



Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via Ciccozzi - 85100 Potenza
Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0971/48550
e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A.Caputo

MENU REFEZIONE SCOLASTICA PRIMAVERA-ESTATE 17 SET. 2019

Prot.n. 095004

I SETTIMANA		II SETTIMANA		III SETTIMANA		IV SETTIMANA			
LUNEDI' Insalata di pasta con fagioli Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI' Pasta con pomodorini e basilico Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI' Insalata di riso Cuori di nasello gratinati Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI' Pasta al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI' Pasta alla melanzane Mozzarella o scamorza Insalata di patate Pane Frutta	LUNEDI' Pasta piselli e pomodorini Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI' Pasta al pomodoro Riccotta Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI' Insalata di pasta con ceci Frittata alle verdure Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI' Pasta al pesto Scaloppina al limone Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI' Riso al forno Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
LUNEDI' Insalata di pasta con piselli Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI' Pasta con pomodorini Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI' Risotto alle verdure Persico con pomodorini Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI' Pasta al pomodoro Lonza di maiale agli aromi Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI' Pasta alle zucchini Bastoncini di merluzzo Insalata di patate Pane Frutta	LUNEDI' Insalata di riso Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI' Pasta al pomodoro Cotoletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI' Pasta con piselli Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI' Pasta al ragu' vegetale Riccotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI' Pasta con pesto Sogliola al forno Verdura di stagione Pane Frutta

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dr. *Maria COPPOLA*
Piazzetta
Le tabelle dietetiche non necessitano di revisione periodica, se non formalmente richiesta dai Comuni



Azienda Sanitaria Locale di Potenza
A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
Dr. *Cahip CUFINO*



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A.Caputo

Prot.n.

095004
 17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
1° Settimana

LUNEDI'

Insalata di pasta con fagioli Pasta di semola
Frittata Fagioli cotti, sgocciolati
Verdura di stagione Aromi (pomodoro, sedano...)
 Uovo
 Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr120
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
gr 100	gr 150	gr 200

MARTEDI'

Pasta con pomodorini e basilico Pasta di semola
Fuselli di pollo al forno Passata di pomodoro
Verdura di stagione Pollo (coscia, fusi)
 Ortaggi

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
gr 70	gr 100	gr 150

MERCOLEDI'

Insalata di riso Riso
Cuori di nasello gratinati Verudre miste
Verdura di stagione Filetti di nasello
 Pangrattato, prezzemolo
 Insalata di stagione

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 130
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

GIOVEDI'

Pasta al pomodoro Pasta di semola
Lonza di maiale al forno Passata di pomodoro
Verdura di stagione Maiale magro (lonza, arista)
 Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
gr 100	gr 150	gr 200

VENERDI'

Pasta alle melanzane Pasta di semola
Mozzarella o scamorza Filetti di melanzana, pomodoro
Insalata di patate Mozzarella o scamorza
 Patate
 Prezzemolo

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 50	gr 60	gr 80
gr 100	gr 100	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane
 Frutta di stagione
 Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	Gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
 Il Dirigente Medico
 Dr. Canio CUFINO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A. Caputo

Prot.n.

095004
 17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA

2° Settimana

LUNEDI'

Pasta con piselli e pomodorini Pasta di semola
Prosciutto cotto magro Piselli cotti, sgocciolati
Verdura di stagione Pomodorini
 Prosciutto cotto magro
 Verdura cotta

MARTEDI'

Pasta al pomodoro Pasta di semola
Ricotta Passata di pomodoro
Verdura di stagione Ricotta
 Ortaggi

MERCOLEDI'

Insalata di pasta con ceci Pasta di semola
Frittata alle verdure Ceci cotti, sgocciolati
Verdura di stagione Aromi (pomodoro, sedano...)
 Uovo
 Verdure di stagione (es.spinaci)
 Insalata di stagione

GIOVEDI'

Pasta al pesto Pasta di semola
Scaloppina al limone Pesto
Verdura di stagione Vitello
 Burro
 Farina, limone
 Verdura cotta

VENERDI'

Riso con verdure al forno Riso
Bastoncini di merluzzo al forno Verdure di stagione
Verdura di stagione Parmigiano o grana
 Bastoncini di merluzzo
 Ortaggi

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane
 Frutta di stagione
 Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr 120
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 120
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr120
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 50	gr 50

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 5	gr 10	gr 10
Gr 60	Gr 80	gr 100
gr 5	gr 5	gr 5
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 10	gr 10
n.2	n.3	n.4
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenz.
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA



Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
 Il Dirigente Medico
 Dr. Carlo CUFINO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti - 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A.Caputo

Prot.n.

