

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA Prot.n.0165100 del 19/09/2022
1° settimana
quantità alimentari (gr)

<p>L</p> <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 30; Lenticchie rosse DECORTICATE 25; Olio EVO 5 • Ricotta vaccina 20; Verdure miste 80; Patate 30; Parmigiano Reggiano 5; Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) • Verdure di stagione a julienne 80; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>M</p> <ul style="list-style-type: none"> • FUSILLI AL SUGO DI POMODORO • CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO • PATATE AL FORNO E INSALATA VERDE • 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 • Cuori di merluccio 60; Olio EVO 5; pangrattato e aromi q.b. • Patate 100, insalata verde 40; Olio EVO 5; • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>M</p> <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"> • Pasta di semola 30; Verdure miste 80; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; • Petto di pollo 40; 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 100 	
<p>G</p> <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; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 • Uovo n.1 (55 gr); Parmigiano reggiano 5; latte Q.B. • Verdura di stagione 120; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	
<p>V</p> <ul style="list-style-type: none"> • ANTIPASTO DI FINOCCHI • RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE) • ASIAGO E RICOTTA FRESCA • VERDURA CRUDA a foglia DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Finocchi crudi 40 • Riso parboiled 50; radicchio rosso 70; parmigiano 5; olio EVO 5 • Asiago a fette 15, Ricotta di siero vaccina 20 • Verdura cruda di stagione a foglia 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100 	



A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Marina COLUCCIA

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Maria Grazia SONGEDO

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

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



TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLE DELL'INFANZIA Prot.n.0165100 del 19/09/2022
 2° settimana
 quantità alimentari (gr)

LUNEDI <ul style="list-style-type: none"> • CAVATELLI FRESCHI AL SUGO DI POMODORO • COTOLETTA DI PLATESSA, AL FORNO • VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Cavatelli freschi 70; Pomodori pelati 50; sed./car./cip. q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 • Filetto di pesce bianco (merluzzo o platessa) 60; Olio EVO 5; farina di mais, aglio (facoltativo), pangrattato, prezzemolo q.b. • Verdure di stagione 120; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
MARTEDI <ul style="list-style-type: none"> • MARGHERITINE IN PURE' DI FAVE • BURGER DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) • VERDURA CRUDA a foglia DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca o altro cereale 30; Fave o altri legumi secchi 25; Olio EVO 5 • Ricotta vaccina 20; Verdure miste 80; Patate 20; Parmigiano Reggiano 5; Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) • Misti di insalate (insalata riccia, lattuga, rucola...) 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
MERCOLEDI <ul style="list-style-type: none"> • RISO AL GRATIN AL FORNO CON POMODORO E PARMIGIANO • SCHIACCIATINA DI SEPPIE E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) • VERDURA COTTA DI STAGIONE CON PINOLI • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso 50; Pomodori pelati 50; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; • Seppia 30; Merluzzo 30; Pane grattugiato 10; Patata 10; Uovo 5; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) • Verdura di stagione 120; Olio EVO 5; Pinoli tritati 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
GIOVEDI <ul style="list-style-type: none"> • PIZZA MARGHERITA (piatto unico) • PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati aggiunti • VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Tranci 150 • Prosciutto cotto 20 • Verdura di stagione a julienne 80; Olio EVO 5 • Frutta fresca 100
VENERDI <ul style="list-style-type: none"> • PIPE IN BRODO DI VERDURE FRESCHE • LONZA AL LATTE, AL FORNO/SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE • PATATE IN PUREA+ CAROTE a julienne • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 30; Verdure miste 80; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 • Lonza 40; latte fresco intero 15 ml; cipolla, salvia, rosmarino q.b. Olio EVO 5/ALTERNATIVA: Lonza 40; farina e limone q.b.; Olio EVO 5 • Patate 100; Latte 30 ml; Parmigiano regg. 5; Carote a julienne 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100

Alternativa al menù del Giovedì: Pasta 30g in crema di verdure miste di stagione 80g; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; 1 trancio di pizza margherita; prosciutto cotto 20g; Verdura di stagione a julienne 80g; Olio EVO 5; Frutta fresca 100g.

