



1° settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO (2-3 ANNI) quantità alimentari (g)

Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D P I	<ul style="list-style-type: none"> RISOTTO CON SPINACI GIUNCAIA VERDURA COTTA A FOGLIA DI STAGIONE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso parboiled 40; spinaci 40; cipolla e brodo di verdure fresche q.b.; Parmigiano reggiano 3 Giuncaia 30 Verdure di stagione 40 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLINI AL SUGO DI POMODORO CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO VERDURA CRUDA A FOGLIA a julienne PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 Cuori di merluzzo 50; Pangrattato, prezzemolo q.b Verdure di stagione 20 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> TEMPESTINE IN VELLUTATA DI VERDURE FRESCHE SCHIACCIATINA DI POLLO ALLE MANDORLE CAROTE LESSE PREZZEMOLATE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pastina secca 40; Verdure miste di stagione 40; Petto di pollo macinato 20; parmig. Reg.3; farina di mandorle 3; mollica di pane o pangrat.; brodo di verdure fresche q.b.* (preparata dal cuoco) Carote 40; prezzemolo q.b. Pane bianco 20 Frutta fresca 80
	<ul style="list-style-type: none"> MINI PENNETTE AL SUGO DI POMODORO SCHIACCIATINA DI PLATessa AL VAPORE (con prezzemolo e limone) VERDURA COTTA DI STAGIONE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 Filicchio di platessa 25; mollica di pane o pangrat., brodo di verdure fresche q.b.*; patata 10; prez. e succo limone q.b. (preparate dal cuoco) Verdure di stagione 80 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> TUBETTI CON LENTICCHIE PATATE LESSE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Lenticchie DECORTICATE 10; trito di carote/cipolla/prezzemolo q.b Patate 100 Pane bianco 20 Frutta fresca 80

- 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^o settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO (2-3 ANNI)

quantità alimentari (g)

Prot. n. Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

L	<ul style="list-style-type: none"> LUMACCHINE AL SUGO DI POMODORO 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3
N	<ul style="list-style-type: none"> CUORI DI MERLUZZO, IN UMIDO 	<ul style="list-style-type: none"> Cuori di merluzzo 50; brodo di verdure fresche q.b.
E	<ul style="list-style-type: none"> CAROTE LESSE 	<ul style="list-style-type: none"> Carote 80
D	<ul style="list-style-type: none"> PANE BIANCO 	<ul style="list-style-type: none"> Pane bianco 20
I	<ul style="list-style-type: none"> FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Frutta fresca 80
M	<ul style="list-style-type: none"> MARGHERITINE IN CREMA DI FAGIOLI CANNELLINI 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; fagioli cannellini secchi 10; trito di carote/cipolla/prezemmolo q.b
A	<ul style="list-style-type: none"> PATATE IN PUREA 	<ul style="list-style-type: none"> Patate 100
R	<ul style="list-style-type: none"> PANE BIANCO 	<ul style="list-style-type: none"> Pane bianco 20
E	<ul style="list-style-type: none"> FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Frutta fresca 80
D		
I		
M	<ul style="list-style-type: none"> RISO AL SUGO DI POMODORO 	<ul style="list-style-type: none"> Riso parboiled 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3
E	<ul style="list-style-type: none"> POLPETTINE DI PLATESSA, AL VAPORE (con prezemmolo e limone) 	<ul style="list-style-type: none"> Filieto di platessa 25; prezemmolo e limone, mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.*; patata 10; (preparate dal cuoco)
R	<ul style="list-style-type: none"> VERDURA COTTA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Verdura di stagione 80
O	<ul style="list-style-type: none"> PANE BIANCO 	<ul style="list-style-type: none"> Pane bianco 20
L	<ul style="list-style-type: none"> FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Frutta fresca
E		
D		
I		
G	<ul style="list-style-type: none"> TEMPESTINE CON ZUCCA GIALLA (O ALTRA VERDURA) 	<ul style="list-style-type: none"> Pastina secca 40; zucca gialla o altra verdura di stagione 40
I	<ul style="list-style-type: none"> FRITTATA AL FORNO CON POMODORO 	<ul style="list-style-type: none"> Lovo (50 g) n. 1; Parmigiano reggiano 3; passato di pomodoro q.b.
O	<ul style="list-style-type: none"> VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE a julienne 	<ul style="list-style-type: none"> Verdura di stagione 10
V	<ul style="list-style-type: none"> PANE BIANCO 	<ul style="list-style-type: none"> Pane bianco 20
E	<ul style="list-style-type: none"> FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Frutta fresca 80
D		
I		
V	<ul style="list-style-type: none"> PIPE IN CREMA DI VERDURE FRESCHE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Verdure miste di stagione 40
E	<ul style="list-style-type: none"> POLPETTINE DI LONZA AL FORNO 	<ul style="list-style-type: none"> Lonza 20; parmigiano reggiano 3; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.*
N	<ul style="list-style-type: none"> VERDURA COTTA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Verdura di stagione 40
E	<ul style="list-style-type: none"> PANE BIANCO 	<ul style="list-style-type: none"> Pane bianco 20
R	<ul style="list-style-type: none"> FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> 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



3^o settimana **TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO (2-3 ANNI)** quantità alimentari (g) **Prot. n. Prot. n. 0119204 del 14.08.2023**

