto di **merluzzo impanato al forno Patate lesse prezzemolate Panino Frutta di stagione

* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale **Prodotto preferibilmente fresco o surgelato



Red: 928 Sian
22/10/2018



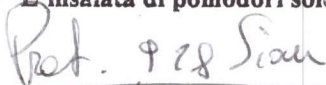
ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Ines Gino

1

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI I° GRADO (PRIMAVERA)

 TERZA SETTIMANA	 QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ Risotto con **piselli al forno Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p. **Bietola saltata Panino Frutta di stagione	LUNEDÌ Pasta e **piselli Omelette al forno con caciocavallo Insalata mista/**Bietole saltate Panino Frutta di stagione
MARTEDÌ Pasta al pomodoro Polpette di vitello al sugo **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione	MARTEDÌ Spuma di patate /Pasta al pomodoro Hamburger di vitello Insalata verde con carote julienne Panino Frutta di stagione
MERCOLEDÌ **Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta Bocconcini di mozzarella Insalata patate e pomodori Panino Frutta di stagione	MERCOLEDÌ Pasta e fagioli (passati per l'infanzia) Fesa di tacchino al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione
GIOVEDÌ Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia) Pizzaiola di vitello **Carote trifolate Panino Frutta di stagione	GIOVEDÌ Riso al pomodoro al forno Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione
VENERDÌ Pasta al pomodoro **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione	VENERDÌ Gnocchetti sardi al pomodoro Filetto di **merluzzo impanato al forno Patate lesse prezzemolate Panino Frutta di stagione

* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale **Prodotto preferibilmente fresco e surgelato


 22/10/2018



ASP - COSENZA
 Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
 Medico Responsabile
 Dott.ssa: Ivana Ines Gino

2

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI 1° GRADO (AUTUNNO/INVERNO)

A PRIMA SETTIMANA	B SECONDA SETTIMANA
LUNEDÌ Pasta con patate al pomodoro Frittata con caciocavallo al forno Insalata di *pomodori/ **bietole saltate Panino Frutta di stagione	LUNEDÌ Riso e **piselli Straccetti di pollo in padella **Bietola o **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione
MARTEDÌ **Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta Polpettine di maiale al forno **Fagiolini ad insalata o saltati Panino Frutta di stagione	MARTEDÌ Spuma di patate /Pasta al pomodoro Hamburger di vitello Insalata verde con carote julienne Panino Frutta di stagione
MERCOLEDÌ Riso al pomodoro Pizzaiola di vitello **Piselli in umido Panino Frutta di stagione	MERCOLEDÌ Pasta e fagioli (passati per l'infanzia) Omelette al forno con caciocavallo **Bietola o **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione
GIOVEDÌ Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia) Bocconcini di mozzarella **Carote gratinate Panino Frutta di stagione	GIOVEDÌ Timballo di pasta al forno Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle **Zucchine e **carote gratinate Panino Frutta di stagione
VENERDÌ Pasta al pomodoro **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione	VENERDÌ **Minestrone (passato per l'infanzia) con riso Filetto di **merluzzo impanato al forno Patate lesse prezzemolate Panino Frutta di stagione

* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale **Prodotto preferibilmente fresco o surgelato

Prot. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

3

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI 1° GRADO (AUTUNNO/INVERNO)

(C) TERZA SETTIMANA

(D) QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ

Riso con patate in bianco
Cotoletta di vitello al forno
**Bietola o **Spinaci saltati/Insalata di
*pomodori
Panino
Frutta di stagione

LUNEDÌ

Risotto con **piselli al forno
Sovracosce di pollo al forno
**Fagiolini saltati
Panino
Frutta di stagione

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro
Filone di maiale al forno
Patate al forno
Panino
Frutta di stagione

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro
Omelette al forno con caciocavallo
**Carote e **piselli in umido
Panino
Frutta di stagione

