

ASL LECCE

SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

21 TO DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE 611000 n. 1024-02050000 di emanato
Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel.0836.425231 / 0833.540227
e-mail: sianstud@ausl.le.it; sian.ao.magleie@ausl.le.it; nutrizione.sianstud@ausl.le.it
pec: sianstud@partimento.prevenzione.asl.lecce@pec.rupar.puglia.it

TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n.168450 del 25/11/2019

1° settimana

	quantità alimentari (gr)	
L U N E D Ì	<ul style="list-style-type: none"> • ORZO PERLATO CON LENTICCHIE ROSSE • CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) • VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Orzo perlato o altri cereali in chicchi 40; Lenticchie rosse DECORTICATE 30; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 • Ricotta vaccina 30; Verdure miste 80; Patate 30; Parmigiano Reggiano 5; Pangrattato.12; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) • Verdure di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo I 40 • Frutta fresca 150
M A R T E D Ì	<ul style="list-style-type: none"> • FUSILLI AL POMODORO • FILETTO DI MERLUZZO ARROSTO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO • VERDURA COTTA DI STAGIONE CON PINOLI • 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 5; Olio EVO 5 • Filetto di pesce bianco (merluzzo o platessa) 60; Olio EVO 5; Pane grattugiato 5; aromi Q.B. • Verdura di stagione 100; Olio EVO 5; Pinoli tritati 10 • Pane con farina di tipo I 40 • Frutta fresca 150
M E R C O L E D	<ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINA IN VELLUTATA DI VERDURE MISTE • BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO AL LIMONE • VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina di semola 25; Verdure miste 150; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; • Petto di pollo 50; Olio EVO 5; Limone e farina q.b. • Verdura di stagione a foglia 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo I 40 • Frutta fresca 150
G I O V E D Ì	<ul style="list-style-type: none"> • SPAGHETTI SPEZZATI AL SUGO DI TONNO • FRITTATA AL LATTE E PARMIGIANO • CICORIE NOSTRANE (O ALTRA VERDURA) ALL'OLIO • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50, Tonno in scatola all'olio di oliva sgocciolato 20; Olio EVO 5 • Uovo n.1 (55 gr); Parmigiano reggiano 10; latte Q.B. • Verdura di stagione 150; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo I 40 • Frutta fresca 150
V E N E R D Ì	<ul style="list-style-type: none"> • ANTIPASTO DI FINOCCHI • RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE) • ASIAGO/RICOTTINA FRESCA • VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Finocchi crudi 100 • Riso parboiled 50; radicchio rosso 70; parmigiano 5; olio EVO 5 • Asiago a fette 40 oppure Ricotta di siero vaccina 60 • Verdura cruda di stagione a foglia 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo I 40 • Frutta fresca 150

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO

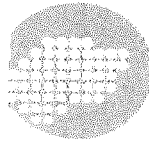


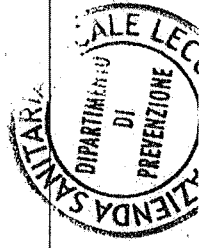
TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n.168450 del 25/11/2019

