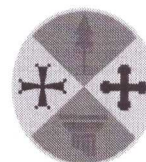




Regione Calabria
Azienda Sanitaria Provinciale Cosenza
Dipartimento di Prevenzione
U.O.C Igiene Alimenti e Nutrizione (Sian)
Direttore f.f. dott.^{ssa} Rosellina Veltri



REGIONE CALABRIA

Dir. Medico Rfp. Sian Tirreno dott. F. Dignitoso
Amantea (CS) Via Ticino,15
Tel. 0982 491280 – 428272 - fax 0982 491280
E - mail : Siantirreno@asp.cosenza.it

Prot. n° 928 Sian Tirreno

Spett.le Comune di

Amantea (CS)

OGGETTO: Tabella Dietetica Ristorazione scolastica Anno 2018/2019

In riferimento alla Vs richiesta Prot.n° 13514 del 22/10/2018, si trasmette, allegata alla presente, la proposta di tabella dietetica per la ristorazione scolastica relativa alle” Scuole dell’Infanzia”,” Primarie” e” Secondarie di I° grado” di Amantea (CS) e della Fraz. Campora S. Giovanni, debitamente vidimata come previsto dalle vigenti norme.

Amantea, 22/10/2018

Distinti Saluti

Il Resp. del Procedimento
Coad. Amm.vo Esp. Gaetano Mendicino



Il Dirig. Medico Ref Sian Tirreno
Dott. Francesco Dignitoso

ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.^{ssa} Ivana Ines Gino

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

Prof. 928 Sian
 22/10/2018



ASP - COSENZA
 Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione (SIAN)
 Medico Responsabile
 Dr.ssa Rosa Ines Gino

1

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI I° 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

Prof. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

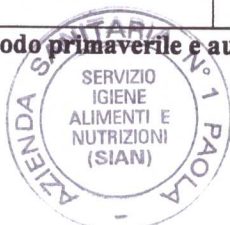
2

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

<p>A PRIMA SETTIMANA</p>	<p>B SECONDA SETTIMANA</p>
<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

Prof. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

3

MENU' SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE E SECONDARIE DI 1° 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. 928 Sian
22/10/2018



ASP COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
sa: Ivana Ines Gino

4

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
<u>PASTA O RISO O GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO</u> 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.	<u>RISOTTO AL POMODORO E FORMAGGI</u> 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.
<u>RISO E PATATE IN BIANCO</u> 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.	<u>RISO AL POMODORO AL FORNO</u> 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.
<u>PASTA E LENTICCHIE</u> 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.	<u>PASTA E CECI</u> 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.
<u>SPUMA DI PATATE AL FORNO</u> Latte UHT Fiocchi 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.	<u>**MINISTRONE CON PASTA O RISO</u> Pasta Riso **Minestrone Patate Fresche Pomodori pelati Olio EVI 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.
<u>PASTA CON FAGIOLI</u> 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.	<u>PASTA O RISO E **PISELLI</u> 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.
<u>PASTA E PATATE AL POMODORO</u> 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.	<u>RISOTTO CON**PISELLI AL FORNO</u> 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.
<u>RISOTTO CON ZUCCA O **ZUCCHINE</u> 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.	<u>TIMBALLO DI PASTA AL FORNO</u> 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 - 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa Ivana Ines Gino

5

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. 928 Sian
 22/10/2018



ASP - COSENZA
 Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
 Medico Responsabile
 Dott.ssa: Ivana Ines Gino

6

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 INFANZI A	BAMBINI PRIMARI A	BAMBINI SECONDARI A
<u>FRITTATA LA FORNO CON CACIOCAVALLO</u> 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.	<u>POLPETTE DI MAIALE AL FORNO</u> 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.
<u>STRACCETTI DI POLLO IN PADELLA</u> 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	<u>HAMBURGER DI VITELLO</u> Carne di Vitello 1 ^a scelta Olio EVO Sale e odori quanto basta	Gr.70 Gr.5	Gr.80 Gr.5	Gr.90 Gr.5
<u>PIZZAIOLO DI VITELLO</u> 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	<u>OMELETTE AL FORNO CON CACIOCAVALLO</u> 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.
<u>BOCCONCINI DI MOZZARELLA DI GR. 30 cd</u>	N°2	N°3	N°4	<u>FORMAGGIO FRESCO SPALMABILE O A PASTA MOLLE</u> (crescenza, stracchino, pre alpi, caciotta fresca)	Gr.60	Gr.70	Gr.80
<u>BASTONCINI DI FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO</u> ** Bastoncini di filetto di merluzzo Olio EVO	N°3 Gr.5	N°4 Gr.5	N°5 Gr.5	<u>FILETTI DI **MERLUZZO IMPANATO AL FORNO</u> 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
<u>COTOLETTA DI VITELLO AL FORNO</u> 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.	<u>SOVRACOSCE DI POLLO AL FORNO</u> 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.
<u>FILONE DI MAIALE AL FORNO</u> 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.	<u>FILETTO DI **PLATESSA IMPANATO AL FORNO</u> 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
<u>COTOLETTA DI FILETTO DI **MERLUZZO AL FORNO</u> Cotoletta di filetto **merluzzo Olio EVO	N°1 Gr.5	N°1 Gr.5	N°1 Gr.5	<u>BOCCONC. DI MOZZARELL. E PROSC. COTTO s.p. O BRESAOLA</u> 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. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino

POLPETTE DI VITELO 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. q.b.	Gr.60 N°1 Gr.5 q.b. q.b.	Gr.70 N°1 Gr.5 q.b. 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. 928 Sian

26/10/2018



ASP - COSENZA
 Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
 Medico Responsabile
 Dott.ssa: Ivana Ines Gino

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

Prot. 928 Sian
22/10/2018



ASP - GOSENZA
 Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
 Medico Responsabile
 Dott.ssa: Ivana Ines Gino

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
PANINO	GR.60	GR.80	GR.100	FRUTTA <u>La frutta deve essere di stagione</u>	GR.120	GR.150	GR.180
***TURDILLI O PANDORO	N°1 N°1FETTA	N°1 N°1FETTA	N°1 N°1FETTA	***COLOMBA PASQUALE	N°1 FETTA	N°1 FETTA	N°1 FETTA
***CHIACCHIERE	N°1	N°1	N°1	SUCCO DI FRUTTA IN BRICK	200 ML	200ML	200 ML
PUREA DI FRUTTA (100% polpa di frutta)	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) *** 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) Assicurare che i filetti di pesce serviti a mensa siano deliscati 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 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. 928 Sian
22/10/2018



ASP - COSENZA
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN)
Medico Responsabile
Dott.ssa: Ivana Ines Gino