095004
 17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 3° Settimana

LUNEDI'

Insalata di pasta con Piselli Pasta di semola
Mozzarella o scamorza Piselli cotti, sgocciolati
Verdura di stagione Aromi (pomodoro, sedano...)
 Mozzarella o scamorza
 Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr30	gr40	gr60
gr60	gr90	gr120
q.b.	q.b.	q.b.
gr50	gr60	gr80
gr100	gr150	gr200

MARTEDI'

Pasta con pomodoro Pasta di semola
Frittata Passata di pomodoro
Verdura di stagione Uovo
 Prezzemolo
 Ortaggi

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr40	gr50	gr80
q.b.	q.b.	q.b.
gr60	gr60	gr60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 70	gr 100	gr 150

MERCOLEDI'

Risotto alle verdure Riso
Persico con pomodorini ed aromi Verdure di stagione a tocchetti
Verdura di stagione Filetti di Persico
 Pomodorini, origano
 Insalata di stagione

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr40	gr50	gr80
q.b.	q.b.	q.b.
gr80	gr100	gr130
q.b.	q.b.	q.b.
gr30	gr50	gr50

GIOVEDI'

Pasta al pomodoro Pasta di semola
Lonza di maiale agli aromi Passata di pomodoro, parmigiano...
Verdura di stagione Maiale magro (lonza, arista)
 Rosmarino...
 Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr60	gr80	gr100
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 150	gr 200

VENERDI'

Pasta alle zucchini Pasta di semola
Bastoncini di merluzzo Zucchini
Insalata di patate Bastoncini di merluzzo
 Patate

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
n.2	n.3	n.4
gr 100	gr 100	gr 150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane
 Frutta di stagione
 Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA



Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
 Dirigente Medico
 Dr. Claudio CUFINO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A.Caputo

Prot.n.

095004

17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 4° Settimana

LUNEDI'

Insalata di riso Riso
Prosciutto cotto magro Verdure di stagione
Verdura di stagione Prosciutto cotto magro
 Verdura cotta

MARTEDI'

Pasta al pomodoro Pasta di semola
Cotoletta di pollo Passata di pomodoro
Verdura di stagione Petto di pollo
 Pangrattato
 Uovo
 Ortaggi

MERCOLEDI'

Pasta con piselli Pasta di semola
Frittata Piselli cotti, sgocciolati
Verdura di stagione Uovo
 Insalata di stagione

GIOVEDI'

Pasta con Ragù vegetale Pasta di semola
Ricotta Passata di pomodoro, verdure
Verdura di stagione Ricotta
 Verdura cotta

VENERDI'

Pasta con pesto Pasta di semola
Sogliola al forno Pesto
Verdura di stagione Filetti di sogliola
 Ortaggi

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane
 Frutta di stagione
 Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
q.b.	q.b.	q.b.
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr60	gr80	gr100
q.b.	q.b.	q.b.
q.b.	q.b.	q.b.
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr120
gr 60	gr 60	gr 60
gr 30	gr 50	gr 50

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 5	gr 10	gr 10
gr80	gr 100	gr 130
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenz.
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA



Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
 Il Dirigente Medico
 Dr. Carlo CURINO



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
BASILICATA
Azienda Sanitaria locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via Ciccotti - 85100 Potenza
Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
e.mail: sian.potenza@aspsbasilicata.it
pec: sian.potenza@pec.aspsbasilicata.it

Tabella dietetiche A.S. 2019-2020
COMUNE DI ROCCANOVA



il 30° Genio della Scuola

MENU REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO - INVERNO

Prot.n. **095004**

17 SET 2019

Il Direttore: Dr A. Caputo

I SETTIMANA	LUNEDI'	Pasta e fagioli Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Pasta al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Pasta con pesto Mozzarella o scamorza Purè di patate Pane Frutta	GIOVEDI'	Gnocchi al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
	LUNEDI'	Pasta e piselli Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Riso al pomodoro Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Pasta con zucchine Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI'	Lasagna alla bolognese Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pasta con minestrone Persico con i pomodorini Patate al forno Pane Frutta
II SETTIMANA	LUNEDI'	Pasta e lenticchie Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Pasta al pomodoro Cotiletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Pasta con pesto Sogliola al forno Insalata di patate Pane Frutta	GIOVEDI'	Pasta al pomodoro Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
	LUNEDI'	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Riso al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Lasagne di verdure Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI'	Gnocchi al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pasta con passato di verdura Nasello al forno gratinato Patate al forno Pane Frutta
III SETTIMANA	LUNEDI'	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Riso al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Lasagne di verdure Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI'	Gnocchi al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pasta con passato di verdura Nasello al forno gratinato Patate al forno Pane Frutta
	LUNEDI'	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Riso al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Lasagne di verdure Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI'	Gnocchi al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pasta con passato di verdura Nasello al forno gratinato Patate al forno Pane Frutta
IV SETTIMANA	LUNEDI'	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Riso al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Lasagne di verdure Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI'	Gnocchi al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pasta con passato di verdura Nasello al forno gratinato Patate al forno Pane Frutta
	LUNEDI'	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	MARTEDI'	Riso al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	MERCOLEDI'	Lasagne di verdure Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	GIOVEDI'	Gnocchi al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta	VENERDI'	Pasta con passato di verdura Nasello al forno gratinato Patate al forno Pane Frutta