L	• PERLINE AL SUOCO DI POMODORO	• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; carote/sedano/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3
U	• RICCOTTA VACCINA	• Ricotta vaccina fresca 30
N	• PATATE LESSE E VERDURA CRUDA a julienne	• Patate 60; Verdura di stagione 20
E	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
D	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
F		
M		
A	• RISO IN BRODO DI MERLUZZO***	• Riso parboiled 40; Verdure miste per brodo q.b.; Cuori di merluzzo 50;
R	• VERDURA COTTA DI STAGIONE	• Verdura di stagione 80
T	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
F		
M		
E	• TUBETTI CON PATATE	• Pasta secca 40; Patate 30; Cipolla q.b.
R	• POLPETTINE DI ZUCCA E CECI, AL FORNO	• Polpa di zucca 40; ceci 10; Parmigiano reggiano 3; Pangrattato q.b.* (preparate dal cuoco)
C	• VERDURA COTTA A FOGLIA DI STAGIONE	• Verdura di stagione 40
O	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
L	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
E		
D		
I		
G		
I	• MINI PENNETTE AL RAGÙ DI CARNE	• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; magro di vitellone 35; trito di carote/sedano/cipolle q.b.; Parmigiano reggiano 3
O	• BIS DI VERDURE DI STAGIONE PREZZEMOLATE, al forno	• Verdure di stagione 80; prezzemolo q.b.
V	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
F		
V	• FUSILLINI IN CREMA DI CAVOLFIORE	• Pasta secca 40; Cavolfiore 40; Cipolla q.b.
E	• SCHIACCIATINE DI RANA PESCATRICE AL FORNO	• Rana pescatrice (o passera di mare) 25; Mollica di pane o pangrattato e brodo di verdure fresche q.b.*; Patate 10; (preparate dal cuoco)
N		
E	• VERDURA CRUDA A FOGLIA a julienne	• Verdura di stagione 10
R	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
D	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
F		

- 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 (variate nella settimana) 80 g
 - * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni!
 - ***Somministrare il pesce utilizzato per la preparazione del brodo/sugo come secondo piatto

TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO (2-3 ANNI)

Prot. n. Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

	4 ^a settimana	quantità alimentari (g)
L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> • RISO IN BRODO DI VERDURE FRESCHE • FRITTATA AL FORNO CON PREZZEMOLO • VERDURA CRUDA A FOGLIA, a julienne • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 40; Verdure miste per brodo q.b. • Uovo (50 g) n. 1; Parmigiano reggiano 3; prezzemolo q.b. • Verdura di stagione 20 • Pane bianco 20 • Frutta fresca di stagione 80
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> • CORALLINI AL SUGO DI PESCE*** • CAROTE a julienne • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; pesce 50 (cuori di merluzzo, rana pescatrice); Pomodori pelati 20; Cipolla q.b. • Carote 20 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINE IN CREMA DI FAVE • PATATE LESSE SCHIACCiate • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; fave secche decorticate sgusciate 10; cipolla q.b. • Patate 100 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> • SEDANINI IN CREMA DI SPINACI • POLPETTINE DI MERLUZZO AL POMODORO • VERDURA COTTA DI STAGIONE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; spinaci 40; brodo di verdure fresche q.b. • Cuori di merluzzo 25; Pane grattugiato e brodo di verdure fresche q.b.*; Patate 10; Pomodori Pelati 10 (preparate dal cuoco) • Verdure di stagione 40 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
V E N E D I	<ul style="list-style-type: none"> • STELLINE IN CREMA DI CAROTE O ZUCCA • SCHIACCIATINA DI TACCHINO AL LIMONE, AL FORNO • VERDURA DI STAGIONE GRATINATA, AL FORNO • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; carote o zucca 40; cipolla e brodo di verdure fresche q.b. • Fesa di Tacchino 20; Parmigiano Reggiano 3; succo di limone, mollica di pane o pangrattato/brodo di verdure fresche q.b.* • Verdure di stagione 40; Pangrattato e prezzemolo q.b. • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80

- 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
 - ****Somministrare il pesce utilizzato per la preparazione del brodo/sugo come secondo piatto



5^a settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO (2-3 ANNI)
 quantità alimentari (g)

Prot. n. Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D I <ul style="list-style-type: none"> • ANELLINI IN CREMA DI CARCIOFI E RICCOTTA VACCINA • TRICIOLORE DI VERDURE AL FORNO • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; ricotta vaccina fresca 30; cuori di carciofi o altra verdura di stagione 40 • Verdure di stagione 40 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
M A R T E D I <ul style="list-style-type: none"> • MACCHERONCINI AL POMODORO • CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO AL FORNO • CAROTE LESSE PREZZEMOLATE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 • Cuore di merluzzo 50; pangrattato e prezzemolo q.b. • Carote 80; prezzemolo q.b. • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
M E R C O L E D I <ul style="list-style-type: none"> • RISO IN PASSATO DI VERDURE FRESCHE • SCHIACCIATINA DI VITELLONE IN UMIDO al pomodoro • VERDURA COTTA FOGLIA DI STAGIONE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 40; verdure miste di stagione 40 • Vitellone macinato 20; parmigiano reggiano 3; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.; salsa di pomodoro q.b. • Verdure di stagione 40 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
G I O V E D I <ul style="list-style-type: none"> • TUBETTINI CON PASSATO DI FAGIOLI CANNELLINI • PATATE AL FORNO • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; fagioli cannellini 10; trito di carote/cipolla/prezzemolo q.b • Patate 100 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
V E N E D I <ul style="list-style-type: none"> • FARFALLINE AL SUGO DI POMODORO • POLPETTINE DI PLATESSA AL FORNO • VERDURA COTTA DI STAGIONE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano 3 • Filetto di platessa 25; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.*; patate 10 • Verdure di stagione 80 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80

- 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



Prot. n. 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 **pesc**e 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 Marina Coluccia

Dott.ssa Maria Grazia Congedo

Dott. Roberto De Donno