



**CITTA' DI GUARDIAGRELE**

(Prov. Di Chieti)

Piazza San Francesco n.12

Ufficio Scuola

Tel. 0871/8086203 – Fax 0871/8086240 E. mail: [sociali@guardiagrele.gov.it](mailto:sociali@guardiagrele.gov.it)

# **TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL'INFANZIA E SCUOLA PRIMARIA**

## **ANNO SCOLASTICO 2017/2018**

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA INFANZIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Pasta alla ricotta	60 20	Risotto allo zafferano	60	Crema di fagioli (fagioli secchi) con pastina	25-30 40	Farfalle al pomodoro	60	Passato di verdura (verdure miste) con pastina o farro	100 40
Salsa di pomodoro	q.b.	Brodo vegetale e aromi Zafferano	q.b. q.b.	Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro	q.b.
		Parmigiano reggiano	5			Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Prosciutto cotto s.p.	30-40	Straccetti di pollo in padella	60	Frittata al forno 1 uovo parmigiano	60 3	Arrosto di vitello	60	Platessa gratinata al forno	70
Insalata verde o mista di stagione	60-70	Zucchine o fagiolini verdi	80-90	Spinaci in padella	80-90	Insalata di carote o pomodori	70	Patate al forno	100

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva (per pasto) gr.15 -pane fresco gr.40 (una volta a settimana : integrale)- frutta di stagione gr.120-130 (una volta /settimana :yogurt bio alla frutta) Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli

*Ornella Marinelli*



IL DIRIGENTE MEDICO IASP

Dott. Francesco Concistrè

*Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA INFANZIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Riso al pomodoro	60	Pasta con Patate	40 50	Pasta al pomodoro e Olive (denocciolate)	60 10	Passato di verdura con pastina	100 40	Mezze maniche al pomodoro	60
Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	50
Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Mozzarella	50	Cotoletta di tacchino al forno Pangrattato, uovo	60 q.b.	Frittata al forno Un uovo	60	Cosce di pollo al forno (al netto)	60	Bastoncini di merluzzo al forno	70-80
Spinaci in padella	80-90	Insalata verde e mais	60-70	Finocchi o pomodori	70	Patate al forno	100	Piselli stufati	60

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva ( per pasto) gr.15 -pane fresco gr.40 - frutta di stagione gr.120-130 . ( una volta/settimana : yogurt bio alla frutta ) Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
 Dott. Francesco Conciatrè

*Francesco Conciatrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA INFANZIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### TERZA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Passato di lenticchie con riso	25-30-40	Fusilli al pomodoro	60	Minestra (pastina o orzo perlato) in brodo vegetale	25-30 q.b.	Pasta al forno	50	Pasta al tonno	60
Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	50	Verdure fresche Pomodori pelati	q.b. q.b.	Salsa di pomodoro Dadini di mozzarella	q.b. 20	(salsa di pomodoro ) Tonno sgocciolato	q.b. 20
		Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5				
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Formaggio primo sale	50	Bocconcini di suino magro agli aromi	60	Pizza Margherita: farina Fior di latte Lievito di birra pomodoro	60-70 40 q.b.	Frittata al forno o uovo sodo un uovo	60	Platessa dorata al forno	70
Patate al forno	100	Insalata verde e/o carote	70-80	Verdure in pinzimonio	70	Insalata di finocchi e/o pomodori	70	Spinaci o zucchine in padella	80-90

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15 ( per pasto) -pane fresco gr.40 - frutta di stagione gr.120-130 ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) .  
Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
Dott.ssa Ornella Marinelli  
*Ornella Marinelli*



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
Dott. Francesco Concistrè  
*Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA INFANZIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Risotto alla crema di zucca ( o altra verdure di stagione ) Riso	60	Sedanini al pomodoro	60	Passato di legumi con pastina Legumi secchi	40 25-30	Pasta all'olio e parmigiano	60	Farfalle con zucchine( broccoli o altra verdura di stagione)	60 50
Zucca gialla o altra verdura di stagione Brodo vegetale	50 q.b.	Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro	q.b.	Olio evo	5		
Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5			Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Prosciutto cotto s.p.	30-40	Cotoletta o scaloppina di pollo Pangrattato, uovo	60 q.b.	Mozzarella	50	Frittata alle verdure Un uovo	q.b. 60	Bastoncini di merluzzo al forno	70-80
Finocchi o pomodori in insalata	80	Insalata mista di stagione	70	Patate e carote lesse	100	Piselli	60	Carote julienne	70

