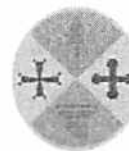


R. Libertini



Regione Calabria
Azienda Sanitaria Provinciale Cosenza
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. Igiene Alimenti e Nutrizione (Sian Cosenza)
Direttore ff Dott.ssa Maria Teresa Pagliuso



REGIONE CALABRIA

Dir. Medico Ref. Sian Tirreno dott. F. Dignitoso
Amantea (CS) Via Ticino,15
Tel. 0982 491280 - 428272 - fax 0982 491280
E - mail : Sian.tirreno@pec.aspcs.gov.it

Protocollo n° 710 SIAN

SPETT.le COMUNE DI
TORTORA (CS)

OGGETTO: TABELLA DIETETICA RISTORAZIONE SCOLASTICA- ANNO 2018/2019

In riferimento alla Vs richiesta Prot.n° 0007928 del 06/07/2018, si trasmette, allegata alla presente, la proposta di tabella dietetica per la ristorazione scolastica relativa alla "Scuola Materna", "Scuola Media" e "Nido D'Infanzia", debitamente vidimata come previsto dalle vigenti norme.

Amantea, 26/07/2018

Distinti Saluti



Comune di
Tortora

Prot.N. 0009067 del 01/08/2018 - A
Cat. 2 Cla. Uff. AREA AMMINISTRATIVA



01 201800 090677



Il Dirig. Medico Responsabile Sian Tirreno
Dott. Francesco Dignitoso
A.S.P. COSENZA
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DISTRETTO TIRRENO
IL REFERENTE
DOCT. F. DIGNITOSO

MENU'SCOLASTICO PER BAMBINI DA 12-36 MESI

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
LUNEDI' Risotto con pomodoro Parmigiano o grana e prosciutto cotto Purea di carote e patate Panino Frutta di stagione frullata	LUNEDI' Risotto con parmigiano Frittata al forno Panino Frutta di stagione
MARTEDI' Minestra di legumi passati con pastina Sovracosce di pollo al forno *Fagiolini Panino Frutta di stagione frullata	MARTEDI' Minestra di cereali misti passati con pastina Fettina di tacchino in umido Purea di patate Panino Frutta di stagione
MERCOLEDI' Pasta con n patate schiacciate al pomodoro Ricotta * Tortino di spinaci Panino Frutta mista di stagione frullata	MERCOLEDI' Pasta con ricotta * Bastoncini Carote fresche grattugiate Panino Frutta di stagione
GIOVEDI' Trancio di pizza margherita Polpettine di vitello in umido * Zucchine gratinate Panino Frutta di stagione	GIOVEDI' Pasta con passata di fagioli Hamburger di vitella *Verdure miste al vapore Panino Frutta di stagione
VENERDI' * Passato di verdure miste con pastina * Filetto di platessa in umido Patate lesse schiacciate Panino Frutta di stagione	VENERDI' Pasta al pomodoro *Merluzzo in umido *Piselli in umido Panino Frutta di stagione
SABATO Pastina in brodo vegetale Emmenthal e prosciutto cotto Polpette di *verdure miste al forno Panino Frutta di stagione	SABATO Passato di lenticchie con pastina Bocconcini di mozzarella con prosciutto cotto Vellutata di carote Panino Frutta di stagione

* PRODOTTO SURGELATO

PROT. 710 Sicca
26/7/2018



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

GRAMMATURE PER LATTANTI DA 6-12; PER SEMIDIVEZZI DA 12-24; PER DIVEZZI DA 24-36 MESI (QUANTITA' INDICATE A CRUDO)

