

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO)**

1° settimana  
 Prot.n.0165100 del 19/09/2022

**quantità alimentari (gr)**

<ul style="list-style-type: none"> <li>FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE</li> <li>SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE</li> <li>VERDURA CRUDA DI STAGIONE <u>a bastoncino</u></li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Farro o altro cereale in chicchi <b>40 (40)</b>; Verdure miste <b>100 (100)</b>; Parmigiano Reggiano <b>5 (10)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>;</li> <li>Fetina di lonza <b>60 (80)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>; Limone e farina q.b.</li> <li>Verdura di stagione <b>100 (120)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>Pane con farina di tipo 1 <b>50 (50)</b></li> <li>Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>SEDANI INTEGRALI O SEMI-INTEGRALI AL SUGO DI POMODORO</li> <li>CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO</li> <li>VERDURE CRUDE <u>a foglia</u> IN INSALATA</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta semi-integrale <b>70 (80)</b>; Pomodori pelati <b>50 (50)</b>; sedano/carota/cipolla q.b.; Pann. Regg. <b>5 (10)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>Cuori di merluzzo <b>80 (120)</b>; pangrattato e aromi q.b.; Olio EVO <b>5 (7)</b>;</li> <li>Verdura di stagione <b>100 (120)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>Pane con farina di tipo 1 <b>50 (50)</b></li> <li>Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>RISOTTO CON SALSA DI CAROTE</li> <li>STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE</li> <li>VERDURE COTTE DI STAGIONE</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Riso parboiled <b>70 (80)</b> carote <b>90 (100)</b>; patate <b>35(40)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>; Parmig. regg. <b>5 (10)</b>; Prezzemolo q.b.</li> <li>Pollo o Tacchino <b>60 (80)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>; Pangrattato e erbe aromatiche (rosmarino, timo, origano..) q.b.</li> <li>Verdure cotte di stagione <b>150 (200)</b>; Olio EVO <b>5(7)</b></li> <li>Pane con farina di tipo 1 <b>50 (50)</b></li> <li>Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>ANTIPASTO DI SEDANO (E CAROSELLI SE DI STAGIONE)</li> <li>PENNETTE CON GAMBERETTI, ZUCCHINE E ZAFFERANO</li> <li>CACIOTTA FRESCA E SCAGLIE DI PARMIGIANO</li> <li>VERDURA CRUDA <u>a foglia</u> DI STAGIONE</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verdura di stagione a bastoncino <b>50 (60)</b></li> <li>Pasta secca <b>70 (80)</b>; zucchine <b>90 (100)</b>; Gamberetti <b>20 (30)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>; zafferano q.b.</li> <li>aglio/cipolla/prezzemolo q.b.</li> <li>Caciotta <b>35 (50)</b>; Bocconcini di Parmigiano <b>15 (25)</b>;</li> <li>Verdura cruda a foglia di stagione <b>50 (50)</b>; Olio EVO <b>5(7)</b></li> <li>Pane con farina di tipo 1 <b>50 (50)</b></li> <li>Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>MALTAGLIATI CON LENTICCHIE ROSE</li> <li>CROCCHETTE DI VERDURE, AL FORNO (preparate dal cuoco)</li> <li>VERDURA CRUDA DI STAGIONE <u>a julienne</u></li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta fresca <b>60 (70)</b>; Lenticchie rosse DECORTICATE <b>30 (40)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>Ricotta vaccina <b>35 (40)</b>; Verdure miste <b>100 (120)</b>; Patate <b>30 (40)</b>; Parmig. Regg. <b>5</b>; Pangrat. q.b.; Olio EVO <b>5 (7)</b> (preparate dal cuoco)</li> <li>Verdure di stagione a julienne <b>100 (120)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>Pane con farina di tipo 1 <b>50 (50)</b></li> <li>Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>