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione



Azienda Sanitaria Locale di Potenza
A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
Il Dirigente Medico
Dr. Carlo CUPFINO

Dr. Maria COPPOLA Dietista
Le tabelle dietetiche non necessitano di revisione periodica, se non formalmente richiesta dai Comuni



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A. Caputo

Prot. n. 095004

17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 1° Settimana

LUNEDI'

Pasta e fagioli

Pasta di semola

Frittata

Fagioli cotti, sgocciolati

Verdura di stagione

Aromi (pomodoro, sedano...)

Uovo

Parmigiano o grana

Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr120
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
gr 5	gr 5	gr 5
gr 100	gr 150	gr 200

MARTEDI'

Pasta al pomodoro

Pasta di semola

Scaloppina di vitello

Passata di pomodoro

Verdura di stagione

Vitello (noce)

Farina

Burro

Ortaggi

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5
gr 70	gr 100	gr 150

MERCOLEDI'

Pasta con pesto

Pasta di semola

Mozzarella o scamorza

Pesto

Purè di patate

Mozzarella o scamorza

Patate

Latte parzialmente scremato

Burro

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 15	gr 20	gr 30
gr 50	gr 60	gr 80
gr 100	gr 100	gr 150
q.b.	q.b.	q.b.
gr 3	gr 3	gr 3

GIOVEDI'

Gnocchi al pomodoro

Gnocchi di patate

Lonza di maiale al forno

Passata di pomodoro

Verdura di stagione

Maiale magro (lonza, arista)

Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 80	gr 100	gr 160
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
gr 100	gr 150	gr 200

VENERDI'

Pastina in brodo vegetale

Pasta di semola

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdure per brodo (carota, sedano..)

Verdura di stagione

Bastoncini di merluzzo

Insalata di stagione

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 70
q.b.	q.b.	q.b.
n.2	n.3	n.4
gr 30	gr 50	gr 50

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane

Frutta di stagione

Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	Gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

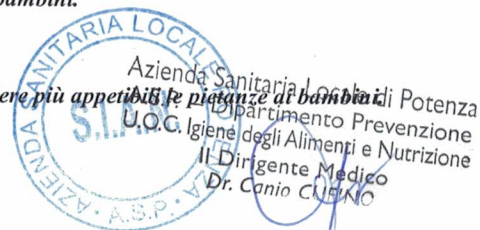
Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaio di Parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibile le pietanze di bambini.

S.P. - Dipartimento Prevenzione
 D.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA





SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A. Caputo

Prot. n. 095004
 17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 2° Settimana

LUNEDI'

<i>Pasta e piselli</i>	<i>Pasta di semola</i>
<i>Prosciutto cotto magro</i>	<i>Piselli cotti, sgocciolati</i>
<i>Verdura di stagione</i>	<i>Prosciutto cotto magro</i>
	<i>Verdura cotta</i>

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr 60	gr 90	gr 120
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

MARTEDI'

<i>Riso al pomodoro</i>	<i>Riso</i>
<i>Fusi di pollo al forno</i>	<i>Passata di pomodoro</i>
<i>Verdura di stagione</i>	<i>Pollo (fusi, coscia disossata)</i>
	<i>Ortaggi</i>

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
gr 70	gr 100	gr 150

MERCOLEDI'

<i>Pasta con zucchine</i>	<i>Pasta di semola</i>
<i>Frittata</i>	<i>Zucchine</i>
<i>Verdura di stagione</i>	<i>Uovo</i>
	<i>Parmigiano o grana</i>
	<i>Insalata di stagione</i>

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
gr 5	gr 5	gr 5
gr 30	gr 50	gr 50

GIOVEDI'

<i>Lasagna alla bolognese</i>	<i>Sfoglie per lasagna</i>
<i>Ricotta</i>	<i>Passata di pomodoro</i>
<i>Verdura di stagione</i>	<i>Carne bovina macinata</i>
	<i>Ricotta</i>
	<i>Verdura cotta</i>

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 60	gr 90
q.b.	q.b.	q.b.
gr 20	gr 30	gr 40
gr 100	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

VENERDI'

<i>Pasta con minestrone o passato di verdure</i>	<i>Pasta di semola o riso</i>
<i>Persico con i pomodorini</i>	<i>Verdure di stagione</i>
<i>Patate al forno</i>	<i>Filetti di Persico</i>
	<i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i>
	<i>Patate</i>

