

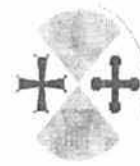


**S** ERVIZIO  
**S** ANITARIO  
**R** EGIONALE



Dipartimento Tutela della Salute e  
Politiche Sanitarie

*Regione Calabria*  
*Azienda Sanitaria Provinciale Cosenza*  
*Dipartimento di Prevenzione*



REGIONE CALABRIA

**U.O.C. Igiene Alimenti e Nutrizione Sian Cosenza**  
**Direttore Jf. Dott.ssa Rosellina Veltri**

-----  
**Dir. Medico Ref. Sian Tirreno dott. F. Dignitoso**  
**Amantea (CS) Via Ticino n°15**  
**Tel. 0982491280 – 428272**  
**E-mail: sian.tirreno@pec.aspcs.gov.it**

Prot. n° 552 Sian Tirreno

SPETT.LE COMUNE DI

TORTORA (CS)

OGGETTO: LABELLA DIETETICA RISTORAZIONE SCOLASTICA- ANNO 2019/2020

In riferimento alla Vs richiesta Prot.n° 0008671 16/07/2019, si trasmette, allegata alla presente, la tabella dietetica per la ristorazione scolastica della scuola dell'infanzia e Secondaria di 1° grado, debitamente vidimata come previsto dalle norme vigenti.

Amantea, 16/07/2019

Distinti Saluti

Il Ref. del Riferimento,  
Sig. *[Signature]* Dignitoso



Il Dirig. Medico Ref Sian Tirreno  
Dott. Francesco Dignitoso

**A.S.P. COSENZA**  
**U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**  
**DISTRETTO TIRRENO**  
**IL REFERENTE**  
**DOTT. F. DIGNITOSO**

**MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI 1° GRADO (PRIMAVERA)**

<b>(A) PRIMA SETTIMANA</b>	<b>(B) SECONDA SETTIMANA</b>
<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Risotto alle **zucchine                      Frittata con caciocavallo al forno                      Insalata di *pomodori/**Bietole saltate                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Trancio di pizza margherita                      Caciocavallo e prosciutto cotto s.p                      **Bietole o **Zucchine saltate                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta                      Filetto di maiale al forno                      **Fagiolini saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Spuma di patate /Pasta al pomodoro                      Sovracosce di pollo al forno                      Insalata verde con carote julienne                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Spuma di patate                      Bocconcini di mozzarella                      **Spinaci saltati/ Insalata di *pomodori                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Pasta e ceci (passati per l'infanzia)                      Omelette al forno con caciocavallo                      **Spinaci saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta e fagioli (passati per l'infanzia )                      Pizzaiola di vitello                      **Carote trifolate                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Timballo di pasta al forno                      Polpette di vitello al sugo                      **Piselli in umido                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta al pomodoro                      **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno                      **Bietola saltata                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con riso                      Filetto di **merluzzo impanato al forno                      Patate lesse prezzemolate                      Panino                      Frutta di stagione</p>

\* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale \*\*Prodotto preferibilmente fresco o surgelato

*PROV. 552 Simone Turchio*  
 16/07/2019



**A.S.P. COSENZA**  
 U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 DISTRETTO TIRRENO  
 IL REFERENTE  
 DOTT. F. DIGIACOMO

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI I° GRADO (PRIMAVERA)

 TERZA SETTIMANA	 QUARTA SETTIMANA
<p><b>LUNEDI</b></p> <p>Risotto con **piselli al forno Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p. **Bietola saltata Panino Frutta di stagione</p>	<p><b>LUNEDI</b></p> <p>Pasta e **piselli Omelette al forno con caciocavallo Insalata mista/**Bietole saltate Panino Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDI</b></p> <p>Pasta al pomodoro Polpette di vitello al sugo **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione</p>	<p><b>MARTEDI</b></p> <p>Spuma di patate /Pasta al pomodoro Hamburger di vitello Insalata verde con carote julienne Panino Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDI</b></p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta Bocconcini di mozzarella Insalata patate e pomodori Panino Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDI</b></p> <p>Pasta e fagioli (passati per l'infanzia) Fesa di tacchino al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p><b>GIOVEDI</b></p> <p>Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia) Pizzaiola di vitello **Carote trifolate Panino Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDI</b></p> <p>Riso al pomodoro al forno Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDI</b></p> <p>Pasta al pomodoro **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDI</b></p> <p>Gnocchetti sardi al pomodoro Filetto di **merluzzo impanato al forno Patate lesse prezzemolate Panino Frutta di stagione</p>

\* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale \*\*Prodotto preferibilmente fresco e surgelato

Prot. 552 Sica Torino  
16/07/2019

A.S.P. COSENZA  
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
DISTRETTO TIRRENO  
IL REFERENTE  
DOTT. GIANFRANCESCO

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI I° GRADO (AUTUNNO/INVERNO)

A) PRIMA SETTIMANA	B) SECONDA SETTIMANA
<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Pasta con patate al pomodoro                      Frittata con caciocavallo al forno                      Insalata di *pomodori/ **bietole saltate                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>LUNEDÌ</b></p> <p>Riso e **piselli                      Straccetti di pollo in padella                      **Bietola o **Spinaci saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta                      Polpettine di maiale al forno                      **Fagiolini ad insalata o saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>MARTEDÌ</b></p> <p>Spuma di patate /Pasta al pomodoro                      Hamburger di vitello                      Insalata verde con carote julienne                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Riso al pomodoro                      Pizzaiola di vitello                      **Piselli in umido                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>MERCOLEDÌ</b></p> <p>Pasta e fagioli (passati per l'infanzia)                      Omelette al forno con caciocavallo                      **Bietola o **Spinaci saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia)                      Bocconcini di mozzarella                      **Carote gratinate                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>GIOVEDÌ</b></p> <p>Timballo di pasta al forno                      Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle                      **Zucchine e **carote gratinate                      Panino                      Frutta di stagione</p>
<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>Pasta al pomodoro                      **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno                      **Spinaci saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>VENERDÌ</b></p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con riso                      Filetto di **merluzzo impanato al forno                      Patate lesse prezzemolate                      Panino                      Frutta di stagione</p>

\* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale \*\*Prodotto preferibilmente fresco o surgelato

Prot. 552 S. su Todaro  
 16/07/2019

A.S.P. COSENZA  
 U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 DISTRETTO TIRRENO  
 IL REFERENTE  
 DOTT. E. DIGNITOSO

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI 1° GRADO (AUTUNNO/INVERNO)

(E) TERZA SETTIMANA

(D) QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ

Riso con patate in bianco  
Cotoletta di vitello al forno  
\*\*Bietola o \*\*Spinaci saltati/Insalata di  
\*pomodori  
Panino  
Frutta di stagione

LUNEDÌ

Risotto con \*\*piselli al forno  
Sovracosce di pollo al forno  
\*\*Fagiolini saltati  
Panino  
Frutta di stagione

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro  
Filone di maiale al forno  
Patate al forno  
Panino  
Frutta di stagione

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro  
Omelette al forno con caciocavallo  
\*\*Carote e \*\*piselli in umido  
Panino  
Frutta di stagione

MERCOLEDÌ

Pasta e ceci (passati per l'infanzia)  
Filetto di \*\*platessa impanato al forno  
\*\*Cavolfiore gratinato  
Panino  
Frutta di stagione

MERCOLEDÌ

\*\*Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta  
Cotoletta di filetto di \*\*merluzzo al forno  
Patate al forno  
Panino  
Frutta di stagione

GIOVEDÌ

Risotto al pomodoro e formaggi  
Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p.  
(per l'infanzia) e bresaola (per la primaria)  
\*\*Piselli in umido  
Panino  
Frutta di stagione

GIOVEDÌ

Risotto con zucca  
Polpette di vitello al forno  
\*\*Zucchine gratinate  
Panino  
Frutta di stagione

VENERDÌ

Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia)  
\*\*Bastoncini di filetto di merluzzo al forno  
\*\*Spinaci saltati  
Panino  
Frutta di stagione

VENERDÌ

Trancio di pizza margherita  
Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p.  
\*\*Fagiolini saltati/insalata di \*pomodori  
Panino  
Frutta di stagione