**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  
 Il Dietista S.I.A.N.  
 Dott. Giuseppe NACCIO

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

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) 2° settimana**  
**quantità alimentari (gr)**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• RIGATONI AL SUGO DI TONNO</li> <li>• FRITTATA DI ZUCCHINE ARROTOLATA CON FONTINA E PROSCIUTTO COTTO</li> <li>• VERDURA COTTA DI STAGIONE</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 50 (50); Tonno all'olio extrav. d'oliva sgocciolato 20 (25); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Uovo n.1 (55 gr); zuccina 50 (60); parmigiano reggiano 5; prosciutto cotto 15; fontina 15; prezzemolo q.b.</li> <li>• Verdure cotte di stagione 150 (200); Olio EVO 5 (7);</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• FUSILLI AL PESTO DI PINOLI E BASILICO (preparato dal cuoco)</li> <li>• HAMBURGER DI CECI, AL FORNO (preparati dal cuoco)</li> <li>• VERDURA CRUDA MISTA DI STAGIONE IN INSALATA</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 70 (80); Pinoli triati 15(20); Parmigiano reggiano 10; Olio EVO 5 (7); basilico e aglio q.b. (aglio facoltativo)</li> <li>• Ceci 30 (35); Patate 20; ricotta vaccina 15; Uova 15 (preparati dal cuoco); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Verdura di stagione 150 (200); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ANTIPASTO DI CAROTE</li> <li>• GNOCCHETTI DI PATATE AL SUGO DI POMODORO</li> <li>• SCHIACCIATINA DI SEPPIE, POLPO E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco)</li> <li>• SPICCHI DI POMODORINI CILIEGINO AL PROFUMO DI BASILICO</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdura cruda di stagione a bastoncino gr.50</li> <li>• Gnocchi di patate freschi o surgelati 160 (180); Pomodori pelati 50 (50); Cipolla, sedano, carote q.b.; Parmigiano reggiano 5 (10); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Seppia 25 (40); Polpo 25 (40); Merluccio 30 (40); Pane grattugiato q.b.; Patata 15 (20); Uovo 6 (7); Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco)</li> <li>• Pomodori 100 (120); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISO SEMI-INTEGRALE O PARBOILED IN VELLUTATA DI VERDURE MISTE</li> <li>• FETTINE DI VITELLONE ALLA PIZZAIOLA</li> <li>• VERDURE DI STAGIONE GRATINATE</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> <li>• PIZZA MARGHERITA (piatto unico)</li> <li>• PROSCIUTTO COTTO senza polifosfati aggiunti</li> <li>• INSALATA CON RUCOLA E RADICCHIO</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso semi-integrale o parboiled 70 (80); Parmigiano reggiano 5 (10); Olio EVO 5 (7); Verdure miste 100 (100); Vitellone 60 (80); Pomodori pelati 30 (40); Olive denocciolate e sminuzzate 5; capperi q.b.; Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Zucchine 150 (200); Olio EVO 5 (7); pangrattato q.b.</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> <li>• 2 Tranci 200 (350)</li> <li>• Prosciutto cotto 30 (40)</li> <li>• Latuga 15 (15); Radicchio rosso 15 (15); Rucola 20 (20); Olio EVO 5 (7).</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>

**Alternativa al menù del Venerdì:** pastina 40 (40) in crema di verdure miste 100 (100); Olio EVO 5 ; Parmigiano reggiano 5 (10); 1 trancio di pizza margherita; prosciutto cotto s/PLF 30 (40); verdura cruda di stagione a julienne 100 (120); Olio EVO 5 ; frutta fresca 150 (150).