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 130
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 150

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane
Frutta di stagione
Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	Gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione
 Dietista
 Dr. Maria COPPOLA



MENU' REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO-INVERNO
 COMUNE DI ROCCANOVA
 A.S. 2019-2020



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Prot. n **095004**
17 SET. 2019

Il Direttore: Dr A.Caputo

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
3° Settimana

LUNEDI'

Pasta e lenticchie
Frittata
Verdura di stagione

Pasta di semola
Lenticchie cotte, sgocciolate
Aromi (pomodoro, sedano...)
Uovo
Parmigiano o grana
Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr120
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 60	gr 60
gr 5	gr 5	gr 5
gr 100	gr 150	gr 200

MARTEDI'

Pasta al pomodoro
Cotoletta di pollo
Verdura di stagione

Pasta di semola
Passata di pomodoro
Petto di pollo
Pangrattato
Uovo
Ortaggi

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
q.b.	q.b.	q.b.
1 ogni sei fette		
gr 70	gr 100	gr 150

MERCOLEDI'

Pasta con pesto
Sogliola al forno
Insalata di patate

Pasta di semola
Pesto
Filetti di sogliola
Pangrattato, aromi...
Patate

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
gr 15	gr 20	gr 30
gr 80	gr 100	gr 130
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 150

GIOVEDI'

Pasta al pomodoro
Mozzarella
Verdura di stagione

Pasta di semola
Passata di pomodoro
Mozzarella
Ortaggi

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 50	gr 60	gr 80
gr 70	gr 100	gr 150

VENERDI'

Pastina in brodo vegetale
Bastoncini di merluzzo al forno
Verdura di stagione

Pasta di semola
Verdure per brodo (carota, sedano..)
Bastoncini di merluzzo
Insalata di stagione

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 70
q.b.	q.b.	q.b.
n.2	n.3	n.4
gr 30	gr 50	gr 50

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane
Frutta di stagione
Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 A.S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA



MENU' REFEZIONE SCOLASTICA AUTUNNO-INVERNO
 COMUNE DI ROCCANOVA
 A.S. 2019-2020



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccotti- 85100 Potenza
 Tel. 0971/310323 - 0971/310387 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A.Caputo

Prot. n.

095004

17 SET. 2019

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 4° Settimana

LUNEDI'

Pasta e ceci

Prosciutto cotto magro

Verdura di stagione

Pasta di semola

Ceci cotti, sgocciolati

Prosciutto cotto magro

Verdura cotta

MARTEDI'

Riso al pomodoro

Scaloppina al limone

Verdura di stagione

Riso

Passata di pomodoro

Burro

Farina, limone

Vitello magro

Ortaggi

MERCOLEDI'

Lasagna alle verdure

Frittata

Verdura di stagione

Sfoglie per lasagna

Zucchine, melanzane, ...

Burro

Farina

Latte

Uovo

Parmigiano o grana

Insalata di stagione

GIOVEDI'

Gnocchi pomodoro

Ricotta

Verdura di stagione

Gnocchi

Passata di pomodoro

Ricotta

Verdura cotta

VENERDI'

Pasta con passato di verdure

Nasello al forno gratinato

Patate al forno

Pasta di semola

Verdure di stagione

Filetti di Nasello

Pangrattato

Patate

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

Pane

Frutta di stagione

Olio extravergine di oliva

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 30	gr 40	gr 60
gr60	gr90	gr120
gr 30	gr 40	gr 40
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 5	gr 5	gr 5
q.b.	q.b.	q.b.
gr 60	gr 80	gr 100
gr 70	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 60	gr 90
gr 30	gr 40	gr 50
gr 5	gr 5	gr 5
gr 5	gr 5	gr 5
gr 5	gr 5	gr 5
gr 60	gr 60	gr 60
gr 5	gr 5	gr 5
gr 30	gr 50	gr 50

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 40	gr 50	gr 80
q.b.	q.b.	q.b.
gr 80	gr 100	gr 130
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 150

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 50	gr 50	gr 50
gr 100	gr 150	gr 150
gr 10	gr 15	gr 15

Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare legumi surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.

Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.

Le verdure proposte per la preparazione dei primi piatti possono essere modificate in base ai gusti dei bambini.

Per testare il gradimento è consigliabile proporre una verdura per volta.

Si consiglia di utilizzare sale iodato.

E' possibile aggiungere un cucchiaio di olio extravergine di oliva sulle preparazioni dove lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.

Azienda Sanitaria Locale di Potenza
 S.P. - Dipartimento Prevenzione
 U.O.C. Igiene degli Alimenti e Nutrizione

Dietista
 Dr. Maria COPPOLA