2° settimana

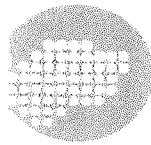
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> PIPE IN BRODO VEGETALE STRACCETTI DI VITELLONE IN UMIDO (O SPEZZATINO) / POLPETTE AL SUGO INSALATA DI PATATE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pastina secca 25; Verdure miste 150; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Vitellone 50; Pomodori pelati e verdure 50; Olio EVO 5; Aromi vegetali q.b./ALTERNATIVA POLPETTE AL SUGO: macinato di vitellone 30; parmigiano reggiano 5; pangrattato q.b.; uovo n.1 (ogni 6 b.); salsa di pomodoro q.b.; patate 15 Patate 120 (prezzemolo Q.B. facoltativo); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> PIZZA MARGHERITA (piatto unico) PIZZA MARGHERITA AL PROSCIUTTO COTTO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Trancio 80 Trancio 90 Verdura di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 Frutta fresca 150
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> PENNETTE SEMI-INTEGRALI CON RICOTTA AL SUGO SCHIACCIAFINA DI SEPIE, POLPO E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA A FOGLIA CON PINOLI PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta semi-integrale 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; ricotta 20; basilico q.b. Seppia 20; Polpo 20; Merluzzo 20; Pane grattugiato 10; Patata 10; Uovo 5; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione a foglia 40; Olio EVO 5; Pinoli tritati 10 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> MARGHERITINE IN PURE' DI FAVE BURGER DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) INSALATA VERDE MISTA PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca o altro cereale 25; Fave o Ceci secchi 25; Olio EVO 5 Ricotta vaccina 30; Verdure miste 80; Patate 20; Parmigiano Reggiano 5; Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Misto di insalate VERDI (insalata riccia, lattuga, rucola...) 40; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> CAVATELLI FRESCHI AL POMODORO FILETTO DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Cavatelli freschi 60; Pomodori pelati 50; sed./car./cip. q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Filetto di pesce bianco (merluzzo o platessa) 60; farina di mais, aglio (facoltativo), pangrattato, prezzemolo Q.B. Verdure di stagione 150; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa **Kattia NOVELLI**



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott. **Giuseppe NUCCIO**



ASL LECCCE
SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

21 TO DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE S. LUCIANO u. 1024 onesime ip eumoo
Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel.0836.425231 / 0833.540227
e-mail: siansud@ausl.le.it; sian.uo.maglie@ausl.le.it; nutrizione.siansud@ausl.le.it
pec: siansud.dipartimento.prevenzione.asl.lecce@pec.regione.puglia.it

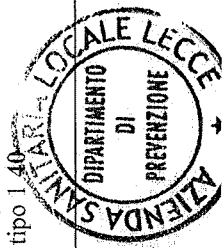
TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n.168450 del 25/11/2019

3° settimana

quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> MACCHERONCINI CON SALSINA DI NOCI (preparata dal cuoco) SOFFICE FRITTATA AI CARCIOFI, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; noci sgucciate tritate 5; Parmigiano reggiano 5; latte 40; farina 2; sale e noce moscata Q.B. olio EVO 2 (TOTALE 50 GR DI SALSINA PER BAMBINO) (preparata dal cuoco) Uovo n.1 (55 gr); sedano, carota e cipolla q.b. carciofi (o altra verdura di stag.) 40; Olio EVO 5; latte q.b. Verdura di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARRO DECORTICATO IN CREMA DI VERDURE SOVRACOSCE DI POLLO ARROSTO CON PATATE AL FORNO /PUREA DI PATATE VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Farro decorticato o altro cereale in chicchi 25; Verdure miste 150; Olio EVO 5; Parmigiano reggiano 5 Sovracosce di pollo dissalata 50; Olio EVO 5; Aromi q.b.; Patate 120; rosmarino (facoltativo) / Purea di patate: Patate 120; Latte 25; parmigiano regg. 5; Olio EVO 5 Verdura di stagione a foglia 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M E R C O L E D	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL POMODORO SCHIACCIAFINE DI TOTANI, CALAMARIE MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) ERBETTE COTTE (SPINACI/BIETE) 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 5; Olio EVO 5 Totani 20; Calamari 20 e Merluccio 20; Pane grattugiato 10; Patata 10; Uovo 10; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione 150; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> LASAGNA AL RAGÙ DI CARNE E BESCIAAMELLA /PASTA AL RAGÙ TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE/TRIFOLATE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca all'uovo 50; Pomodori pelati 20; magro di vitellone e lonza 50;; trito di carote/sedano/cipolla Q.B.; Parmigiano reggiano 10; Olio EVO 5; [SALSA BESCIAAMELLA: latte p.s.100; farina 5; Olio EVO 5]; Verdure di stagione 150; pangrattato e prezzemolo q.b. Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> TUBETTI E PATATE POLPETTE DI ZUCCA, CECI E ROSMARINO, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Patate 40; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Zucca 30; ceci 20; Parmigiano reggiano 5; Pangrattato 10; rosmarino Q.B. Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione a julienne 100 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150