A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott.ssa Marina COLUCCIA

A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott.ssa Maria Grazia CONGEDO

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

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

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA Prot.n.0165100 del 19/09/2022
3^o settimana
quantità alimentari (gr)



L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARRO DECORTICATO IN CREMA DI VERDURE SOVACOSCE DI POLLO ARROSTO 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 30; Verdure miste 80; Olio EVO 5; Parmigiano reggiano 5 Sovracosce di pollo dissostata 40; Olio EVO 5; Aromi q.b.; Verdura di stagione a foglia 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARFALLE ALL'ORTOLANA CON SUGO AL POMODORO SOFFICE FRITTATA AI CARCIOFI, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; pomodori pelati 50; Verdure miste 80; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Uovo n.1 (55 gr); carciofi (o altra verdura di stag.) 40; Parmigiano reggiano 5; latte q.b. Verdura di stagione 120; Olio EVO 5 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 (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 30; Patate 40; Olio EVO 5 Zucca 30; ceci 25; Parmigiano reggiano 5; Pangrattato 10; rosmarino Q.B. Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione a julienne 80; Olio EVO 5 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/ PASTA ALL'UOVO AL RAGÙ DI CARNE/PASTA DI SEMOLA CON POLPETTE AL SUGO 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca all'uovo/semola 50; Pomodori pelati 50; magro di vitellone e lonza 40;; trito di carote/sedano/cipolla q.b.; Pannig. Reg. 5; Olio EVO 5; ISALSA BESCIAMELLA: latte p.s.15; farina 5; Olio EVO 5); POLPETTE AL SUGO: Macinato di vitellone 40; Parmigiano Regg. 5; Pangratt. q.b. uovo n.1 (ogni 6 bamb.); salsa di pomodoro q.b.
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> TRIS DI VERDURE DI STAGIONE TRIFOLATE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Verdure di stagione 120; prezzemolo q.b. Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL SUGO DI POMODORO SCHIACCIATINE DI TOTANI, CALAMARI E MERLUZZO, 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; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Totani 20; Calamari 20 e Merluzzo 20; Pane grattugiato 10; Patata 10; Uovo 5; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione 80; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100

4^o settimana
TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLE DELL'INFANZIA Prot.n.0165100 del 19/09/2022
quantità alimentari (gr)



<p>LUNEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> FILINI IN MINESTRA DI VERDURE COTOLETTA DI TACCHINO DORATA AL FORNO CON FARINA DI MAIS VERDURA DI STAGIONE GRATINATA, AL FORNO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 30; Verdura per minestra 80. Parmigiano Reggiano 5; Olio EVO 5 Tacchino 40; farina di mais e aromi q.b.; Olio EVO 5 Verdure di stagione 120; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100 	
<p>MARTEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> SEDANI AL SUGO DI POMODORO POLPETTE DI TONNO E PATATE (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; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Tonno all'olio d'oliva 20; patata 15; Olio EVO 5; latte 5 ml; uovo n.1 (ogni 12 bamb.); Pangrat. e prezzemolo q.b. Verdure di stagione a julienne 80; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100 	
<p>MERCOLEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> ANTIPASTO DI CAROTE PASTA FRESCA E CECI CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA a foglia di STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Carote crude a bastoncino 40 Pasta fresca 50; Ceci secchi 25; Olio EVO 5; sedano/carote/cipolla q.b.; rosmarino q.b. (facoltativo) Ricotta vacca 20; Verdure miste 80; Patate 20; Parmigiano reggiano 5; Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura a foglia di stagione 40; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100 	
<p>GIOVEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> FARFALLE AL SUGO DI POMODORO E OLIVE BOCCONCINI DI MOZZARELLA VERDURA DI STAGIONE STUFATA PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; Olive denocciolate e sminuzzate 5 Mozzarella 40 Verdure di stagione 120; Olio EVO 5; aromi q.b. Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100 	
<p>VENERDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> RISO SEMI-INTEGRALE O PARBOILED IN CREMA DI CAROTE/RISO CON LA ZUCCA HAMBURGER DI SALMONE GRATINATO, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE a bastoncino PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso semi-integrato o parboiled 50; Carote tritate 80; Parmigiano reggiano 5; Yogurt bianco 15; Olio EVO 5/ Riso semi-integrato o parboiled 50; zucca gialla 80; brodo vegetale q.b.; parmig. regg. 5; Olio EVO 5; aglio q.b. Filetto di Salmone 50; Olio EVO 5; Uovo 1 ogni 12 bambini; Pane grattugiato e succo di limone q.b. Verdure di stagione a bastoncino 80; Olio EVO 5; Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 100 	