MERCOLEDÌ

Pasta e ceci (passati per l'infanzia)
Filetto di **platessa impanato al forno
**Cavolfiore gratinato
Panino
Frutta di stagione

MERCOLEDÌ

**Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta
Cotoletta di filetto di **merluzzo al forno
Patate al forno
Panino
Frutta di stagione

GIOVEDÌ

Risotto al pomodoro e formaggi
Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p.
(per l'infanzia) e bresaola (per la primaria)
**Piselli in umido
Panino
Frutta di stagione

GIOVEDÌ

Risotto con zucca
Polpette di vitello al forno
**Zucchine gratinate
Panino
Frutta di stagione

VENERDÌ

Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia)
**Bocconcini di filetto di merluzzo al forno
**Spinaci saltati
Panino
Frutta di stagione

VENERDÌ

Trancio di pizza margherita
Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p.
**Fagiolini saltati/insalata di *pomodori
Panino
Frutta di stagione

* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale **Prodotto preferibilmente fresco o surgelato

Prot. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dr.ssa Ivana Ines Gino

4

TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE

PRIMI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:			PRIMI PIATTI (AUTUNNALE, INVERNALI, P RIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA
<u>PASTA O RISO O GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO</u> Gnocchetti sardi Pasta Riso Pomodori pelati Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	N°60 Gr.60 Gr.50 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°70 Gr.70 Gr.60 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°80 Gr.80 Gr.70 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b.	<u>RISOTTO AL POMODORO E FORMAGGI</u> Riso Pomodori pelati Caciocavallo Olio EVO Parmigiano o Grana Sale	Gr.50 Gr.35 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.40 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.45 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.
<u>RISO E PATATE IN BIANCO</u> Pasta Patate fresche Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b.	<u>RISO AL POMODORO AL FORNO</u> Riso Pomodori pelati Caciocavallo Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.35 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.45 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.55 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.
<u>PASTA E LENTICCHIE</u> Pasta Lenticchie secche Pomodori pelati Olio EVO Sale e Odori	Gr.35 Gr.20 Gr.10 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.30 Gr.15 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.40 Gr.20 Gr.5 q.b.	<u>PASTA E CECI</u> Pasta Ceci secchi Olio EVO Sale e Odori	Gr.35 Gr.20 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.40 Gr.5 q.b.
<u>SPUMA DI PATATE AL FORNO</u> Latte UHT Fiocchi di patate Burro Parmigiano o Grana Uova ogni 10 porzioni Caciocavallo Prosciutto Cotto s.p. Sale e Odori	ml.30 Gr.30 Gr.5 Gr.5 N°1 Gr.10 Gr.10 q.b.	ml.35 Gr.35 Gr.5 Gr.5 N°1 Gr.15 Gr.15 q.b.	ml.40 Gr.40 Gr.5 Gr.5 N°1 Gr.20 Gr.20 q.b.	<u>**MINISTRONE CON PASTA O RISO</u> Pasta Riso **Minestrone Patate Fresche Pomodori pelati Olio EVO Sale e odori	Gr.35 Gr.35 Gr.40 Gr.20 Gr.10 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.45 Gr.30 Gr.15 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.45 Gr.50 Gr.40 Gr.20 Gr.5 q.b.
<u>PASTA CON FAGIOLI</u> Pasta Fagioli secchi Pomodori pelati Olio EVO Sale e Odori	Gr.35 Gr.20 Gr.10 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.30 Gr.15 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.40 Gr.20 Gr.5 q.b.	<u>PASTA O RISO E **PISELLI</u> Pasta Riso **Piselli Olio EVO Pomodori pelati Sale e odori	Gr.35 Gr.35 Gr.40 Gr.5 Gr.10 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.50 Gr.5 Gr.15 q.b.	Gr.45 Gr.45 Gr.60 Gr.5 Gr.20 q.b.
<u>PASTA E PATATE AL POMODORO</u> Pasta Patate fresche Pomodori pelati Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.30 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.40 Gr.15 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.50 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	<u>RISOTTO CON **PISELLI AL FORNO</u> Riso **Piselli Pomodori pelati Emmenthal Olio EVO Parmigiano o Grana Sale o odori	Gr.50 Gr.40 Gr.35 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.50 Gr.45 Gr.15 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.60 Gr.55 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.
<u>RISOTTO CON ZUCCA O **ZUCCHINE</u> Riso Zucca Fresca **Zucchine Pomodori pelati Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.40 Gr.40 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.50 Gr.50 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.60 Gr.60 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b.	<u>TIMBALLO DI PASTA AL FORNO</u> Pasta Carne tritata di vitello Pomodori pelati Besciamello Emmenthal Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.25 Gr.35 Gr.15 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.30 Gr.45 Gr.25 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.35 Gr.55 Gr.35 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.