A.S.L. LECCCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO

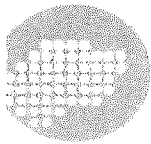


TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n.168450 del 25/11/2019

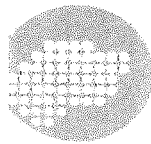
4° settimana

	quantità alimentari (gr)
LUNEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> FILINI IN MINESTRA DI VERDURE LONZA AL LATTE, AL FORNO/SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE CAVOLFIORRE/FINOCCHIO GRATINATO, AL FORNO PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
MARTEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> SEDANI AL POMODORO BOCCONCINI DI SEPIOLINE/TOTANETTI ARROSTO, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
MERCOLEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> ANTIPASTO DI CAROTE PASTA FRESCA E CECI ("CICIERI E TRIE") CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
GIOVEDÌ	<ul style="list-style-type: none"> FARFALLE ALL'ORTOLANA MOZZARELLA / GIUNCATÀ PATATE E ZUCCA GRATINATE, AL FORNO PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE E PINOLI
VENERDÌ	<ul style="list-style-type: none"> RISO SEMI-INTEGRALE IN CREMA DI CAROTE/RISOTTO CON LA ZUCCA (asciutto) FILETTO DI SALMONE GRATINATO, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO



ASL LECCE

SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

21 TO DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE 611000 u .o.a.d. ovestimel tp ernuwo
Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel.0836.425231 / 0833.540227
e-mail: stansud@ausl.le.it stianuo.maglie@ausl.le.it nutrizione.stansud@ausl.le.it
pec: stansud.dipartimento.prevenzione.asl.lecce@pec.regione-puglia.it

TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n.168450 del 25/11/2019

5° settimana

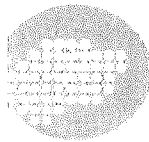
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI PINOLI (preparato dal cuoco) FRITTATA CON ERBETTE, AL FORNO VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE E ORTAGGIA JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; pinoli 20; Parmigiano reggiano 10; latte Q.B. pangrattato Q.B., basilico e aglio Q.B. (aglio facoltativo) (preparato dal cuoco) Uovo n.1 (55 gr) Parmigiano reggiano 10; Pangrattato 10; erbette fresche o altre verdure 40; Olio EVO 5; latte Q.B. Verdure e ortaggi misti 100; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> MEZZE MANICHE RIGATE ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO) PROSCIUTTO COTTO / BRESAOLA DI MANZO TRICOLORE DI VERDURE GRATINATE CON PATATE 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.; olive nere 10; origano Q.B.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Prosciutto cotto 25 oppure bresaola di manzo 25 Verdure di stagione (comprese le patate) 150; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE FETTINA DI TACCHINO DORATA, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Cous cous o altri cereali in chicchi 25; Verdure miste 150; Olio EVO 5; Parmigiano reggiano 5 Tacchino 50; pangrattato e aromi q.b.; Olio EVO 5; Verdure di stagione a bastoncino 100; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> SEDANI ALL'OLIO E PARMIGIANO POLPETTONE DI RANA PESCATRICE, AL FORNO INSALATE VERDI MISTE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Parmigiano reggiano 10; Olio EVO 5 Pescatrice (coda di rospo) 60; sedano, carote e spinaci (o altra verdura) 30; farina 10; albume (1 ogni 5/b); pangrattato/prezzemolo/brodo vegetale q.b. Insalate verdi miste 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> ORECCHIETTE FRESCHE AL POMODORO CACIOTTINA /PRIMO SALE PISELLI E CAROTE STUFATI PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta fresca 60; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Caciotta fresca 50 oppure primo sale 60 Piselli (SURGELATI) stufati e carote 150; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO



ASL LECCE
SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

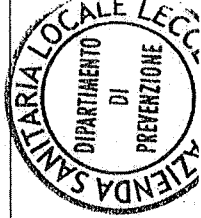
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel. 0836.425231 / 0833.540227
e-mail: siansud@ausl.le.it; si.an.uo.maglie@ausl.le.it; nutrizione.siansud@ausl.le.it
[pec: siansud@partimento.prevenzione.asl.lecce@pec.rupar.puglia.it](mailto:pec:siansud@partimento.prevenzione.asl.lecce@pec.rupar.puglia.it)

