

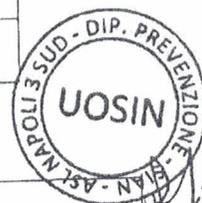
TABELLE DIETETICHE
Prima settimana

	SCUOLA INFANZIA
Lunedì	9
Pasta e piselli	
Pasta di semola	30
Piselli	50
Olio extravergine d'oliva	3
Frittata di uova	
Uovo intero	50
Olio extravergine d'oliva	3
Patate lesse o al forno	100
Olio extravergine d'oliva	5
Martedì	
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Parmigiano	3
Petto di tacchino	50
Olio extravergine d'oliva	5
Carote in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
Mercoledì	
Pasta e fagioli	
Pasta di semola	30
Fagioli	30
Olio extravergine d'oliva	3
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2
Fagiolini in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5



TABELLE DIETETICHE
Prima settimana

	SCUOLA INFANZIA
Giovedì	9
Riso al pomodoro	
Riso	60
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Mozzarella	40
Spinaci al burro	80
Burro	4
Venerdì	
Pasta con zucca o zucchine	
Pasta di semola	50
Zucca o zucchine	50
Olio extravergine d'oliva	3
Polpette al pomodoro	50
Manzo magro	50
Parmigiano	2
Pomodoro	q.b.
Pane	10
Uova	3
Olio extravergine d'oliva	3
Lattuga in insalata	50
Olio extravergine d'oliva	5
Dolcetto non farcito o con marmellata	30



Tutti i giorni	
Frutta di stagione	100
Panino	50
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro

TABELLE DIETETICHE
Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA
Lunedì	9
Pasta e lenticchie	
Pasta di semola	30
Lenticchie secche	30
Olio extravergine d'oliva	5
Formaggio fuso	30
Pomodori in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
Martedì	
Pasta e patate	
Pasta di semola	30
Patate	80
Olio extravergine d'oliva	5
Frittata di uova	
Uovo intero	50
Pomodoro	q.b.
Zucchine	100
Olio extravergine d'oliva	5
Mercoledì	
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	60
Pomodoro	q.b.
Parmigiano	3
Olio extravergine d'oliva	5
Filetti di sogliola o platessa	50
Olio extravergine d'oliva	5
Spinaci in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5



TABELLE DIETETICHE
Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA
Giovedì	g
Riso con minestrone	
Riso	60
Minestrone misto	50
Olio extravergine d'oliva	5
Hamburger di manzo magro	50
Olio extravergine d'oliva	5
Finocchi cotti o crudi in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
Venerdì	
Pasta e fagioli	
Pasta di semola	30
Fagioli secchi	30
Olio extravergine d'oliva	5
Prosciutto cotto magro	30
Purè di patate	90
Patate	80
Latte scremato	10
Burro	5

Tutti i giorni	
Frutta di stagione	100
Panino	50
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro



TABELLE DIETETICHE
Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA
Lunedì	9
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Parmigiano	3
Petto di pollo	50
Olio extravergine d'oliva	5
Carote in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
Martedì	
Pasta e ceci	
Pasta di semola	30
Ceci secchi	30
Olio extravergine d'oliva	3
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2
Fagiolini al pomodoro	80
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Mercoledì	
Pasta con zucca o zucchine	
Pasta di semola	50
Zucca o zucchine	50
Olio extravergine d'oliva	5
Polpette al pomodoro	50
Manzo magro	50
Pomodoro	q.b.
Pane	10
Uova	3
Olio extravergine d'oliva	5
Indivia o lattuga in insalata	50
Olio extravergine d'oliva	5

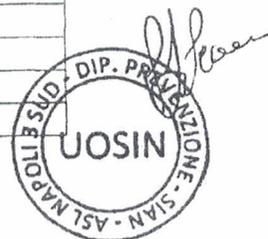


TABELLE DIETETICHE
Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA
Giovedì	g
Pasta e patate	
Pasta di semola	30
Patate	80
Olio extravergine d'oliva	5
Ricotta vaccina fresca	80
Spinaci in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
Venerdì	
Pasta e piselli	
Pasta	30
Piselli	50
Olio extravergine d'oliva	3
Frittata di uova	
Uovo intero	50
Olio extravergine d'oliva	3
Patate lesse o al forno	100
Olio extravergine d'oliva	5
Dolcetto non farcito o con marmellata	30