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

**ASL. LECCE**  
 Dipartimento di Prevenzione  
 La Dietista S.I.A.N.  
 Dott.ssa Mariola GRADIA CONGEDO

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

**ASL. LECCE**  
 Dipartimento di Prevenzione  
 La Dietista S.I.A.N.  
 Dott.ssa Katia NOTTILI



**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) 3° settimana**  
**quantità alimentari (gr)**

<p><b>LUNEDÌ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PENNETTE AL SUGO DI POMODORO E BASILICO</li> <li>• HAMBURGER DI SALMONE, AL FORNO</li> <li>• PISELLINI IN UMIDO</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 50 (50); Cip./sed./car. q.b.; Parmigiano reggiano 5 (10); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Filetto di Salmone 70 (110); Olio EVO 5 (7); Uovo 1 ogni 6 bambini; Succo di limone e Pan grattato q.b.</li> <li>• Pisellini verdi 90 (120); prezzemolo q.b. (aglio facoltativo); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>	
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ORECCHIETTE AL RAGÙ DI CARNE</li> <li>• VERDURE GRATINATE CON BESCIAAMELLA</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 50 (50); magro di vitellone e lonza 60 (80); trito di carote/sedano/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5 (10); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Verdure di stagione 150 (200); pangrattato e prezzemolo q.b.; [SALSA BESCIAAMELLA: latte P.S. 20 ml; farina 10; Olio EVO 5 (7)]</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>	
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CORONCINE IN CREMA DI FAGIOLI BORLOTTI</li> <li>• POLPETTINE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco)</li> <li>• VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 40 (50); Fagioli borloti freschi o surgelati 90 (120); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• 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)</li> <li>• Verdura di stagione a julienne 150 (200); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (60)</li> <li>• Frutta fresca 150 (200)</li> </ul>	
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• MEZZE MANICHE ALLA PIZZAIOLA</li> <li>• BOCCONCINI CODA DI ROSPO E MERLUZZO</li> <li>• GRATINATI, AL FORNO</li> <li>• VERDURA CRUDA DI STAGIONE a bastoncino</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 70 (80); Pom. Pelati 60 (70); olive denocc. e sminuzzate 5; origano/capperi q.b.; Parm.reg. 7(8); Olio EVO 5(7)</li> <li>• Coda di rospo (o altro pesce) e merluzzo 80 (100); Olio EVO 5 (7); Pane grattugiato q.b.; prezzemolo e aglio (facoltativo) q.b.</li> <li>• Verdure di stagione a bastoncino 150; Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (60)</li> <li>• Frutta fresca 150 (200)</li> </ul>	
<p><b>VENERDÌ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE E PINOLI</li> <li>• COTOLETTA DI POLLO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO</li> <li>• PATATE AL FORNO + INSALATA VERDE</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca 70 (80); zucchine 90 (100); Parmig. Reggiano 5 (10); pinoli tritati 10 (15); aglio q.b. (facoltativo); olio EVO 5 (7)</li> <li>• Petto di pollo 60 (80); aromi e pangrattato q.b.; olio EVO 5 (7)</li> <li>• Patate 150 (200); Insalata verde 50 (50); Olio EVO 5 (7)</li> <li>• Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>• Frutta fresca 150 (150)</li> </ul>	



**ASL. LECCE**  
Dipartimento di Prevenzione  
La Dietista S.I.A.N.  
Dott.ssa Martina Coluccia

**ASL. LECCE**  
Dipartimento di Prevenzione  
La Dietista S.I.A.N.  
Dott.ssa Maria Grazia Congedo

**ASL. LECCE**  
Dipartimento di Prevenzione  
Il Dietista S.I.A.N.  
Dott. Giuseppe Nuccio

**ASL. LECCE**  
Dipartimento di Prevenzione  
La Dietista S.I.A.N.  
Dott.ssa Katia Novelli

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLE PRIMARIA (SECONDIRIA DI I GRADO) 4° settimana**