ASL LECCCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Marina COLUCCIA

A.S.L. LECCCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Marina COLUCCIA

ASL LECCCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUCCIO

ASL LECCCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Kattia NOVELL

5^o settimana
TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA Prot.n.0165100 del 19/09/2022
quantità alimentari (gr)



<p>LUNEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> • GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI PINOLI E BASILICO (preparato dal cuoco) • FRITTATA CON ERBETTE, AL FORNO • VERDURA CRUDA a foglia DI STAGIONE E ORTAGGI a julienne • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; pinoli triati 10; Parmigiano reggiano 10; basilico e aglio q.b. (aglio facoltativo) (preparato dal cuoco) • Uovo n.1 (55 gr) Parmigiano reggiano 5; Pangrattato q.b; erbette fresche o altre verdure 40; latte q.b. • Verdure di stagione a foglie 40 e ortaggi misti 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
<p>MARTEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> • COUS-COUS IN PASSATO DI PATATE E CAROTE STRACCETTI DI VITELLONE IN UMIDO (O SPEZZATINO) / POLPETTE AL SUGO TRICOLORE DI VERDURE GRATINATE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Cous cous o altri cereali in chicchi 30; patate e carote 80; Olio EVO 5; Parmigiano reggiano 5 • Vitellone 40; Pomodori pelati 20; Olio EVO 5; Aromi vegetali q.b.; ALTERNATIVA POLPETTE AL SUGO: macinato di vitellone 40; parmigiano reggiano 5; pangrattato q.b.; uovo n.1 (ogni 6 b.); salsa di pomodoro q.b. • Verdure di stagione 120; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
<p>MERCOLEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> • MEZZE MANICHE RIGATE ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO) • CUORI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS • VERDURA CRUDA DI STAGIONE a bastoncino • 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 denocc. e sminuzzate 5; origano q.b.; Olio EVO 5 • Cuori di merluzzo 60; farina di mais q.b; Olio EVO 5; • Verdure di stagione a bastoncino 80; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
<p>GIOVEDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> • PASTA MISTA CON FAGIOLI CANNELLINI • CROCCHETTE DI PATATE/TORTINO DI CUORI DI CARCIOFI E RICCOTTA AL FORNO • VERDURA CRUDA a foglia DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 30; fagioli cannellini 25; Olio EVO 5 • Patate 100; ricotta vacca 20; Parmigiano reggiano 5; pangrattato 12; olio EVO 5; • PER TORTINO: ricotta 20; carciofi 80, patate 30; Parmig. Reggiano 5; olio EVO 5 • Verdure crude di stagione 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100
<p>VENERDÌ</p> <ul style="list-style-type: none"> • ORECCHIETTE FRESCHE AL POMODORO • CACIOTTINA E PRIMO SALE • VERDURA DI STAGIONE STUFATA • 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 15, Primo sale 20 • Verdure di stagione 120; Olio EVO 5; aromi q.b. • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 100

ASL LECCCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott.ssa Martina COLUCCIA

ASL LECCCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott.ssa Maria Paola CONGEDO

ASL LECCCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott. Giuseppe NUCCIO

ASL LECCCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Dietista S.I.A.N.
 Dott.ssa Kattia NOVATI