\* L'insalata di pomodori solo nel periodo primaverile e autunnale \*\*Prodotto preferibilmente fresco o surgelato

Prot. 552 S. S. T. 2019  
26/07/2019

A.S.P. COSENZA  
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
DISTRETTO TIRRENO  
IL REFERENTE  
DOTT. F. DIGNITOSO

## TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE

PRIMI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:			PRIMI PIATTI (AUTUNNALE, INVERNALI, P RIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA
<b>PASTA O RISO O GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO</b> Gnocchetti sardi Pasta Riso Pomodori pelati Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	N°60 Gr.60 Gr.50 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°70 Gr.70 Gr.60 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°80 Gr.80 Gr.70 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b.	<b>RISOTTO AL POMODORO E FORMAGGI</b> Riso Pomodori pelati Caciocavallo Olio EVO Parmigiano o Grana Sale	Gr.50 Gr.35 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.40 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.45 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.
<b>RISO E PATATE IN BIANCO</b> Pasta Patate fresche Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b.	<b>RISO AL POMODORO AL FORNO</b> Riso Pomodori pelati Caciocavallo Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.35 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.45 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.55 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.
<b>PASTA E LENTICCHIE</b> Pasta Lenticchie secche Pomodori pelati Olio EVO Sale e Odori	Gr.35 Gr.20 Gr.10 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.30 Gr.15 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.40 Gr.20 Gr.5 q.b.	<b>PASTA E CECI</b> Pasta Ceci secchi Olio EVO Sale e Odori	Gr.35 Gr.20 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.40 Gr.5 q.b.
<b>SPUMA DI PATATE AL FORNO</b> Latte UHT Fiochi di patate Burro Parmigiano o Grana Uova ogni 10 porzioni Caciocavallo Prosciutto Cotto s.p. Sale e Odori	ml.30 Gr.30 Gr.5 Gr.5 N°1 Gr.10 Gr.10 q.b.	ml.35 Gr.35 Gr.5 Gr.5 N°1 Gr.15 Gr.15 q.b.	ml.40 Gr.40 Gr.5 Gr.5 N°1 Gr.20 Gr.20 q.b.	<b>**MINISTRONE CON PASTA O RISO</b> Pasta Riso **Minestrone Patate Fresche Pomodori pelati Olio EVO Sale e odori	Gr.35 Gr.35 Gr.40 Gr.20 Gr.10 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.45 Gr.30 Gr.15 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.45 Gr.50 Gr.40 Gr.20 Gr.5 q.b.
<b>PASTA CON FAGIOLI</b> Pasta Fagioli secchi Pomodori pelati Olio EVO Sale e Odori	Gr.35 Gr.20 Gr.10 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.30 Gr.15 Gr.5 q.b.	Gr.45 Gr.40 Gr.20 Gr.5 q.b.	<b>PASTA O RISO E **PISELLI</b> Pasta Riso **Piselli Olio EVO Pomodori pelati Sale e odori	Gr.35 Gr.35 Gr.40 Gr.5 Gr.10 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.50 Gr.5 Gr.15 q.b.	Gr.45 Gr.45 Gr.60 Gr.5 Gr.20 q.b.
<b>PASTA E PATATE AL POMODORO</b> Pasta Patate fresche Pomodori pelati Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.30 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.40 Gr.15 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.50 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	<b>RISOTTO CON **PISELLI AL FORNO</b> Riso **Piselli Pomodori pelati Emmenthal Olio EVO Parmigiano o Grana Sale o odori	Gr.50 Gr.40 Gr.35 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.50 Gr.45 Gr.15 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.60 Gr.55 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.
<b>RISOTTO CON ZUCCA O **ZUCCHINE</b> Riso Zucca Fresca **Zucchine Pomodori pelati Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.40 Gr.40 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.50 Gr.50 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.60 Gr.60 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b.	<b>TIMBALLO DI PASTA AL FORNO</b> Pasta Carne tritata di vitello Pomodori pelati Besciamello Emmenthal Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.50 Gr.25 Gr.35 Gr.15 Gr.10 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.30 Gr.45 Gr.25 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.35 Gr.55 Gr.35 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.