ALIMENTO	LATTANTI 6- 12 MESI	SEMIDIVEZZI 12-24 MESI	DIVEZZI 24-36 MESI
Pasta/Riso/Pastina		20 gr. per minestre	20 gr. per minestre
Pasta/Riso/Pastina		35 gr. per primi al pomodoro	45 per primi al pomodoro
Pastina dietetica	15 gr per minestre		
Pastina dietetica	25 gr per primi al pomodoro		
Crema di riso	20 gr		
Crema ai 4 cereali	20 gr		
Legumi secchi	10 gr		
Cereali misti secchi	10 gr	15 gr	15 gr
*Passata di verdura	40 gr	80 gr	100 gr
Verdure miste per brodo(fresco)	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano o grana	10 gr	15 gr	20 gr
Ricotta		40 gr	40 gr
Ricotta per primo		20 gr	30 gr
Emmenthal		20 gr	25 gr
Bocconcini di mozzarella con prosciutto cotto		30 gr 20 gr	30 gr 20 gr
Prosciutto cotto	30 gr	40 gr	40 gr
Uova per secondo		50 gr	50 gr
Uova per polpette		1 ogni 10 bambini	1 ogni 10 bambini
Sovracosce di pollo		40 gr	50 gr
Tritato di vitello		40 gr	50 gr
Fesa di tacchino	20gr	40 gr	50 gr
Reale di vitello	20gr	40 gr	50 gr
Filetto di sogliola	40gr	50 gr	60 gr
Filetto di platessa	40gr	50 gr	60 gr
*Carote	50gr	80 gr	100 gr
Patate	60gr	80 gr	100 gr
*Fagiolini	50gr	80 gr	100 gr
*Spinaci	50gr	80 gr	100 gr
Zucchine fresche	50gr	80 gr	100 gr
*Zucchine	50gr	80 gr	100 gr
Piselli	50gr	80 gr	100 gr
Panini		40 gr	40 gr
Frutta di stagione	80gr	100 gr	100 gr
Olio extravergine di oliva		5 gr	5 gr
Olio extravergine di oliva dietet	5 gr	5 gr	5 gr
Latte per purè	30 gr	40 gr	40 gr
Burro	5 gr	5 gr	5 gr
Pomodoro pelato	20 gr	30 gr	30 gr
Odori vari	q. b.	q. b.	q. b.

*Prodotto surgelato

NOTA BENE : le pietanze dei lattanti e semidivezzi, devono essere frullate



U.O.S.F.

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 I° GRADO (PRIMAVERA)

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

Proc. 710 Sian
 26/7/2013



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

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

 TERZA SETTIMANA	 QUARTA SETTIMANA
<p>LUNEDÌ</p> <p>Risotto con **piselli al forno Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p. **Bietola saltata Panino Frutta di stagione</p>	<p>LUNEDÌ</p> <p>Pasta e **piselli Omelette al forno con caciocavallo Insalata mista/**Bietole saltate Panino Frutta di stagione</p>
<p>MARTEDÌ</p> <p>Pasta al pomodoro Polpette di vitello al sugo **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione</p>	<p>MARTEDÌ</p> <p>Spuma di patate /Pasta al pomodoro Hamburger di vitello Insalata verde con carote julienne Panino Frutta di stagione</p>
<p>MERCOLEDÌ</p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta Bocconcini di mozzarella Insalata patate e pomodori Panino Frutta di stagione</p>	<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Pasta e fagioli (passati per l'infanzia) Fesa di tacchino al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p>GIOVEDÌ</p> <p>Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia) Pizzaiola di vitello **Carote trifolate Panino Frutta di stagione</p>	<p>GIOVEDÌ</p> <p>Riso al pomodoro al forno Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta al pomodoro **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>	<p>VENERDÌ</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. 710 Sian
26/7/2018



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

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

A PRIMA SETTIMANA	B SECONDA SETTIMANA
<p>LUNEDÌ</p> <p>Pasta con patate al pomodoro Frittata con caciocavallo al forno Insalata di *pomodori/ **bietole saltate Panino Frutta di stagione</p>	<p>LUNEDÌ</p> <p>Riso e **piselli Straccetti di pollo in padella **Bietola o **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p>MARTEDÌ</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>MARTEDÌ</p> <p>Spuma di patate /Pasta al pomodoro Hamburger di vitello Insalata verde con carote julienne Panino Frutta di stagione</p>
<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Riso al pomodoro Pizzaiola di vitello **Piselli in umido Panino Frutta di stagione</p>	<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Pasta e fagioli (passati per l'infanzia) Omelette al forno con caciocavallo **Bietola o **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p>GIOVEDÌ</p> <p>Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia) Bocconcini di mozzarella **Carote gratinate Panino Frutta di stagione</p>	<p>GIOVEDÌ</p> <p>Timballo di pasta al forno Formaggio fresco spalmabile o a pasta molle **Zucchine e **carote gratinate Panino Frutta di stagione</p>
<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta al pomodoro **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>	<p>VENERDÌ</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. 710 Sian
 26/1/2018



