



1° settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA

Prof. n. 0119204 del 14.08.2023

		quantità alimentari (g)
L U N E D E	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTTO CON SPINACI • GIUNCAIA • VERDURA COTTA a foglia DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 50; Spinaci 60; cipolla e brodo di verdure fresche q.b., Parmigiano reggiano 3 • Giuncata 40 • Verdura di stagione 60; • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
M A K T E D T	<ul style="list-style-type: none"> • FUSILLI AL SUGO DI POMODORO • CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO • VERDURA CRUDA A FOGLIA • 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, prezzemolo q.b. • Verdura cruda di stagione 40 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
M E R C O L E D	<ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINE IN VELLUTATA DI VERDURE FRESCHE • BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO AL LIMONE • CAROTE A JULIENNE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 35; Verdure miste di stagione 60; • Petto di pollo 45; Limone e farina q.b. • Carote 20 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
G I O V E D F	<ul style="list-style-type: none"> • PENNETTE AL SUGO DI POMODORO • FRITTATA AL LATTE E PARMIGIANO • 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); Parmigiano reggiano 3; latte vaccino UHT p.s. q.b. • Verdura di stagione 120 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> • ANTIPASTO DI CUORE DI FINOCCHIO a julienne • TUBETTI CON LENTICCHIE • PATATE LESSE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuore di finocchio (privo dei filamenti) 20 • Pasta secca 35; Lenticchie DECORTICATE 20; trito di carote/cipolle/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 "prodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



2° settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA
quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

<p>L</p> <ul style="list-style-type: none"> ● CAVATELLI FRESCHI AL SUGO DI POMODORO ● ANELLI DI CALAMARO GRATINATI AL FORNO ● VERDURA CRUDA A FOGLIA ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Cavatelli freschi 70; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 ● Calamaro 60; pangrattato e prezzemolo q.b. ● Verdura di stagione 40; ● Pane con farina di tipo I 40 ● Frutta fresca 100
<p>M</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ANTIPASTO DI CAROTE CRUDE A BASTONCINO ● MARGHERITINE IN CREMA DI FAGIOLI CANNELLINI ● PATATE LESSE PREZZEMOLATE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carote 20 ● Pasta secca 35; Fagioli cannellini 20; trito di carote/cipolle/prezzemolo q.b. ● Patate 100; prezzemolo q.b.; ● Pane con farina di tipo I 40 ● Frutta fresca 100
<p>M</p> <ul style="list-style-type: none"> ● RISO AL GRATIN AL FORNO CON POMODORO E PARMIGIANO ● SCHIACCIATINE DI PLATESSA, AL FORNO ● VERDURA COTTA DI STAGIONE CON PINOLI ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Riso parboiled 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 ● Filetto di platessa 30; mollica di pane o pangrat., brodo di verdure fresche* q.b., Patata 10; (preparate dal cuoco) ● Verdura di stagione 120; Pinoli tritati finemente 5 ● Pane con farina di tipo I 40 ● Frutta fresca 100
<p>G</p> <ul style="list-style-type: none"> ● PIZZA MARGHERITA (piatto unico) ● PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati aggiunti ● VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● 2 Tranci 150; ● Prosciutto cotto 20; ● Verdura di stagione 40; ● Frutta fresca 100
<p>V</p> <ul style="list-style-type: none"> ● PIPE IN CREMA DI VERDURE FRESCHE ● SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE ● VERDURA COTTA DI STAGIONE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pasta secca 35; verdure miste stagione 60; ● Lonza 45; farina e limone q.b.; ● Verdura di stagione 60; ● Pane con farina di tipo I 40; ● Frutta fresca 100

Alternativa ai menù del Giovedì: Pastina 35 g in crema di verdure miste di stagione 60 g; 1 trancio di pizza margherita 75 g; prosciutto cotto 20 g; Verdura cruda a foglia di stagione 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 "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



3^o settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

		quantità alimentari (g)
L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> • PENNETTE AL SUGO DI POMODORO • RICCOTTA VACCINA • INSALATA DI RADICCHIO E CUORE DI FINOCCHIO a julienne • 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 • Ricotta vaccina fresca 40 • Radicchio 20; Cuore di finocchio (privo dei filamenti) 20 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> • RISO IN BRODO DI VERDURE FRESCHE • SOFFICE FRITTATA AI CARCIOFI, AL FORNO • VERDURA COTTA DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 50; Verdure miste per brodo q.b.; Parmigiano reggiano 3 • Uovo n.1 (50 g); cuori di carciofi (o altra verdura di stagione) 20; Parmigiano reggiano 3; latte vaccino UHT p.s. q.b. • Verdura di stagione 100 • 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"> • TUBETTI E PATATE • POLPETTE DI ZUCCA, CECI E ROSMARINO, AL FORNO • VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 35; Patate 25; cipolla q.b. • Polpa di zucca 40; ceci 20; Parmigiano reggiano 3; Pangrattato e rosmarino q.b.* (preparate dal cuoco) • Verdura di stagione 20 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> • LASAGNA AL RAGÙ DI CARNE • BIS DI VERDURE DI STAGIONE PREZZEMOLATE, al forno • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca all'uovo 50; Pomodori pelati 50; magro di vitellone 45; trito di carote/sedano/cipolla q.b.; Parmig. Reg. 3; SALSABESCIAMELLA; latte vaccino UHT p.s.15; farina 51; • Verdure di stagione 120; prezzemolo 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"> • FUSILLI IN CREMA DI CAVOLFIORE • SCHIACCIATINE DI RANA PESCATRICE AL FORNO • VERDURA CRUDA A FOGLIA • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Cavolfiore 60, cipolla q.b.; • Rana pescatrice (o passerina di mare) 30; mollica di pane o pangrat., brodo di verdure fresche* q.b., Patata 10; (preparate dal cuoco) • Verdura di stagione 20 • 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 "prodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



4° settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLE DELL'INFANZIA
quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

<p>L T U N E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> ● RISO IN BRODO DI VERDURE FRESCHE ● FRITTATA AL FORNO CON PREZZEMOLO ● VERDURA CRUDA A FOGLIA ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Riso parboiled 50; Verdure miste per brodo q.b., Parmigiano reggiano 3 ● Uovo (50 g) n. 1; Parmigiano reggiano 3; prezzemolo q.b. ● Verdure di stagione 40 ● Pane con farina di tipo I 40 ● Frutta fresca 100
<p>M A R T E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> ● MINI PENNETTE AL SUGO DI POMODORO ● HAMBURGER DI SALMONE GRATINATO, AL FORNO ● CAROTE A JULIENNE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 ● Filetto di Salmone 30; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche* e succo di limone q.b.; ● Carote 40; ● Pane con farina di tipo I 40; ● Frutta fresca 100
<p>M E R C O L E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ANTIPASTO DI CAROTE CRUDE A BASTONCINO ● MARGHERITINE IN CREMA DI FAVE ● PATATE AL FORNO ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Carote 20; ● Pasta fresca 35; Fave decorticate sgusciate 20; cipolle q.b. ● Patate 100; ● Pane con farina di tipo I 40; ● Frutta fresca 100
<p>G I O V E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> ● FARFALLE AL SUGO DI POMODORO E OLIVE ● POLPETTE DI MERLUZZO AL POMODORO ● VERDURA DI STAGIONE STUFATA ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; Parmigiano reggiano 3; Olive denocciolate e sminuzzate 5; ● Cuori di merluccio 30; Pane grattugiato e brodo di verdure fresche * q.b.; patate 10; pelati 10 (Preparate dal cuoco) ● Verdure di stagione 120; aromi q.b.; ● Pane con farina di tipo I 40; ● Frutta fresca 100
<p>V E N E R D I</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ORZO PERLATO IN CREMA DI CAROTE O ZUCCA ● COTOLETTA DI TACCHINO DORATA AL FORNO CON FARINA DI MAIS ● VERDURA DI STAGIONE GRATINATA, AL FORNO ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Orzo perlato 35; Carote o zucca 60; cipolla e brodo di verdure fresche, q.b. ● Fesa di tacchino 45; farina di mais e aromi q.b.; ● Verdure di stagione 60; pangrattato e prezzemolo q.b.; ● Pane con farina di tipo I 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



5° settimana

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO 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"> ● FUSILLI IN CREMA DI CARCIOFI ● CACIOTTINA E PRIMO SALE ● TRICOLORE DI VERDURE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pasta secca 50; cuori di carciofi o altra verdura di stagione 60; cipolla q.b ● Caciotta fresca 15 e primo sale 20 ● Verdure di stagione 60 ● Pane con farina di tipo 1 40 ● Frutta fresca 100
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> ● MACCHERONCINI ALLA PIZZAIOLA ● CUORI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS ● CAROTE A JULIENNE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; olive denocce. e sminuzzate 5; cipolla e origano, capperi q.b.; ● Cuori di merluzzo 60; farina di mais q.b.; ● Carote 40; ● 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"> ● RISO IN PASSATO DI VERDURE FRESCHE ● STRACCETTI O SPEZZATINO DI VITELLONE IN UMIDO ● VERDURA COTTA DI STAGIONE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Riso parboiled 35; verdure miste di stagione 60; ● Vitellone 45; Pomodori pelati 20; aromi q.b.; ● Verdure di stagione 60; ● Pane con farina di tipo 1 40; ● Frutta fresca 100
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> ● ANTIPASTO DI CUORE DI FINOCCHIO a julienne ● PASTA MISTA CON FAGIOLI CANNELLINI ● PATATE AL FORNO ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Cuore di finocchio (privo dei filamenti) 20 ● Pasta secca 35; fagioli cannellini 20; trito di carote/cipolle/prezzenolo q.b. ● Patate 100; ● Pane con farina di tipo 1 40; ● Frutta fresca 100
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> ● ORECCHIETTE FRESCHE AL POMODORO ● FRITTATA AL POMODORO, AL FORNO ● VERDURA COTTA DI STAGIONE ● PANE DI TIPO I ● FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> ● Pasta fresca 70; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.;Parmigiano reggiano 3; ● Lovo n.1 (50 g); Parmigiano reggiano 3; Passata di pomodoro q.b.; ● Verdure di stagione 120; ● 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



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