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) Prot.n.168450 del 25/11/2019

1° settimana

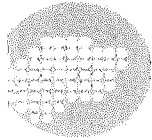
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> ORZO PERLATO (O ALTRO CEREALE IN CHICCHI) CON LENTICCHIE ROSSE CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Orzo perlato o altri cereali in chicchi 50 (60); Lenticchie rosse DECORTICATE 40 (50); Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7); Ricotta vaccina 35 (40); Verdure miste 80 (100); Patate 30 (40); Parmigiano Reggiano 5 (6); Pangrattato.12 (15); Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco) Verdure di stagione a julienne 150 (200); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL POMODORO FILETTO DI MERLUZZO ARROSTO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE CON PINOLI PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 60 (70); Olio EVO 5 (7); Parmigiano reggiano 7 (8) Filetto di pesce bianco (merluzzo o platessa) 80 (100); Olio EVO 5 (7); Pane grattugiato 5 (10); aromi q.b. Verdura di stagione 150 (200); Olio EVO 5; Pinoli tritati 15 (20) Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> TEMPESTINA IN VELLUTATA DI VERDURE MISTE BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO AL LIMONE VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pastina di semola 35 (40); Verdure miste 200 (250); Olio EVO 5 (7); Parmigiano reggiano 7 (8) Petto di pollo 60 (80); Olio EVO 5 (7); Limone e farina q.b. Verdura di stagione a foglia 50 (60); Olio EVO 5; Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> SPAGHETTI SPEZZATI AL SUGO DI TONNO FRITTATA AL LATTE E PARMIGIANO CICORIE NOSTRANE (O ALTRA VERDURA) ALL'OLIO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); Pom. pelati 60 (70); Olio EVO 5 (7); Tonno in scatola all'olio di oliva sgocciolato 25 (30); Uovo n.1 (55 gr); Parmigiano reggiano 10 (15); latte q.b. Verdura di stagione 150 (200); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> ANTIPASTO DI FINOCCHI RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE) ASIAGO / RICOTTINA FRESCA VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Finocchi crudi 150 (200) Riso parboiled 70 (80); radicchio rosso 90 (100); Parmigiano reggiano 10 (15); Olio EVO 5 (7) Asiago a fette 50 (60) oppure Ricotta di siero vaccina 70 (80) Verdura di stagione a foglia 50 (60); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO



ASL LECCE

SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
 SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
 Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel. 0836.425231 / 0833.540227
 e-mail: siansud@ausl.le.it; sian.uo.maglie@ausl.le.it; nutrizione.siansud@ausl.le.it
 pec: siansud.dipartimento.prevenzione.asl.lecce@pec.rupar.puglia.it

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) Prot.n.168450 del 25/11/2019