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 I° GRADO (AUTUNNO/INVERNO)

<p>(E) TERZA SETTIMANA</p>	<p>(D) QUARTA SETTIMANA</p>
<p>LUNEDÌ</p> <p>Riso con patate in bianco Cotoletta di vitello al forno **Bietola o **Spinaci saltati/Insalata di *pomodori Panino Frutta di stagione</p>	<p>LUNEDÌ</p> <p>Risotto con **piselli al forno Sovracosce di pollo al forno **Fagiolini saltati Panino Frutta di stagione</p>
<p>MARTEDÌ</p> <p>Pasta al pomodoro Filone di maiale al forno Patate al forno Panino Frutta di stagione</p>	<p>MARTEDÌ</p> <p>Pasta al pomodoro Omelette al forno con caciocavallo **Carote e **piselli in umido Panino Frutta di stagione</p>
<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Pasta e ceci (passati per l'infanzia) Filetto di **platessa impanato al forno **Cavolfiore gratinato Panino Frutta di stagione</p>	<p>MERCOLEDÌ</p> <p>**Minestrone (passato per l'infanzia) con pasta Cotoletta di filetto di **merluzzo al forno Patate al forno Panino Frutta di stagione</p>
<p>GIOVEDÌ</p> <p>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</p>	<p>GIOVEDÌ</p> <p>Risotto con zucca Polpette di vitello al forno **Zucchine gratinate Panino Frutta di stagione</p>
<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta e lenticchie (passate per l'infanzia) **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno **Spinaci saltati Panino Frutta di stagione</p>	<p>VENERDÌ</p> <p>Trancio di pizza margherita Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p. **Fagiolini saltati/insalata di *pomodori Panino Frutta di stagione</p>

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

Prot. 710 Sian
26/1/2018



A.S.P. COSENZA
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DISTRETTO TIRRENO
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
PASTA O RISO O GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO 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.	RISOTTO AL POMODORO E FORMAGGI 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.
RISO E PATATE IN BIANCO 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.	RISO AL POMODORO AL FORNO 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.
PASTA E LENTICCHIE 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.	PASTA E CECI 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.
SPUMA DI PATATE AL FORNO Latte UHT Focchi 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.	**MINISTRONE CON PASTA O RISO 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.
PASTA CON FAGIOLI 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.	PASTA O RISO E **PISELLI 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.
PASTA E PATATE AL POMODORO 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.	RISOTTO CON**PISELLI AL FORNO 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.
RISOTTO CON ZUCCA O **ZUCCHINE 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.	TIMBALLO DI PASTA AL FORNO 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. 710 Sian
26/7/2018



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

6

***PASTA CON POLPETTINE				TRANCIO DI PIZZA MARHERITA			
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.				
***LASAGNE AL FORNO				***PASTA"CHINA"CON POLPETTINE			
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. Fd Sian
 26/7/2018



6
 A.S.P. COSENZA
 U.O.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 DISTRETTO TIRRENO
 AL 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 A	BAMBINI SECONDARI A		BAMBINI INFANZIA A	BAMBINI PRIMARI A	BAMBINI SECONDARI A
FRITTATA LA FORNO CON CACIOCAVALLO 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.	POLPETTE DI MAIALE AL FORNO 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.
STRACCETTI DI POLLO IN PADELLA 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.	HAMBURGER DI VITELLO Carne di Vitello 1^ scelta Olio EVO Sale e odori quanto basta	Gr.70 Gr.5	Gr.80 Gr.5	Gr.90 Gr.5
PIZZAIOLO DI VITELLO 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.	OMELETTE AL FORNO CON CACIOCAVALLO 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.
BOCCONCINI DI MOZZARELLA DI GR. 30 cd	N°2	N°3	N°4	FORMAGGIO FRESCO SPALMABILE O A PASTA MOLLE (crescenza, stracchino, prealpi, caciotta fresca)	Gr.60	Gr.70	Gr.80
BASTONCINI DI FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO ** Bastoncini di filetto di merluzzo Olio EVO	N°3 Gr.5	N°4 Gr.5	N°5 Gr.5	FILETTI DI **MERLUZZO IMPANATO AL FORNO 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
COTOLETTA DI VITELLO AL FORNO 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.	SOVRACOSCE DI POLLO AL FORNO Sovracosce 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.
FILONE DI MAIALE AL FORNO 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 IMPANATO AL FORNO 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
COTOLETTA DI FILETTO DI **MERLUZZO AL FORNO Cotoletta di filetto **merluzzo Olio EVO	N°1 Gr.5	N°1 Gr.5	N°1 Gr.5	BOCCONC. DI MOZZARELL. E PROSC. COTTO s.p. O BRESAOLA 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. 710 Sian
26/7/2018