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15 ( per pasto ) -pane fresco gr.40 - frutta di stagione gr.120-130 ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) .  
 Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
 Dott.ssa Ornella Marinelli

*Ornella Marinelli*



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
 Dott. Francesco Concistrè

*Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA- ESTATE PER SCUOLA D' INFANZIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Caserecce( o altro formato) arcobaleno Zucchine patate carote	60 50	Pasta al pomodoro	60	Pasta ( o riso) e Piselli ( surgelati o freschi)	60 30	Tagliatelle al pomodoro e basilico	60	Fusilli in bianco	60
Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro (facoltativo)	q.b.	Salsa di pomodoro (passato o pelati frullati)	50	Olio evo	5
Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Spezzatino di vitello	60	Quadrotti di frittata con pomodoro ( un uovo)	q.b. 60	Mozzarella	50	Bocconcini di pollo croccanti Pangrattato ,latte	60 q.b.	Filetti di merluzzo gratinato al forno Pangrattato ,prezzemolo	70 q.b.
Carote in padella	80	Zucchine trifolate	80-90	Insalata di pomodori	70	Verdure crude di stagione	60	Fagiolini verdi	80-90

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva (per pasto) gr.15 -pane fresco gr.40 ( una volta a settimana : integrale)- frutta di stagione gr.120 ( una volta /settimana .yogurt bio alla frutta) Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli

IL DIRIGENTE MEDICO IASP

Dott. Francesco Concistrè



*Handwritten signature of Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER SCUOLA D'INFANZIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Mezze maniche al pomodoro	60	Pasta rosè con ricotta	60	Risotto all'ortolana o al ragù vegetale	60	Pasta con legumi ( secchi)	40 30	Conchiglie al pomodoro	60
Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro ricotta	q.b. 20	Zucchine o altra verdura di stagione	q.b. 40	Salsa di pomodoro (in bianco per ceci)	q.b.	Salsa di pomodoro	50
Parmigiano reggiano	5			Parmigiano reggiano	5			Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Polpette di carne mista (Uovo 10 gr, mollica di pane, latte, parmigiano salsa di pomodoro)	50 q.b.	Prosciutto cotto s.p.	30-40	Medaglioni di filetto di merluzzo	70	Uovo sodo o frittata al forno un uovo (parmigiano 3 gr.)	60	Bastoncini di merluzzo al forno	70-80
Piselli stufati	60	Insalata verde e mais o di pomodori	60 70	Fagiolini verdi	80-90	Carote e patate lesse in insalata	80	Pomodori in insalata	70

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15( per pasto) -pane fresco gr.40 - frutta di stagione gr.120- ( una volta/settimana : yogurt bio alla frutta )  
 Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
 Dott.ssa Ornella Marinelli



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
 Dott. Francesco Concistrè

*Handwritten signature of Dott. Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA- ESTATE PER SCUOLA D' INFANZIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### TERZA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	ANTIPASTO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Risotto piselli e( zafferano)	60	Fusilli al sugo di pomodoro e olive	60	Pasta con melanzane	60	Sedanini al pomodoro e basilico	60	Pasta in bianco olio e parmigiano	60
Brodo vegetale, zafferano ,cipolla Piselli	q.b. 30	Salsa di pomodoro Olive nere denocciolate	50 10	Salsa di pomodoro Melanzane	50 20	Salsa di pomodoro	50	Olio evo	5
Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	PRIMO PIATTO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Girella di frittata Un uovo	60	Scaloppina di vitello Farina q.b.	60	Mozzarella alla caprese	50	Bocconcini di tacchino alla salvia o erbe aromatiche	60 q.b.	Filetti di platessa gratinati al forno	70-80
Insalata di pomodori	70	Verdure in casseruola (zucchine, peperoni,,melanzane, pomodori ,patate)	80-90	Pomodori	70	Carote cotte e/o crude	80 60	Spinaci in padella	80-90

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15 ( per pasto) -pane fresco gr.40 - frutta di stagione gr.120-( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) .

Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli

*Ornella Marinelli*

IL DIRIGENTE MEDICO IASP

Dott. Francesco Concistrè

*Francesco Concistrè*





# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER SCUOLA D' INFANZIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Farfalle alla crema di carciofi( o altra verdure di stagione ) Pasta	60	Pasta al pomodoro	60	Passato di legumi con pastina Legumi secchi	40 30	Risotto alla parmigiana	60	Farfalle i al pomodoro	60
Carciofi o altra verdura di stagione Brodo vegetale	50 q.b.	Salsa di pomodoro	50	Salsa di pomodoro( fagioli o lenticchie) in bianco con ceci	q.b.	Olio evo Brodo vegetale	5 q.b.	Salsa di pomodoro	50
Parmigiano reggiano	5	Parmigiano reggiano	5			Parmigiano reggiano	5-7	Parmigiano reggiano	5
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Cubetti di parmigiano o caciottina	30-40	Arrosto di vitello al forno o suino magro	60	Frittata al forno un uovo	60	Cotoletta di pollo al forno Pangrattato	60 q.b.	Bastoncini di merluzzo al forno o palombo	70-80
Pomodori in insalata	70	Fagiolini verdi olio e limone o bieta	80-90	Carote e patate lesse in insalata	80	Zucchine trifolate	80-90	Carote e finocchi julienne	60

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15 ( per pasto) -pane fresco gr.40 - frutta di stagione gr.120 ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) . Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli

DIRIGENTE MEDICO IASP

Dott. Francesco Concistrè



*Handwritten signature of Francesco Concistrè*

*Handwritten signature of Ornella Marinelli*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO PER SCUOLA PRIMARIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Pasta alla ricotta	70 20	Risotto allo zafferano	70	Crema di fagioli (fagioli secchi) con pastina	30 40-50	Farfalle al pomodoro	70	Passato di verdura (verdure miste) con pastina o farro	150 50
Salsa di pomodoro	q.b.	Brodo vegetale e aromi Zafferano	q.b. q.b.	Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro (passato o pelati frullati)	60	Salsa di pomodoro	q.b.
		Parmigiano reggiano	7			Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Prosciutto cotto s.p.	40-50	Straccetti di pollo in padella	70	Frittata al forno 1 uovo parmigiano	60 4	Arrosti di vitello	70	Platessa gratinata al forno	80-90
Insalata verde o mista di stagione	70-80	Zucchine o fagiolini verdi	100	Spinaci in padella	100	Insalata di carote o pomodori	80	Patate al forno	100

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva (per pasto) gr.15-20 -pane fresco gr.50 ( una volta a settimana : integrale)- frutta di stagione gr.150 ( una volta /settimana :yogurt bio alla frutta) Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
 Dott. ssa Ornella Marinelli



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
 Dott. Francesco Concistrè

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO PER SCUOLA PRIMARIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Riso al pomodoro	70	Pasta con Patate	50 60	Pasta al pomodoro e olive	70 10	Passato di verdura con pastina	150 50	Mezze maniche al pomodoro	70
Salsa di pomodoro	60	Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	60	Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	60
Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Mozzarella	60	Cotoletta di tacchino al forno Pangrattato, uovo	70 q.b.	Frittata al forno Un uovo	60	Cosce di pollo al forno (al netto)	70	Bastoncini di merluzzo al forno	80-90
Spinaci in padella	100	Insalata verde e mais	70	Finocchi o pomodori	80	Patate al forno	100	Piselli	70

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva ( per pasto) gr.15 -20 pane fresco gr.50 - frutta di stagione gr.150 ( una volta/settimana : yogurt bio alla frutta )

Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli

*Ornella Marinelli*

IL DIRIGENTE MEDICO IASP

Dott. Francesco Concistrè

*Francesco Concistrè*



# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO PER SCUOLA PRIMARIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