2° settimana

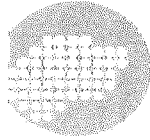
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> • PIPE IN BRODO VEGETALE • STRACCETTI DI VITELLONE IN UMIDO (O SPEZZATINO) / POLPETTE AL SUGO • INSALATA DI PATATE • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 30 (40); Verdure miste 200 (250); Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7) • Vitellone 60 (80); Pomodori pelati e verdure 50; Olio EVO 5; Aromi vegetali q.b.. /ALTERNATIVA • POLPETTE AL SUGO: macinato di vitellone 60 (80); parmigiano reggiano 7; pangrattato q.b.; uovo n.1 (ogni 6 b.); salsa di pomodoro q.b.; patate 15 • Patate 160 (200); Olio EVO 5; prezzemolo q.b. (facoltativo) • Pane con farina di tipo I 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> • PIZZA MARGHERITA (piatto unico) • PIZZA MARGHERITA AL PROSCIUTTO COTTO • VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Trancio 100 (120) • Trancio 100 (120) • Verdura di stagione a julienne 150 (200); Olio EVO 5 • Frutta fresca 150 (200)
N E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> • PENNETTE SEMI-INTEGRALI CON RICOTTA AL SUGO • SCHIACCIATINA DI SEPIE, POLPO E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) • VERDURA CRUDA A FOGLIA CON PINOLI • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca semi -integrale 70 (80); ricotta vaccina 30 (40); pomodori pelati 60 (70); Olio EVO 5 (7); sedano, carote, cipolle q.b. • Seppia 25 (30); Polpo 25 (30); Merluzzo 30 (40); Pane grattugiato 10 (15); Patate 15 (20); Uovo 6 (7); Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco) • Verdura di stagione a foglia 50 (60); Olio EVO 5; Pinoli tritati 15 (20) • Pane con farina di tipo I 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> • MARGHERITINE IN PURE' DI FAVE • BURGER DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) • INSALATA VERDE MISTA • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca o altro cereale 30 (40); Fave o Ceci secchi 35 (40); Olio EVO 5 (7) • Ricotta vaccina 35 (40); Verdure miste 80 (100); Patate 30 (40); Parmigiano reggiano 5 (6); Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco) • Misto di insalate VERDI (insalata riccia, lattuga, rucola,...) 50 (60); Olio EVO 5; • Pane con farina di tipo I 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> • CAVATELLI FRESCHI AL POMODORO • FILETTO DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO • VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN • PANE DI TIPO I • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Cavatelli freschi 80 (90); Pomodori pelati 60 (70); Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7);sed./car./cip./cip. Q.b. • Filetto di pesce bianco (merluzzo o platessa) 80 (100); farina di mais, aglio (FACOLTATIVO), pangrattato, prezzemolo q.b. • Verdura di stagione 150 (200); Olio EVO 5 (8); pangrattato q.b.; prezzemolo q.b. • Pane con farina di tipo I 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)

A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 Il Dietista S.I.A.N.
 Dott. Giuseppe NUCCIO



ASL LECCE
SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel. 0836.425231 / 0833.540227
e-mail: stansud@ausl.le.it; stansud@ausl.le.it; nutrizione.stansud@ausl.le.it
pec.stansud@dipartimento.prevenzione.asl.lecce@pec.regione.puglia.it

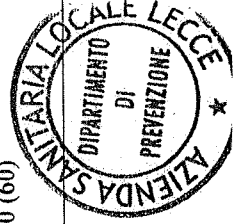
TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) Prot.n.168450 del 25/11/2019

3° settimana

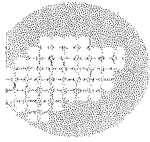
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> MACCHERONCINI CON SALSINA DI NOCI (preparata dal cuoco) SOFFICE FRITTATA AI CARCIOFI, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); noci sguosciate tritate 5; Parmigiano reggiano 5; latte 40; farina 2; sale e noce moscata Q.B. olio EVO 2 (TOTALE 50 GR DI SALSINA PER BAMBINO) (preparata dal cuoco) Uovo n.1 (55 gr) (1 1/2); sedano, carota e cipolla q.b.; carciofi (o altra verdura di stagione) 50 (60); Olio EVO 5 (7); latte q.b. Verdura di stagione a julienne 150 (200); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARRO DECORTICATO IN CREMA DI VERDURE SOVRACOSCE DI POLLO ARROSTO CON PATATE AL FORNO /PUREA DI PATATE VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Farro decorticato o altro cereale in chicchi 35(40); Verdure miste 200(250);Olio EVO 5(7); Parm. reggiano 7 (8) Sovracosce di pollo dissostata 60 (80); Olio EVO 5 (7); Aromi q.b. - Patate 160 (200); rosmarino (facoltativo) / Purea di patate: patate 160 (200); latte 30 ml (35 ml); parmigiano reggiano 7 (8); olio EVO 5 (7) Verdura di stagione a foglia 50 (60); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL POMODORO SCIACCIATINA DI TOTANI, CALAMARI E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) ERBETTE COTTE (SPINACI/BIETE) PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 60 (70); Parmigiano Reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7) Totani 25 (30); Calamari 25(30) e Merluzzo 30 (40); Pane grattugiato 10 (15); Patate 15(20); Uovo 6 (7); Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco) Verdura di stagione 150 (200); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> LASAGNA AL RAGÙ' DI CARNE E BESCIAMELLA / PASTA AL RAGÙ TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE/TRIFOLATE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca all'uovo 70 (80); Pomodori pelati 30 (50); magro di vitellone e lonza 60 (70); trito di carote/sedano/cipolla; Parmigiano reggiano 10 (15); Olio EVO 5 (7); [SALSA BESCIAMELLA: latte p. s. 125 ml (125 ml); farina 10 (10); Olio EVO 5 (7)] Verdure di stagione 150 (200); pangrattato e prezzemolo q.b. ; Olio EVO 5 (8) Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> TUBETTI E PATATE POLPETTINE DI ZUCCA, CECI E ROSMARINO, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); Patate 50 (50); Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7) Zucca 35 (35); ceci 25 (25); Pangrattato 12 (15); Olio EVO 5 (7); parmigiano reggiano 5 (10); rosmarino q.b. (preparate dal cuoco) Verdura di stagione a julienne 150 (200) Pane con farina di tipo 1 50 (60) Frutta fresca 150 (200)