Tutti i giorni	
Frutta di stagione	100
Panino	50
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro



TABELLE DIETETICHE
Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA
Lunedì	g
Pizza con mozzarella e prosciutto cotto	
Farina	80
Mozzarella	20
Prosciutto cotto	20
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Spinaci in insalata	100
Olio extravergine d'oliva	5
Martedì	
Pasta e lenticchie	
Pasta di semola	30
Lenticchie secche	30
Olio extravergine d'oliva	5
Formaggio fuso	30
Lattuga in insalata	50
Olio extravergine d'oliva	5
Mercoledì	
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Parmigiano	3
Filetti di cernia o di platessa	80
Olio extravergine d'oliva	5
Finocchi cotti o crudi in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5

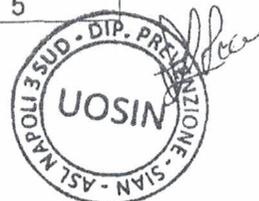
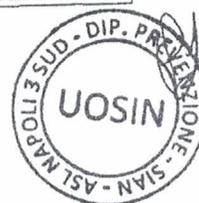


TABELLE DIETETICHE
Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA
Giovedì	g
Pastina con minestrone	
Pastina	60
Minestrone misto	50
Olio extravergine d'oliva	5
Hamburger di manzo	50
Pomodori in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
Venerdì	
Riso con fagioli	
Riso	30
Fagioli secchi	30
Olio extravergine d'oliva	5
Prosciutto cotto magro	30
Patate lesse	80
Olio extravergine d'oliva	5

Tutti i giorni	
Frutta di stagione	100
Panino	50
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro



Computo nutrizionale	
	SCUOLA INFANZIA
Kcal	610
Proteine	g.24; %16
Glucidi	g.93; %57
Lipidi	g.18; %27



Raccomandazioni

Le grammature degli alimentari si intendono relative al prodotto crudo al netto delle parti non edibili.

Frutta di stagione preferibilmente mele, pere, arance, mandarini, mandaranci/clementine, banane, pesche, albicocche, kiwi, ananas, assicurare variabilità.

Ortaggi e legumi: gli ortaggi devono essere rappresentati da prodotti freschi o, in alternativa, da prodotti surgelati.

Per la preparazione del minestrone, si potrà fare ricorso a specifico prodotto surgelato, verdure miste per minestrone, purché privo di patate e legumi.

I ceci, le lenticchie ed i fagioli devono essere rappresentati da prodotto secco, i piselli devono essere surgelati extrafini o quelli in conserva privati del liquido di governo.

I legumi e gli ortaggi costituenti le minestre, possono anche essere sottoposti a trattamenti di trasformazione in modo da renderli cremosi.

Prodotti ittici: il pesce deve essere rappresentato da prodotto surgelato privo di parti non commestibili sotto forma di prodotto impanato o filetto al naturale.

Carni: le carni di bovino e quelle avicole, devono essere fresche e refrigerate.

Il prosciutto cotto deve essere privo di polifosfati.

Prodotti da cereali: la pasta alimentare secca di tipo corto o piccolo.

Il riso deve essere brillato o parboiled.

Ricotta e mozzarella deve provenire da latte vaccino.

Uova: devono essere di categoria di freschezza extra o A.

Grassi di condimento e cottura: olio extravergine di oliva, burro.

Per la preparazione ed il condimento delle pietanze, è consentito l'utilizzo di limone anche sotto forma di succo e di erbe aromatiche (basilico, maggiorana, origano, prezzemolo, sedano, salvia, ecc).

Si consiglia di utilizzare moderatamente sale iodato nelle fasi di preparazione e condimento delle pietanze.

Metodi di cottura utilizzabili Cottura al forno, arrosto (in forno, in tegame, in teglia, in padella), bollitura, sbianchitura e sbollentatura, cottura a vapore, frittura in padella non in immersione, cotture miste (brasatura, in casseruola e stufatura).