Prot. 552 Siale Tiroreno  
16/07/2019

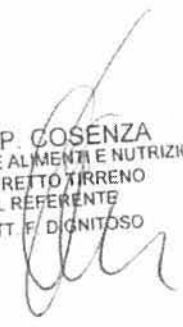
A.S.P. COSENZA  
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
DISTRETTO TIRRENO  
IL REFERENTE  
DOTT. F. DIGNITOSO

6

<b>***PASTA CON POLPETTINE</b>				<b>TRANCIO DI PIZZA MARIHERITA</b>			
Pasta	Gr.50	Gr.60	Gr.70	Farina	Gr.150PZ	Gr.200 PZ	Gr.250 PZ
Carne tritata di vitello	Gr.25	Gr.30	Gr.35	Lievito di birra	q.b.	q.b.	q.b.
Mollica di pane	Gr.20	Gr.25	Gr.30	Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	Gr.35	Gr.45	Gr.55	Origano	q.b.	q.b.	q.b.
Uova ogni 10 porzioni	N°1	N°1	N°1	Pomodori pelati	gr.40	Gr.50	Gr.60
Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
Parmigiano o grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Caciocavallo	Gr.30	Gr.40	Gr.50
Sale o Odori	q.b.	q.b.	q.b.				
<b>***LASAGNE AL FORNO</b>				<b>***PASTA "CHINA" CON POLPETTINE</b>			
Lasagne all'uovo	Gr.50	Gr.60	Gr.70	Pasta	Gr.50	Gr.60	Gr.70
Carne tritata di vitello	Gr.25	Gr.30	Gr.35	Carne tritata di vitello	Gr.25	Gr.30	Gr.35
Pomodori pelati	Gr.60	Gr.65	Gr.70	Mollica di pane	Gr.20	Gr.25	Gr.30
Caciocavallo	Gr.15	Gr.20	Gr.25	Pomodori pelati	Gr.35	Gr.45	Gr.55
Olio Evo	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Caciocavallo	Gr.20	Gr.25	Gr.30
Parmigiano o Grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5	Uova sode ogni 5 porzioni	N°1	N°1	N°1
Sale e odori	q.b.	q.b.	q.b.	Olio EVO	Gr.5	Gr.5	Gr.5
				Parmigiano o grana	Gr.5	Gr.5	Gr.5
				Sale e odori	q.b.	q.b.	q.b.

*Prot. 552 Sian Tidano*  
*26/04/2019*

A.S.P. COSENZA  
 U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 DISTRETTO TIRRENO  
 IL REFERENTE  
 DOTT. F. DIGNITOSO



**TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE**

7

SECONDI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:			SECONDI PIATTI (AUTUNNALE, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARI	BAMBINI SECONDARI		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARI	BAMBINI SECONDARI
<b>FRITTATA LA FORNO CON CACIOCAVALLO</b>				<b>POLPETTE DI MAIALE AL FORNO</b>			
Uova Caciocavallo Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	N°1 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°1,5 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°2 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.	Carne tritata maiale Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana Mollica di pane Olio EVO Sale e Odori	Gr.50 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°2 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°3 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.
<b>STRACCETTI DI POLLO IN PADELLA</b>				<b>HAMBURGER DI VITELLO</b>			
Petto di Pollo Farina Olio EVO Sale	Gr.70 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.80 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.90 q.b. Gr.5 q.b.	Carne di Vitello 1° scelta Olio EVO Sale e odori quanto basta	Gr.70 Gr.5	Gr.80 Gr.5	Gr.90 Gr.5
<b>PIZZAIOLO DI VITELLO</b>				<b>OMELETTE AL FORNO CON CACIOCAVALLO</b>			
Fettina di Vitello Pomodori Pelati Olio EVO Sale e Odori	Gr.70 Gr.25 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.35 Gr.5 q.b.	Uova Caciocavallo Olio EVO Parmigiano o grana Sale e Odori	N°1 Gr.20 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°1,5 Gr.30 Gr.5 Gr.5 q.b.	N°2 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b.
<b>BOCCONCINI DI MOZZARELLA DI GR. 30 cd</b>	N°2	N°3	N°4	<b>FORMAGGIO FRESCO SPALMABILE O A PASTA MOLLE (crescenza, stracchino, pre- alpi, caciotta fresca)</b>	Gr.60	Gr.70	Gr.80
<b>BASTONCINI DI FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO</b>				<b>FILETTI DI **MERLUZZO IMPANATO AL FORNO</b>			
** Bastoncini di filetto di merluzzo Olio EVO	N°3 Gr.5	N°4 Gr.5	N°5 Gr.5	Filetto di ** merluzzo Mollica di pane Olio EVO	Gr.90 q.b. Gr.5	Gr.100 q.b. Gr.5	Gr.110 q.b. Gr.5
<b>COTOLETTA DI VITELLO AL FORNO</b>				<b>SOVRACCOSCE DI POLLO AL FORNO</b>			
Fettina di Vitello Mollica di Pane Olio EVO Parmigiano o Grana Sale e Odori	Gr.70 q.b. Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.80 q.b. Gr.5 Gr.5 q.b.	Gr.90 q.b. Gr.5 Gr.5 q.b.	Sovraccosce di pollo Olio EVO Sale e Odori	Gr.140 Gr.5 q.b.	Gr.150 Gr.5 q.b.	Gr.160 Gr.5 q.b.
<b>FILONE DI MAIALE AL FORNO</b>				<b>FILETTO DI **PLATESSA IMPANATO AL FORNO</b>			
Filone di Maiale Olio EVO Sale e Odori	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	Filetto di ** platessa Mollica di pane Olio EVO	Gr.90 q.b. Gr.5	Gr.100 q.b. Gr.5	Gr.110 q.b. Gr.5
<b>COTOLETTA DI FILETTO DI **MERLUZZO AL FORNO</b>				<b>BOCCONC. DI MOZZARELL. E PROSC. COTTO s.p. O BRESAOLA</b>			
Cotoletta di filetto **merluzzo Olio EVO	N°1 Gr.5	N°1 Gr.5	N°1 Gr.5	Bocconcini di mozzarella (gr.30cd) Prosciutto cotto s.p. Bresaola	N°1 Gr.35	N°2 Gr.40 Gr.40	N°3 Gr.45 Gr.50

Prot. 952 Sede Tirreno  
16/07/2019

A.S.P. COSENZA  
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
DISTRETTO TIRRENO  
REFERENTE



3

<b>POLPETTE DI VITELLO AL FORNO</b> Carne tritata di vitello Gr.50 Uova ogni 10 Porzioni N°1 Gr.60 Parmigiano o grana Gr.70 Mollica di pane q.b. Olio EVO Gr.5 Sale e Odori q.b.	<b>POLPETTE DI VITELLO AL SUGO</b> Carne tritata di vitello Gr.50 Uova ogni 10 porzioni N°1 Gr.60 Pomodori Pelati N°1 Gr.70 Parmigiano o grana Gr.25 Gr.30 Mollica di pane Gr.5 Gr.35 Olio EVO q.b. q.b. Sale e Odori q.b. q.b.
<b>FILETTO DI MAIALE AL FORNO</b> Filetto di maiale Gr.70 Olio Evo Gr.5 Sale e Odori q.b.	<b>CACIOCAVALLO E PROSCIUTTO COTTO s.p.</b> Caciocavallo Gr.35 Prosciutto Cotto s.p. Gr.40 Gr.45
<b>FESA DI TACHINO AL FORNO</b> Fesa di tacchino al forno Gr.70 Olio EVO Gr.5 Sale e Odori q.b.	<b>***POLPETTE DI VITELLO FRITTE</b> Carne tritata di vitello Gr.50 Uova ogni 10 porzioni N°1 Gr.60 Parmigiano o grana Gr.5 N°1 Mollica di pane Gr.5 Gr.70 Sale e Odori q.b. q.b.
<b>***PARMIGIANA DI MELANZANE AL FORNO</b> Melanzane Gr.50 Uova ogni 10 porzioni N°1 Gr.60 Pomodori pelati Gr.25 Gr.30 Parmigiano o grana Gr.5 Gr.35 Mollica di pane q.b. q.b. Olio EVO Gr.5 Gr.5 Sale e Odori q.b. q.b.	<b>***INVOLTINO DI VITELLO AL FORNO</b> Fattina di vitello Gr.70 Parmigiano o grana Gr.5 Gr.80 Mollica di pane q.b. Gr.5 Farina q.b. q.b. Olio EVO Gr.5 Gr.5 Sale e Odori q.b. q.b.
<b>***RAPE E SALSICCIA ARROSTO</b> Salsiccia di maiale fresca Gr.70 Rape fresche Gr.70 Olio EVO Gr.5 Sale e Odori q.b.	<b>***COSCIOTTI DI AGNELLO AL FORNO</b> Cosciotto di agnello Gr.70 Olio EVO Gr.5 Sale e Odori q.b.