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO



ASL LECCE
SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel.0836.425231 / 0833.540227
e-mail: stansud@ausl.le.it; stian.uo.maglie@ausl.le.it; nutrizione.stansud@ausl.le.it
pec:stansud.dipartimento.prevenzione.asl.lecce@pec.rupar-puglia.it

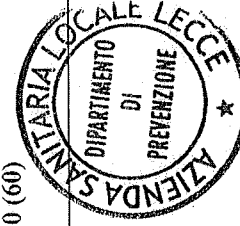
TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA PRIMARIA (SECONDIRIA DI I GRADO) Prot.n.168450 del 25/11/2019

4° settimana

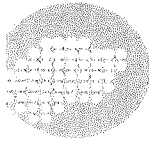
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> FILINI IN MINESTRA DI VERDURE LONZA AL LATTE, AL FORNO / SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE CAVOLFIORRE/FINOCCHIO GRATINATO, AL FORNO PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 35 (40); Verdura per minestra 200 (250). Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7) Lonza 60 (80); latte fresco intero 25 ml (35 ml); cipolla, salvia, rosmarino q.b.; Olio EVO 5 (7) Verdure di stagione 150 (200); pangrattato e prezzemolo q.b. Olio EVO 5 (8) Pane con farina di tipo I 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> SEDANI AL POMODORO BOCCONCINI DI SEPIOLINE / TOTANETTI ARROSTO, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 60 (70); Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7) Seppioline/Totanetti 80 (100); Olio EVO 5 (7); Parmigiano reggiano 7 (8); Pane grattugiato 5 Verdura di stagione a julienne 150 (200); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo I 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> ANTIPASTO DI CAROTE PASTA FRESCA E CECI ("CICERI E TRIE") CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Carote crude a bastoncino 150 (200) Pasta fresca 80 (90); Ceci secchi 35 (40); Olio EVO 5; sedano, cipolla, carote e rosmarino q.b. (facoltativo) Ricotta vaccina 35 (40); Verdure miste 80 (100); Patate 30 (40); Parmigiano reggiano 5 (6); Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco) Verdure a foglia di stagione 50 (60); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo I 50 (60) Frutta fresca 150 (200)
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARFALLE ALL'ORTOLANA MOZZARELLA / GIUNCATA PATATE E ZUCCA GRATINATE, AL FORNO PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE E PINOLI 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 70 (80); Verdure miste 90 (100); Parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7) Mozzarella 60 (70) oppure Giuncata 60 (70) Patate 100 (120); Zucca gialla 90 (110); Olio EVO 5 (8); Aromi q.b. Pane con farina di tipo I 50 (60) Frutta fresca 150 (200); pinoli 15 (20)
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> RISO SEMI-INTEGRALE IN CREMA DI CAROTE/RISOTTO CON LA ZUCCA (asciutto) FILETTO DI SALMONE GRATINATO, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO PANE DI TIPO I FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso semi-integrato 35 (40); Carote tritate finemente 50 (60); Parmigiano reggiano 7 (8); Yogurt bianco 20 (25); Olio EVO 5 (7) / Riso semi-integrato 70 (80); zucca gialla 70 (80); brodo vegetale q.b.; parmigiano reggiano 7 (8); Olio EVO 5 (7); aglio q.b. Filetto di Salmone 80 (100); Olio EVO 5 (7); Pane grattugiato 10 (15); aromi q.b. Verdure di stagione a bastoncino 150 (200); Olio EVO 5; Pane con farina di tipo I 50 (60) Frutta fresca 150 (200)