Prot.n.0165100 del 19/09/2022

**quantità alimentari (gr)**

<p><b>L U N E N E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ZUPPA ALL'ORTOLANA CON ORZO PERLATO</li> <li>GATEAU DI PATATE CON PROSCIUTTO COTTO</li> <li>VERDURA CRUDA DI STAGIONE a bastoncino</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Orzo perlato o altro cereale in chicchi 40 (40); Verdure miste 100 (100); Parmig. Regg. 5 (10) Olio EVO 5 (7); Patate 140 (150); Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (7); Prosciutto cotto 15 (20); Uova 20 (25); Parmig. Regg. 5 (10)</li> <li>Verdura di stagione 100 (120); Olio EVO 5 (7)</li> <li>Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>Fruita fresca 150 (150)</li> </ul>
<p><b>M A R T E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>CAVATAPPI CON RICOTTA FRESCA E ZAFFERANO</li> <li>BOCCONCINI DI MOZZARELLA</li> <li>INSALATINA CON RUCOLA E RADICCHIO</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca 70 (80); Ricotta vaccina 10 (15); Zafferano q.b.; Olio EVO 5 (7)</li> <li>Mozzarella 70 (100)</li> <li>Verdura cruda a foglia di stagione 50 (50); Olio EVO 5 (7)</li> <li>Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>Fruita fresca 150 (150)</li> </ul>
<p><b>M E R C O L E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>FARFALLE ALLA PIZZAIOLA/FARFALLE FREDEDE IN INSALATA CON POMODORINI, OLIVE NERE, PREZEMOLO E BASILICO</li> <li>FRIITATA AL LATTE E PARMIGIANO</li> <li>VERDURA DI STAGIONE GRATINATA</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca 70 (80); Pomodori pelati 50 (50); olive denocc. e sminuzzate 5; origano q.b.; Parmigiano regg. 5 (10); Olio EVO 5 (7) / Per pasta fredda: Pasta secca 70 (80); pomodori 100 (100); olive denocc. e sminuzzate 5; Parmigiano reggiano a scaglie 5 (10); Olio EVO 5 (7); basilico q.b.</li> <li>Uovo n.1 (55 gr); Parmigiano reggiano 10; Latte q.b.</li> <li>Insalata verde 50 (50); olio EVO 5 (7)</li> <li>Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>Fruita fresca 150 (150)</li> </ul>
<p><b>G I O V E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>TUBETTINI CON LENTICCHIE</li> <li>CROCCHETTE DI VERDURE, AL FORNO (preparate dal cuoco)</li> <li>VERDURA CRUDA a foglia DI STAGIONE</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca 40 (50); lenticchie seche 30 (40); Olio EVO 5 (7); Ricotta vaccina 35 (40); Verdure miste 100 (120); Patate 30 (40); Parmig. Regg. 5; Pangrat.q.b; Olio EVO 5 (7) (preparate dal cuoco)</li> <li>Verdura cruda a foglie di stagione 50 (50); Olio EVO 5 (7);</li> <li>Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>Fruita fresca 150 (50)</li> </ul>
<p><b>V E N E D I</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>FUSILLI AL SUGO DI POMODORO</li> <li>CUORI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO</li> <li>VERDURA CRUDA a julienne</li> <li>PANE DI TIPO 1</li> <li>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta secca 70 (80); pomodori pelati 50 (50); Olio EVO 5 (7); sedano/carote/cipolle q.b.; Parmig. regg. 5 (10)</li> <li>Cuori di merluzzo 80 (120); Olio EVO 5 (7); farina di mais e aromi q.b.</li> <li>Verdura cruda di stagione a julienne 100 (120); olio EVO 5 (7)</li> <li>Pane con farina di tipo 1 50 (50)</li> <li>Fruita fresca 150 (150)</li> </ul>



**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA PRIMARIA (SECONDARIA DI I GRADO) 5° settimana** **quantità alimentari (gr)** **Prot.n.0165100 del 19/09/2022**

<p><b>L</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CROSTINI DORATI AL FORNO (O TEMPESTINE) IN VELLUTATA DI PISELLI CAROTE</li> <li>• POLPETTE DI TONNO E PATATE (preparate dal cuoco), AL FORNO</li> <li>• SPICCHI DI POMODORINI CILIEGINO AL PROFUMO DI BASILICO</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crostini dorati al forno <b>50 (60) oppure</b> pasta secca <b>40 (50)</b>; piselli verdi <b>90 (120)</b>; carote <b>50</b>; aromi q.b.; olio EVO <b>5 (7)</b>; parmig. <b>5 (10)</b></li> <li>• Tonno all'olio d'oliva <b>20 (25)</b>; patate <b>35 (40)</b>; Pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO <b>5 (7)</b>; latte <b>5 ml</b>; uovo n.1 ogni <b>6 bambini (preparate dal cuoco)</b></li> <li>• Pomodori <b>100 (120)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>• Pane con farina di tipo <b>1 50 (50)</b></li> <li>• Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<p><b>M</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PENNETTE AL SUGO DI MELANZANE</li> <li>• STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO, CON ERBE AROMATICHE</li> <li>• VERDURA COTTA DI STAGIONE</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca <b>70 (80)</b>; pom. pelati <b>50 (50)</b>; melanzane <b>90(100)</b>; parmig. <b>5 (10)</b>; olioEVO <b>5 (7)</b></li> <li>• Pollo o tacchino <b>60 (80)</b>; pangrattato q.b.; olio EVO <b>5 (7)</b>; erbe aromatiche (rosmarino, timo, menta, origano) q.b.; aglio (facoltativo)</li> <li>• Verdure di stagione <b>150 (200)</b>; olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>• Pane con farina di tipo <b>1 50 (50)</b></li> <li>• Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<p><b>M</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SEDANI INTEGRALI O SEMI-INTEGRALI AL SUGO DI POMODORO E BASILICO</li> <li>• CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO</li> <li>• VERDURA CRUDA a foglia</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta secca integrale o semi-integrale <b>70 (80)</b>; pomodori pelati <b>50 (50)</b>; Cipolla/sedano/carote q.b.; parmig.ragg. <b>5 (10)</b>; basilico q.b.</li> <li>• Cuori di merluzzo <b>80 (120)</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>; Pangrat. e aromi q.b.</li> <li>• Verdure di stagione <b>50 (50)</b>; olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>• Pane con farina di tipo <b>1 50 (50)</b></li> <li>• Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<p><b>G</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTTO CON ZUCCHINE E ZAFFERANO</li> <li>• GIUNCATÀ E PRIMO SALE</li> <li>• VERDURA CRUDA a bastonchino</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso parboiled <b>70(80)</b>; Zucchine <b>90(100)</b>;Parmig. <b>5 (10)</b>;cipolla/brodoveg/zafferano q.b.;OlioEVO <b>5(7)</b></li> <li>• Giuncata <b>35(50)</b> e Primo sale <b>35(50)</b></li> <li>• Verdure crude stagione <b>100 (120)</b>; olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>• Pane con farina di tipo <b>1 50 (50)</b></li> <li>• Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>
<p><b>V</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CASARECCE FRESCHE AL PESTO DI PINOLI E BASILICO</li> <li>• FRITTATA CON PARMIGIANO E PROSCIUTTO COTTO, AL FORNO</li> <li>• DADOLATA DI VERDURE (ZUCCHINE, POMODORINI, MELANZANE, PEPERONI GIALLI E ROSSI)</li> <li>• PANE DI TIPO 1</li> <li>• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casarecce fresche <b>90 (100)</b>; Pinoli tritati <b>15(20)</b>; Parmigiano reggiano <b>10</b>; Olio EVO <b>5 (7)</b>; basilico e aglio q.b. (aglio facoltativo)</li> <li>• Uovo n.1 (<b>55 gr</b>); Parmigiano reggiano <b>10</b>; Latte q.b.; prosciutto cotto <b>15 (20)</b>;</li> <li>• Peperoni rossi e gialli <b>50 (65)</b> + pomodori <b>50 (65)</b> + zucchine e melanzane <b>50 (70)</b>; basilico/aglio/alloro q.b. Olio EVO <b>5 (7)</b></li> <li>• Pane con farina di tipo <b>1 50 (50)</b></li> <li>• Frutta fresca <b>150 (150)</b></li> </ul>



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

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

**A.S.L. LECCE**  
Dipartimento di Prevenzione  
Il 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