Prot. 552 Sian Tirreno  
16/04/2019

A.S.P. COSENZA  
 U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 DISTRETTO TIRRENO  
 IL REFERENTE  
 DOTT. F. DIGNITOSO

**TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE**

9

CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:			CONTORNI (AUTUNNALE, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA
<b>INSALATA MISTA</b> Lattuga Iceberg Radicchio Carote Olio EVO Sale	Gr.30 Gr.30 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.40 Gr.5 q.b.	Gr.50 Gr.50 Gr.50 Gr.5 q.b.	<b>INSALATA VERDE CON CARTOFE JULIENNE</b> Lattuga Iceberg Carote julienne Olio EVO Sale e Odori	Gr.30 Gr.30 Gr.5 q.b.	Gr.40 Gr.40 Gr.5 q.b.	Gr.50 Gr.50 Gr.5 q.b.
<b>INSALATA DI * POMODORI</b> *Pomodori Freschi Olio EVO Sale	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	Gr.100 Gr.5 q.b.	<b>PATATE LESSE PREZZEMOLATE</b> Patate fresche lesse Olio EVO Sale e Odori	Gr.100 Gr.5 q.b.	Gr.110 Gr.5 q.b.	Gr.120 Gr.5 q.b.
<b>PATATE AL FORNO</b> Patate fresche Olio Evo Sale e Odori	Gr.100 Gr.5 q.b.	Gr.110 Gr.5 q.b.	Gr.120 Gr.5 q.b.	<b>INSALATA DI * POMODORI E PATATE</b> *Pomodori freschi Patate fresche Olio EVO Sale	Gr.50 Gr.50 Gr.5 q.b.	Gr.60 Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.60 Gr.5 q.b.
<b>**CAVOLFIORI O **CAROTE GRATINATE AL FORNO</b>  ** Cavolfiori **Carote Olio Evo Parmigiano o Grana Mollica di pane Sale	Gr.70 Gr.70 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.90 Gr.90 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	<b>**ZUCCHINE E * CAROTE GRATINATE</b>  **Zucchine **Carote Olio EVO Parmigiano o grana Mollica di pane Sale	Gr.40 Gr.40 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.50 Gr.50 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.60 Gr.60 Gr.5 Gr.5 q.b. q.b.
<b>**CAROTE TRIFOLATE</b> Carote Olio Evo Sale	Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	<b>**PISELLI IN UMIDO</b> **Piselli Olio EVO Sale e Odori	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.
<b>**PISELLI E ** CAROTE IN UMIDO</b> **Piselli **Carote Olio EVO	Gr.50 Gr.40 Gr.5	Gr.60 Gr.50 Gr.5	Gr.70 Gr.60 Gr.5	<b>***PEPERONI E PATATE</b> Patate fresche Peperoni freschi Olio EVO Sale e Odori	Gr.60 Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.5 q.b.
<b>**SPINACIO ** BIETOLA O **FAGIOLINI O **ZUCCHINE SALTATE</b> **Spinaci **Bietola **Fagiolini **Zucchine Olio EVO Sale	Gr.70 Gr.70 Gr.70 Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.80 Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.90 Gr.90 Gr.90 Gr.5 q.b.	<b>INSALATA DI **FAGIOLINI</b> **Fagiolini Olio Sale	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.