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO



ASLLECCE
SERVIZIO SANITARIO DELLA PUGLIA

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore: Dott. Giovanni De Filippis Viale Don Minzoni, 8 - 73100 Lecce
SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Via Sante Ceza - 73024 Maglie - tel.0836.425231 / 0833.540227
e-mail: sianstud@ausl.le.it; sian.no.magleie@ausl.le.it; nutrizione.sianstud@ausl.le.it
pec: sianstud@pec.asl.lecce@pec.rupar.puglia.it

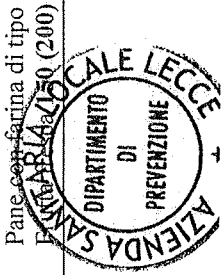
TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) Prot.n.168450 del 25/11/2019

5° settimana

quantità alimentari (gr)

L U N E P I	<ul style="list-style-type: none"> • GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI PINOLI (preparato dal cuoco) • FRITTATA CON ERBETTE AL FORNO • VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE E ORTAGGIA JULIENNE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 70 (80); pinoli 30 (40); Parmigiano reggiano 5 (10); Olio Evo 5 (7); latte q.b. pangrattato q.b., aglio q.b. (facoltativo) (preparato dal cuoco) • Uovo n.1 (55 gr) (1 1/2); parmigiano reggiano 10 (15); pangrattato 12 (15); erbette fresche o altre verdure 50 (60); olio EVO 5 (7); latte q.b. • Verdure e ortaggi misti (150) 200; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> • MEZZE MANICHE RIGATE ALLA PIZZAIOLA (POMODORO OLIVE E ORIGANO) • PROSCIUTTO COTTO / BRESAOLA DI MANZO • TRICOLORE DI VERDURE GRATINATE CON PATATE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 70 (80); pomodori pelati 60 (70); sedano/carote/cipolla q.b.; olive nere 15 (20); origano q.b.; Olio EVO 5 (7); Parmigiano reggiano 7 (8) • Prosciutto cotto 30 (40) oppure bresaola di manzo 30 (40); • Verdure di stagione (comprese le patate) 200 (250); pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 (7) • Pane con farina di tipo 1 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
M E R C O L E D	<ul style="list-style-type: none"> • COUS COUS IN VELLUTATA DI VERDURE MISTE • FETTINA DI TACCHINO DORATA, AL FORNO • VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdure miste 200 (250); Cous cous (o altro cereale in chicchi) 35 (40); Olio EVO 5 (7); Parmigiano reggiano 7 (8) • Tacchino 60 (80); pangrattato e aromi q.b.; olio EVO 5 (7) • Verdure di stagione a bastoncino 150 (200); Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> • SEDANI ALL'OLIO E PARMIGIANO • POLPETTONE DI RANA PESCATRICE, AL FORNO • INSALATE VERDI MISTE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 70 (80); Parmigiano reggiano 15 (20); Olio EVO 5 (7) • Pescatrice (coda di rospo) 80 (100); sedano, carote e spinaci (o altra verdura) 35 (40); farina 15 (20); albume (1 ogni 5/b); pangrattato/prezzemolo/brodo vegetale q.b. • Misti di insalate verdi 50 (60); Olio EVO 5; • Pane con farina di tipo 1 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> • ORECCHIETTE FRESCHE AL POMODORO • CACIOTTINA / PRIMO SALE • PISELLI E CAROTE STUFATI • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta fresca 80 (90); Pomodori pelati 60 (70); sed./car./cip. Q.b.; Parmigiano reggiano 15 (20); Olio EVO 5 (7) • Caciotta fresca 60 (70) oppure Primo sale 70 (80) • Piselli (SURGELATI) e carote 200 (250); Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 50 (60) • Frutta fresca 150 (200)

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO