

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.wo.magle@ausl.le.it; nutrizione.stansud@ausl.le.it
pec: stansud.dipartimento.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)

| | | |
|-----------|---|---|
| LUNEDÌ | <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 1• 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 1 40• Frutta fresca 150 |
| MARTEDÌ | <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 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 1 40• Frutta fresca 150 |
| MERCOLEDÌ | <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 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 1 40• Frutta fresca 150 |
| GIOVEDÌ | <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 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 1 40• Frutta fresca 150 |
| VENERDÌ | <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 1• 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 1 40• Frutta fresca 150 |

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



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)

| | | |
|---------|--|--|
| LUNEDÌ | <ul style="list-style-type: none">• PIPE IN BRODO VEGETALE• STRACCETTI DI VITELLONE IN UMIDO (O SPEZZATINO) / POLPETTE AL SUGO | <ul style="list-style-type: none">• Pasta 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 |
| MARTEDÌ | <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 |
| MERCOLÌ | <ul style="list-style-type: none">• PENNETTE SEMI-INTEGRALI CON RICOTTA AL SUGO• SCHIACCIAFINA DI SEPPIE, 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 |
| GIOVEDÌ | <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 |
| VENERDÌ | <ul style="list-style-type: none">• CAVATELLI FRESCI 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.



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

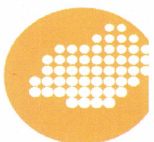
Prot.n.168450 del 25/11/2019

quantità alimentari (gr)

tipo 1 40



pec: siانسud.dipartimento.prevenzione.asl.lecce@pec.rupar.puglia.it



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 Cezza - 73024 Maglie - tel.0836.425231 / 0833.540227
e-mail: stansud@asl.le.it, stian.uo.maglie@asl.le.it, nutrizione.stansud@asl.le.it
pec: stansud.dipartimento.prevenzione@asl.lecce@pec.rupar.puglia.it

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

5° settimana

quantità alimentari (gr)

| | | |
|-----------|---|--|
| LUNEDÌ | <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 ORTAGGI A JULIENNE• PANE DI TIPO I• 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 |
| MARTEDÌ | <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 I• 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 |
| MERCOLEDÌ | <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 I• 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 |
| GIOVEDÌ | <ul style="list-style-type: none">• SEDANI ALL'OLIO E PARMIGIANO• POLPETTONE DI RANA PESCATRICE, AL FORNO• INSALATE VERDI MISTE• PANE DI TIPO I• 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 |
| VENERDÌ | <ul style="list-style-type: none">• ORECCHIETTE FRESCHE AL POMODORO• CACIOTTINA /PRIMO SALE• PISELLI E CAROTE STUFATI• PANE DI TIPO I• 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



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