Prof. 552 *[Signature]*  
16/04/2019

A.S.P. COSENZA  
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
DISTRETTO TIRRENO  
IL REFERENTE  
DOTT. F. DIGNITOSO  
*[Signature]*

### TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE

ALIMENTI VARI	QUANTITA' PER:			ALIMENTI VARI	QUANTITA' PER:		
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA	BAMBINI SECONDA RIA
<u>PANINO</u>	GR.60	GR.80	GR.100	<u>FRUTTA</u> La frutta deve essere di stagione	GR.120	GR.150	GR.180
<u>***TURDILLO PANDORO</u>	N°1 N°1FETTA	N°1 N°1FETTA	N°1 N°1FETTA	<u>***COLOMBA PASQUALE</u>	N°1 FETTA	N°1 FETTA	N°1 FETTA
<u>***CHIACCHIERE</u>	N°1	N°1	N°1	<u>SUCCO DI FRUTTA IN BRICK</u>	200 ML	200ML	200 ML
<u>PUREA DI FRUTTA (100% polpa di frutta)</u>	100GR	100GR	100GR				

- A) Per la scuola materna la pasta deve essere di tipo corta
- B) Per la scuola materna i legumi e il minestrone devono essere passati
- C) \* L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale
- D) \*\* Prodotto preferibilmente fresco o surgelato
- E) \*\*\* Piatti tipici del territorio
- F) Per quanto riguarda il consumo di verdure e frutta fresca o di IV gamma, si raccomanda di tener conto del possesso, da parte della Ditta destinataria del servizio, delle dovute attrezzature riservate al lavaggio ottimale di tali prodotti per come specificato nel piano di autocontrollo
- G) E' preferibile per la scuola materna utilizzare il prosciutto cotto senza polifosfati al posto del prosciutto crudo o della bresaola, per il minore contenuto di sale e la minore difficoltà legata alla masticazione e deglutizione. Si raccomanda inoltre, di non sostituire la bresaola di cavallo con la bresaola di manzo laddove fossero presenti bambini affetti da allergia/intolleranza al latte e derivati
- H) Sarebbe preferibile utilizzare pane a ridotto contenuto di sale e comunque sempre iodato: pane con contenuto di sale non superiore all'1.8% - 1.7% riferito alla farina. La produzione e vendita di pane con ridotto contenuto di sale, rispettando gusto, fragranza e qualità, è promossa dal Ministero della Salute e persegue un obiettivo di salute pubblica di estrema importanza, contribuendo alla diminuzione della prevalenza/incidenza delle malattie cronico-degenerative
- I) Appalti che prevedono piatti di pesce serviti a mensa siano delicati e accuratamente serviti quanto previsto dal Piano di autocontrollo
- J) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente preferibilmente.
- K) Le grammature per le diete speciali rimangono invariate
- L) Per le diete speciali vengono rispettati rigorosamente tutti gli ingredienti dei menù che vengono stilati e validati in base alle patologie degli utenti
- M) Le preparazioni delle diete speciali vengono eseguite in contesti separati o con differenziazione temporale e con utensileria contraddistinta soprattutto per i celiaci
- N) Verificare sempre l'etichettatura dei Prodotti Alimentari: Regolamento UE 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che modifica i regolamenti (CE) n. 1924/2006 e (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio e abroga la direttiva 87/250/CEE della Commissione, la direttiva 90/496/CEE del Consiglio, la direttiva 1999/10/CE della Commissione, la direttiva 2000/13/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, le direttive 2002/67/CE e 2008/5/CE della Commissione e il regolamento (CE) n. 608/2004 della Commissione
- O) Prevedere un'offerta di almeno due varietà di frutta nella medesima settimana
- P) Due volte al mese può essere previsto il succo di frutta da 200 ml in sostituzione alla frutta di stagione
- Q) Due volte al mese può essere prevista in sostituzione alla frutta di stagione una purea di frutta

Prot. 552 Sica Tidaw  
29/07/2019

A.S.P. COSENZA  
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
DISTRETTO IRRRENO  
IL REFERENTE  
D. SPOSITO