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

POLPETTE DI VITELEO AL FORNO <u>Carne tritata di vitello</u> <u>Uova ogni 10 Porzioni</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	POLPETTE DI VITELLO AL SUGO <u>Carne tritata di vitello</u> <u>Uova ogni 10 porzioni</u> <u>Pomodori Pelati</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.25 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.30 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.35 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.
FILETTO DI MAIALE AL FORNO <u>Filetto di maiale</u> <u>Olio Evo</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	CACIOCAVALLO E PROSCIUTTO COTTO s.p. <u>Caciocavallo</u> <u>Prosciutto Cotto s.p.</u>	Gr.35 Gr.35	Gr.40 Gr.40	Gr.45 Gr.45
FESA DI TACHINO AL FORNO <u>Fesa di tacchino al forno</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	***POLPETTE DI VITELLO FRITTE <u>Carne tritata di vitello</u> <u>Uova ogni 10 porzioni</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.5 q.b.
***PARMIGIANA DI MELANZANE AL FORNO <u>Melanzane</u> <u>Uova ogni 10 porzioni</u> <u>Pomodori pelati</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.50 N°1 Gr.25 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.60 N°1 Gr.30 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	Gr.70 N°1 Gr.35 Gr.5 q.b. Gr.5 q.b.	***INVOLTINO DI VITELLO AL FORNO <u>Fettina di vitello</u> <u>Parmigiano o grana</u> <u>Mollica di pane</u> <u>Farina</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b. q.b. Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b. q.b. Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b. q.b. Gr.5 q.b.
***RAPE E SALSICCIA ARROSTO <u>Salsiccia di maiale fresca</u> <u>Rape fresche</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.90 Gr.5 q.b.	***COSCIOTTI DI AGNELLO AL FORNO <u>Cosciotto di agnello</u> <u>Olio EVO</u> <u>Sale e Odori</u>	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.

Prot. 710 Sican
26/7/2018



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
INSALATA MISTA 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.	INSALATA VERDE CON CARTOTE JULIENNE 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.
INSALATA DI * POMODORI *Pomodori Freschi Olio EVO Sale	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.	Gr.100 Gr.5 q.b.	PATATE LESSE PREZZEMOLATE 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.
PATATE AL FORNO 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.	INSALATA DI * POMODORI E PATATE *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.
**CAVOLFIORI O **CAROTE GRATINATE AL FORNO ** 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.	**ZUCCHINE E * CAROTE GRATINATE **Zucchine **Carote Olio EVO Parmigiano o grana Mollica di pane Sale **ZUCCHINE GRATINATE **Zucchine 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.
**CAROTE TRIFOLATE Carote Olio Evo Sale	Gr.60 Gr.5 q.b.	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	**PISELLI IN UMIDO **Piselli Olio EVO Sale e Odori	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.
PISELLI E ** CAROTE IN UMIDO **Piselli **Carote Olio EVO	Gr.50 Gr.40 Gr.5	Gr.60 Gr.50 Gr.5	Gr.70 Gr.60 Gr.5	*PEPERONI E PATATE 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.
**SPINACI O ** BIETOLA O **FAGIOLINI O **ZUCCHINE SALTATE **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.	INSALATA DI **FAGIOLINI **Fagiolini Olio Sale	Gr.70 Gr.5 q.b.	Gr.80 Gr.5 q.b.	Gr.90 Gr.5 q.b.

Prot. 740 Sian
26/7/2018



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

12

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 SECONDARIA
<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>***TURDILLI O 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 corto
- 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) *** Piatto 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) Accanto ai piatti di pesce serviti a mensa siano delicati accuratamente secondo quanto previsto dal Piano di autocontrollo
- J) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente previa cottura
- 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 vidimati 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

Prof. 410 Siani
26/7/2018



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