ROT - 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa Ivana Ines Gino

5

6

***PASTA CON				TRANCIO DI PIZZA			
<u>POLPETTINE</u>				<u>MARHERITA</u>			
Pasta	Gr.50	Gr.60	Gr.70	<u>Farina</u>	Gr.150PZ	Gr.200 PZ	Gr.250 PZ
Carne tritata di vitello	Gr.25	Gr.30	Gr.35	<u>Lievito di birra</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Mollica di pane	Gr.20	Gr.25	Gr.30	<u>Sale</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	Gr.35	Gr.45	Gr.55	<u>Origano</u>	q.b.	q.b.	q.b.
Uova ogni 10 porzioni	N°1	N°1	N°1	<u>Pomodori pelati</u>	gr.40	Gr.50	Gr.60
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	<u>Olio EVO</u>	Gr.5	Gr.5	Gr.5
Parmigiano o grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5	<u>Caciocavallo</u>	Gr.30	Gr.40	Gr.50
Sale o Odori	q.b.	q.b.	q.b.				
***LASAGNE AL				***PASTA"CHINA"CON			
<u>FORNO</u>				<u>POLPETTINE</u>			
Lasagne all'uovo	Gr.50	Gr.60	Gr.70	<u>Pasta</u>	Gr.50	Gr.60	Gr.70
Carne tritata di vitello	Gr.25	Gr.30	Gr.35	<u>Carne tritata di vitello</u>	Gr.25	Gr.30	Gr.35
Pomodori pelati	Gr.60	Gr.65	Gr.70	<u>Mollica di pane</u>	Gr.20	Gr.25	Gr.30
Caciocavallo	Gr.15	Gr.20	Gr.25	<u>Pomodori pelati</u>	Gr.35	Gr.45	Gr.55
Olio Evo	Gr.5	Gr.5	Gr.5	<u>Caciocavallo</u>	Gr.20	Gr.25	Gr.30
Parmigiano o Grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5	<u>Uova sode ogni 5 porzioni</u>	N°1	N°1	N°1
Sale e odori	q.b.	q.b.	q.b.	<u>Olio EVO</u>	Gr.5	Gr.5	Gr.5
				<u>Parmigiano o grana</u>	Gr.5	Gr.5	Gr.5
				<u>Sale e odori</u>	q.b.	q.b.	q.b.

Prot. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

6

TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE

(7)

SECONDI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:			SECONDI PIATTI (AUTUNNALE, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARI A	BAMBINI SECONDARI A		BAMBINI INFANZI A	BAMBINI PRIMARI A	BAMBINI SECONDARI A
<u>FRITTATA LA FORNO CON CACIOCAVALLO</u>				<u>POLPETTE DI MAIALE AL FORNO</u>			
Uova	N°1	N°1,5	N°2	Carne tritata maiale	Gr.50	Gr.60	Gr.70
Caciocavallo	Gr.20	Gr.30	Gr.40	Uova ogni 10 porzioni	N°1	N°2	N°3
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Parmigiano o grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5
Parmigiano o Grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Mollica di pane	q.b.	q.b.	q.b.
Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
				Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.
<u>STRACCETTI DI POLLO IN PADELLA</u>				<u>HAMBURGER DI VITELLO</u>			
Petto di Pollo	Gr.70	Gr.80	Gr.90	Carne di Vitello 1^ scelta	Gr.70	Gr.80	Gr.90
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Sale e odori quanto basta			
Sale	q.b.	q.b.	q.b.				
<u>PIZZAILO DI VITELLO</u>				<u>OMELETTE AL FORNO CON CACIOCAVALLO</u>			
Fettina di Vitello	Gr.70	Gr.80	Gr.90	Uova	N°1	N°1,5	N°2
Pomodori Pelati	Gr.25	Gr.30	Gr.35	Caciocavallo	Gr.20	Gr.30	Gr.40
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.	Parmigiano o grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5
				Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.
<u>BOCCONCINI DI MOZZARELLA DI GR. 30 cd</u>	N°2	N°3	N°4	<u>FORMAGGIO FRESCO SPALMABILE O A PASTA</u>			
				<u>MOLLE</u> (crescenza, stracchino, pre alpi, caciotta fresca)	Gr.60	Gr.70	Gr.80
<u>BASTONCINI DI FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO</u>				<u>FILETTI DI **MERLUZZO IMPANATO AL FORNO</u>			
** Bastoncini di filetto di merluzzo	N°3	N°4	N°5	Filetto di ** merluzzo	Gr.90	Gr.100	Gr.110
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Mollica di pane	q.b.	q.b.	q.b.
				Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
<u>COTOLETTA DI VITELLO AL FORNO</u>				<u>SOVRACOSCE DI POLLO AL FORNO</u>			
Fettina di Vitello	Gr.70	Gr.80	Gr.90	Sovracosce di pollo	Gr.140	Gr.150	Gr.160
Mollica di Pane	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano o Grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5				
Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.				
<u>FILONE DI MAIALE AL FORNO</u>				<u>FILETTO DI **PLATESSA IMPANATO AL FORNO</u>			
Filone di Maiale	Gr.70	Gr.80	Gr.90	Filetto di **platessa	Gr.90	Gr.100	Gr.110
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Mollica di pane	q.b.	q.b.	q.b.
Sale e Odori	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
<u>COTOLETTA DI FILETTO DI **MERLUZZO AL FORNO</u>				<u>BOCCONC. DI MOZZARELL. E PROSC. COTTO s.p. O BRESAOLA</u>			
Cotoletta di filetto	N°1	N°1	N°1	Bocconcini di mozzarella	N°1	N°2	N°3
**merluzzo				(gr.30cd)			
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Prosciutto cotto s.p.	Gr.35	Gr.40	Gr.45
				Bresaola	Gr.40	Gr.40	Gr.50

Prot. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

POLPETTE DI VITELO AL FORNO <u>Carne tritata di vitello</u> <u>Uova ogni 10 Porzioni</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	POLPETTE DI VITELLO AL SUGO <u>Carne tritata di vitello</u> <u>Uova ogni 10 porzioni</u> <u>Pomodori Pelati</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.25 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.30 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.35 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.
FILETTO DI MAIALE AL FORNO <u>Filetto di maiale</u> <u>Olio Evo</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	CACIOCAVALLO E PROSCIUTTO COTTO s.p. <u>Caciocavallo</u> <u>Prosciutto Cotto s.p.</u>	Gr.35 Gr.35	Gr.40 Gr.40	Gr.45 Gr.45
FESA DI TACHINO AL FORNO <u>Fesa di tacchino al forno</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	***POLPETTE DI VITELLO FRITTE <u>Carne tritata di vitello</u> <u>Uova ogni 10 porzioni</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.
***PARMIGIANA DI MELANZANE AL FORNO <u>Melanzane</u> <u>Uova ogni 10 porzioni</u> <u>Pomodori pelati</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.25 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.30 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.35 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	***INVOLTINO DI VITELLO AL FORNO <u>Fettina di vitello</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Farina</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 GR.5 q.b. q.b. Gr.5 q.b.	Gr.80 GR.5 q.b. q.b. Gr.5 q.b.	Gr.90 GR.5 q.b. q.b. Gr.5 q.b.
***RAPE E SALSICCIA ARROSTO <u>Salsiccia di maiale fresca</u> <u>Rape fresche</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.90 Gr.5 q.b.	***COSCIOTTI DI AGNELLO AL FORNO <u>Cosciotto di agnello</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.