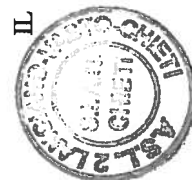
## TERZA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Passato di lenticchie con riso	30 40-50	Fusilli al pomodoro	70	Minestra (pastina o orzo perlato) in brodo vegetale	35 q.b.	Pasta al forno	60	Pasta al tonno	70
Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro	60	Verdure fresche Pomodori pelati	q.b. q.b.	Salsa di pomodoro Dadini di mozzarella	q.b. 20	(salsa di pomodoro) Tonno sgocciolato	q.b. 20
		Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7				
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Formaggio primo sale	60	Bocconcini di suino magro agli aromi	70	Pizza Margherita: Farina Fior di latte Lievito di birra -pomodoro	85 40 q.b.	Frittata al forno o uovo sodo un uovo	60	Plattessa dorata al forno	80
Patate al forno	100	Insalata verde e carote	70-80	Verdure in pinzimonio	80	Insalata di finocchi e/o pomodori	80	Spinaci o zucchine in padella	100

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15 -20( per pasto) -pane fresco gr.50 - frutta di stagione gr.150 ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ).  
 Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN

Dott.ssa Ornella Marinelli



IL DIRIGENTE MEDICO IASP

Dott. Francesco Concistrè

*Handwritten signature of Francesco Concistrè*

*Handwritten signature of Ornella Marinelli*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO PER SCUOLA PRIMARIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### QUARTA SETTIMANA

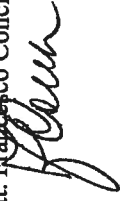
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Risotto alla crema di zucca ( o altra verdure di stagione ) Riso	70	Sedanini al pomodoro	70	Passato di legumi con pastina Legumi secchi	40-50 30	Pasta all'olio e parmigiano	70	Farfalle con zucchine (broccoli o cime di rapa)	70 60
Zucca gialla o altra verdura di stagione Brodo vegetale	60 q.b.	Salsa di pomodoro	60	Salsa di pomodoro	q.b.	Olio evo	8		
Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7			Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Prosciutto cotto s.p.	40-50	Cotoletta o scaloppina di pollo Pangrattato, uovo	70 q.b.	Mozzarella	60	Frittata alle verdure Un uovo	q.b. 60	Bastoncini di merluzzo al forno	80-90
Finocchi o pomodori in insalata	80	Insalata mista di stagione	70	Patate	100	Piselli stufati	70	Carote julienne	80

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15 -20 ( per pasto) -pane fresco gr.50 - frutta di stagione gr.150 ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) .  
Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
Dott.ssa Ornella Marinelli




IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
Dott. Francesco Concistrè



# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA- ESTATE PER SCUOLA PRIMARIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Caserecce( o altro formato) arcobaleno Zucchine patate carote	70 60	Pasta al pomodoro	70	Pasta ( o riso) e Piselli ( surgelati o freschi)	70 40	Tagliatelle al pomodoro e basilico	70	Fusilli in bianco	70
Salsa di pomodoro	q.b.	Salsa di pomodoro (passato o pelati frullati)	60	Salsa di pomodoro (facoltativo)	q.b.	Salsa di pomodoro (passato o pelati frullati)	60	Olio evo	8
Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Spezzatino di vitello	70	Quadrotti di frittata con pomodoro (un uovo)	q.b. 60	Mozzarella	60	Bocconcini di pollo croccanti Pangrattato ,latte	70 q.b.	Filetti di merluzzo gratinato al forno Pangrattato ,prezzemolo	80-90 q.b.
Carote in padella	90	Zucchine trifolate	100	Insalata di pomodori	80	Verdure crude di stagione	70	Fagiolini verdi	100

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva (per pasto) gr.15-20 pane fresco gr.50 ( una volta a settimana : integrale) - frutta di stagione gr.150 ( una volta /settimana :yogurt bio alla frutta) Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
 Dott.ssa Ornella Marinelli



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
 Dott. Francesco Concistrè

*Handwritten signature of Dott. Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER SCUOLA PRIMARIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Mezze maniche al pomodoro	70	Pasta rosè con ricotta	70	Risotto all'ortolana o al ragù vegetale	70	Pasta con legumi ( secchi)	60 30	Conchiglie al pomodoro	70
Salsa di pomodoro	60	Salsa di pomodoro Ricotta	q.b. 20	Zucchine o altra verdura di stagione	q.b. 60	Salsa di pomodoro (in bianco per ceci)	q.b.	Salsa di pomodoro	60
Parmigiano reggiano	7			Parmigiano reggiano	7			Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Polpette di carne mista (Uovo 10 gr. mollica di pane, latte, parmigiano salsa di pomodoro)	60 q.b.	Prosciutto cotto s.p.	40-50	Medaglioni di filetto di merluzzo	80	Uovo sodo o frittata al forno un uovo parmigiano	60 5	Bastoncini di merluzzo al forno	80-90
Piselli stufati	70	Insalata verde e mais o di pomodori	70 80	Fagiolini verdi	100	Carote e patate lesse in insalata	40 40	Pomodori in insalata	80

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15-20( per pasto) -pane fresco gr.50 - frutta di stagione gr.150- ( una volta/settimana : yogurt bio alla frutta )  
Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
Dott.ssa Ornella Marinelli

*Ornella Marinelli*



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
Dott. Francesco Concistrè

*Francesco Concistrè*

# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

## Dipartimento di Prevenzione

### Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA- ESTATE PER SCUOLA PRIMARIA - COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

#### TERZA SETTIMANA

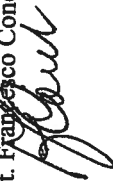
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	ANTIPASTO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Riso piselli e( zafferano)	70	Fusilli al sugo di pomodoro e olive	70	Pasta con melanzane	70	Sedanini al pomodoro e basilico	70	Pasta in bianco olio e parmigiano	70
Brodo vegetale, zafferano ,cipolla Piselli	q.b. 40	Salsa di pomodoro Olive nere denocciolate	60 10	Salsa di pomodoro Melanzane	60 20	Salsa di pomodoro	60	Olio evo	8
Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	PRIMO PIATTO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Girella di frittata Un uovo	60	Scaloppina di vitello Farina q.b.	70	Mozzarella alla caprese	60	Bocconcini di tacchino alla salvia o erbe aromatiche	70 q.b.	Filetti di platessa gratinati al forno	80-90
Insalata di pomodori	80	Verdure in casseruola (zucchine, peperoni,,melanzane, pomodori ,patate)	100	Pomodori	80	Carote cotte e/o julienne	100 70	Spinaci in padella	100

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15-20 ( per pasto) - pane fresco gr.50 - frutta di stagione gr.150- ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) .  
Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti

IL MEDICO SIAN  
Dott.ssa Ornella Marinelli




IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
Dott. Francesco Concistrè





# AZIENDA SANITARIA LOCALE LANCIANO VASTO CHIETI

Dipartimento di Prevenzione

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Chieti

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER SCUOLA PRIMARIA – COMUNE DI GUARDIAGRELE A.S. 2017-2018

## QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr	PRIMO	gr
Farfalle alla crema di carciofi( o altra verdure di stagione ) Pasta	70	Pasta al pomodoro	70	Passato di legumi con pasta Legumi secchi	60 30	Risotto alla parmigiana	70	Farfalle al pomodoro	70
Carciofi o altra verdura di stagione Brodo vegetale	60 q.b.	Salsa di pomodoro	60	Salsa di pomodoro( fagioli o lenticchie) in bianco con ceci	q.b.	Olio evo Brodo vegetale	8 q.b.	Salsa di pomodoro	60
Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7			Parmigiano reggiano	7	Parmigiano reggiano	7
SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr	SECONDO	gr
Cubetti di parmigiano o caciottina	40-50	Arrosto di vitello al forno o suino magro	70	Frittata al forno un uovo parmigiano	60 5	Cotoletta di pollo al forno Pangrattato	70 q.b.	Bastoncini di merluzzo al forno o palombo	80-90
Pomodori in insalata	80	Fagiolini verdi olio e limone o bieta	100	Carote e patate lesse in insalata	40 40	Zucchine trifolate	100	Carote e finocchi julienne	70

Tutti i giorni: olio extravergine d'oliva gr.15-20(per pasto) -pane fresco gr.50 - frutta di stagione gr.150 ( una volta / settimana : yogurt bio alla frutta ) . Tutti i pesi sono riferiti a crudo e al netto degli scarti.

IL MEDICO SIAN  
 Dott.ssa Ornella Marinelli



IL DIRIGENTE MEDICO IASP  
 Dott. Francesco Concistrè

*[Signature]*