Prot. 928 Sian
26/10/2018



ASP - COSENZA
 Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
 Medico Responsabile
 Dott.ssa: Ivana Ines Gino

TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE

9

CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:			CONTORNI (AUTUNNALE, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA
<u>INSALATA MISTA</u> Lattuga Iceberg Radicchio Carote Olio EVO Sale	Gr.30 Gr.30 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.40 Gr.5 q.b.	Gr.50 Gr.50 Gr.50 Gr.5 q.b.	<u>INSALATA VERDE CON CARTOTE JULIENNE</u> Lattuga iceberg Carote julienne Olio EVO Sale e Odori	Gr.30 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.5 q.b.	Gr.50 Gr.50 Gr.5 q.b.
<u>INSALATA DI * POMODORI</u> *Pomodori Freschi Olio EVO Sale	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	Gr.100 Gr.5 q.b.	<u>PATATE LESSE PREZZEMOLATE</u> Patate fresche lesse Olio EVO Sale e Odori	Gr.100 Gr.5 q.b.	Gr.110 Gr.5 q.b.	Gr.120 Gr.5 q.b.
<u>PATATE AL FORNO</u> Patate fresche Olio Evo Sale e Odori	Gr.100 GR.5 q.b.	Gr.110 GR.5 q.b.	Gr.120 GR.5 q.b.	<u>INSALATA DI * POMODORI E PATATE</u> *Pomodori freschi Patate fresche Olio EVO Sale	Gr.50 Gr.50 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.60 Gr.5 q.b.
<u>**CAVOLFIORI O **CAROTE GRATINATE AL FORNO</u> ** Cavolfiori **Carote Olio Evo Parmigiano o Grana Mollica di pane Sale	GR.70 Gr.70 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	GR.80 Gr.80 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	GR.90 Gr.90 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	<u>**ZUCCHINE E * CAROTE GRATINATE</u> **Zucchine **Carote Olio EVO Parmigiano o grana Mollica di pane Sale	Gr.40 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.50 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.60 Gr.60 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.
				<u>**ZUCCHINE GRATINATE</u> **Zucchine Olio EVO Parmigiano o Grana Mollica di pane Sale	Gr.70 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.80 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.90 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.
<u>**CAROTE TRIFOLATE</u> Carote Olio Evo Sale	Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	<u>**PISELLI IN UMIDO</u> **Piselli Olio EVO Sale e Odori	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.
<u>**PISELLI E ** CAROTE IN UMIDO</u> **Piselli **Carote Olio EVO	Gr.50 Gr.40 Gr.5	Gr.60 Gr.50 Gr.5	Gr.70 Gr.60 Gr.5	<u>***PEPERONI E PATATE</u> Patate fresche Peperoni freschi Olio EVO Sale e Odori	Gr.60 Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.5 q.b.
<u>**SPINACI O ** BIETOLA O **FAGIOLINI O **ZUCCHINE SALTATE</u> **Spinaci **Bietola **Fagiolini **Zucchine Olio EVO Sale	Gr.70 Gr.70 Gr.70 Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.80 Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.90 Gr.90 Gr.90 Gr.5 q.b.	<u>INSALATA DI **FAGIOLINI</u> **Fagiolini Olio Sale	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.

Prot. 928 Sian
22/10/2018

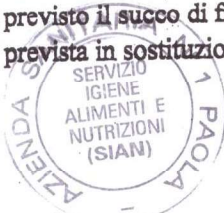


ASP - GOSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE							
ALIMENTI VARI	QUANTITA' PER:			ALIMENTI VARI	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDA RIA
<u>PANINO</u>	GR.60	GR.80	GR.100	<u>FRUTTA</u> <u>La frutta deve essere di stagione</u>	GR.120	GR.150	GR.180
<u>***TURDILLI O PANDORO</u>	N°1 N°1FETTA	N°1 N°1FETTA	N°1 N°1FETTA	<u>***COLOMBA PASQUALE</u>	N°1 FETTA	N°1 FETTA	N°1 FETTA
<u>***CHIACCHIERE</u>	N°1	N°1	N°1	<u>SUCCO DI FRUTTA IN BRICK</u>	200 ML	200ML	200 ML
<u>PUREA DI FRUTTA</u> <u>(100% polpa di frutta)</u>	100GR	100GR	100GR				

- A) Per la scuola materna la pasta deve essere di tipo corto
- B) Per la scuola materna i legumi e il minestrone devono essere passati
- C) * L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale
- D) ** Prodotto preferibilmente fresco o surgelato
- E) *** Piatti tipici del territorio
- F) Per quanto riguarda il consumo di verdure e frutta fresca o di IV gamma, si raccomanda di tener conto del possesso, da parte della Ditta destinataria del servizio, delle dovute attrezzature riservate al lavaggio ottimale di tali prodotti per come specificato nel piano di autocontrollo
- G) E' preferibile per la scuola materna utilizzare il prosciutto cotto senza polifosfati al posto del prosciutto crudo o della bresaola, per il minore contenuto di sale e la minore difficoltà legata alla masticazione e deglutizione. Si raccomanda inoltre, di non sostituire la bresaola di cavallo con la bresaola di manzo laddove fossero presenti bambini affetti da allergia/intolleranza al latte e derivati
- H) Sarebbe preferibile utilizzare pane a ridotto contenuto di sale e comunque sempre iodato: pane con contenuto di sale non superiore all'1.8% - 1.7% riferito alla farina. La produzione e vendita di pane con ridotto contenuto di sale, rispettando gusto, fragranza e qualità, è promossa dal Ministero della Salute e persegue un obiettivo di salute pubblica di estrema importanza, contribuendo alla diminuzione della prevalenza/incidenza delle malattie cronico-degenerative
- I) Assicurare che i filetti di pesce serviti a mensa siano deliscati accuratamente secondo quanto previsto dal Piano di autocontrollo
- J) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente previa cottura
- K) Le grammature per le diete speciali rimangono invariate
- L) Per le diete speciali vengono rispettati rigorosamente tutti gli ingredienti dei menù che vengono stilati e validati in base alle patologie degli utenti
- M) Le preparazioni delle diete speciali vengono eseguite in contesti separati o con differenziazione temporale e con utensileria contraddistinta soprattutto per i celiaci
- N) Verificare sempre l'etichettatura dei Prodotti Alimentari: Regolamento UE 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che modifica i regolamenti (CE) n. 1924/2006 e (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio e abroga la direttiva 87/250/CEE della Commissione, la direttiva 90/496/CEE del Consiglio, la direttiva 1999/10/CE della Commissione, la direttiva 2000/13/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, le direttive 2002/67/CE e 2008/5/CE della Commissione e il regolamento (CE) n. 608/2004 della Commissione
- O) Prevedere un'offerta di almeno due varietà di frutta nella medesima settimana
- P) Due volte al mese può essere previsto il succo di frutta da 200 ml in sostituzione alla frutta di stagione
- Q) Due volte al mese può essere prevista in sostituzione alla frutta di stagione una purea di frutta

Prot. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino