ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico (TA) Scuola Infanzia/Primaria AUTUNNO INVERNO

	1° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Risotto con carciofi/spinaci	Riso gr 50/60; Carciofi/spinaci gr 40/50; brodo vegetale q.b.; olio evo gr 5; parmigiano** gr 5
	Lonza di maiale al forno	Lonza gr 50/60, olio evo gr 5, latte ps gr 5, erbe aromatiche qb
	Insalata verde	Insalata verde gr 30/40; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola gr 50/60; pomodori pelati in scatola gr 20/30; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5
	Scamorza fresca o Mozzarella	Scamorza Fresca o Mozzarella gr.40/50
	Finocchi crudi	Finocchi gr 80/100; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta e patate	Pasta di semola gr 30/40; patate gr 60; pomodori pelati gr 30; cipolle qb; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5
	Polpette di merluzzo*	Merluzzo* gr 60/70; uovo gr 5; pangrattato gr 10; olio evo gr 5
	Carote julienne	Carote gr 80/100; Olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Pastina in brodo vegetale	Pasta di semola gr 30/40; verdure per brodo qb; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5
	Polpettone di vitellone	Vitellone (carne magra) gr 40/50; parmigiano** gr 5; pangrattato gr 10; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5; prezzemolo qb
	Insalata mista	Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Pasta fresca*** e ceci *(ciceri e trie)*	Pasta fresca gr 70/80; ceci gr 40; carote, cipolla, sedano qb; olio evo gr 5; erbe aromatiche (alloro, rosmarino) qb
	Prosciutto cotto	Prosciutto cotto gr 20/30
	Bietole al vapore	Bietole gr 100/150; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150

* alternative: platessa/sogliola/salmone gr 70/80
**alternativa: Grana Padano
***alternativa: "TRIE" pasta fresca o secca gr 30/40
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Riso gr 50/60 (50 gr = Scuola Infanzia, 60 gr = Scuola Primaria)

A.S. 2023/24 (validità 4 anni)

08 MAR. 2024

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL TA

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico (TA) Scuola Infanzia/Primaria AUTUNNO INVERNO

	2° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Pasta/Riso con verdure Straccetti di Tacchino/pollo Insalata mista Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta/Riso gr 30/40; verdure cotte gr 40/50; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5 Tacchino/pollo gr 50/60; succo di limone qb; olio evo gr 5; erbe aromatiche qb Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	Pasta integrale/semola al sugo Ricotta fresca** Bietole al vapore Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta integrale/semola gr 50/60; passata di pomodoro gr 20/30; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5 Ricotta vaccina gr 40/50 Bietole gr 100/150; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta con brodo vegetale Sovra coscia di pollo al forno Spinaci al limone Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta di semola gr 30/40; verdure per brodo q.b. Parmigiano gr 5; olio evo gr 5 Sovra coscia di Pollo gr 50/60; olio evo gr 5; aromi qb Spinaci gr 100/150; olio evo gr 5; limone qb Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Pasta e lenticchie Frittata al forno con spinaci Carote julienne Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta di semola gr 30/40; lenticchie gr 40; carote, cipolla, sedano qb; olio evo gr 5 Uovo gr 50; spinaci gr 50; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5 Carote gr 80/100; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Orecchiette fresche*****al pomodoro Schiacciatine di verdure Insalata mista Pane semintegrale Frutta di stagione	Orecchiette gr 70/80; passata di pomodoro gr 20/30; parmigiano gr 5; olio evo gr 5 Verdure gr 60/80; patate gr 20; parmigiano*** gr 5; pangrattato gr 10; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5 Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr Frutta fresca gr 150

* alternative: merluzzo/sogliola/salmone gr 70/80
** alternativa: giuncata g 40/50 o scamorza fresca gr 40/50
***alternativa: Grana Padano
****non somministrare il riso due giorni consecutivi
*****Orecchiette fresche gr 70/80 o secche gr 50/
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Pasta integrale gr 50/60 (50 gr = Scuola Infanzia, 60 gr = Scuola Primaria)

DIPARTIMENTO DI PR... ASL TA

08 MAR. 2024

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico Scuola Infanzia/Primaria AUTUNNO INVERNO

	3° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Tubettini al brodo vegetale	Pasta di semola gr 30/40; verdure per brodo qb; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5
	Polpettone di Vitello	Vitello gr 50/60; parmigiano**gr 5 pangrattato gr 10, uovo gr 5, olio evo gr 5, prezzemolo q.b.
	Finocchi crudi	Finocchi gr 80/100; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro	Pasta di semola gr 50/60; passata di pomodoro gr 20/30; parmigiano gr 5; olio evo gr 5
	Schiacciatine di verdure	Verdure gr 60/80; patate gr 20; parmigiano*** gr 5; pangrattato gr 10; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5
	Carote julienne	Carote gr 80/100; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta e fagioli	Pasta di semola gr 30/40; fagioli gr 40; carote, cipolla, sedano qb; olio evo gr 5
	Frittata al forno con spinaci	Uovo gr 50; spinaci gr 50; parmigiano*** gr 5; pangrattato gr 10; olio evo gr 5
	Bietola all'olio	Bietola gr 100/150; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Pasta al ragù	Pasta di semola gr 50/60; vitello gr 30/40; parmigiano gr 5; olio evo gr 5
	Pizza di patate *(gateau)*	Patate gr 150/180; uovo gr 20; latte di mucca parz. Scremato gr 10/15; pangrattato gr 20/30; prosciutto cotto gr 20; parmigiano*** gr 10; olio evo gr 5
	Spinaci al parmigiano	Spinaci gr 100/150; parmigiano gr 10/15; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Pasta con il tonno	Pasta di semola gr 50/60; pomodorini gr 20/30; tonno gr 30/40; olio evo gr 5
	Merluzzo al limone*	Merluzzo gr 70/80; pangrattato gr 10; limone qb; prezzemolo; olio evo gr 5
	Insalata mista	Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150

* alternative: platessa/merluzzo/sogliola gr 70/80

** alternative nella stessa quantità: scaloppina di vitello, arrosto di vitello

***alternativa: Grana Padano

NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Merluzzo gr 70/80 (70 gr = Scuola Infanzia, 80 gr = Scuola Primaria)

0 8 MAR. 2024

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL TA

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico (TA) Scuola Infanzia/Primaria AUTUNNO INVERNO ***A.S. 2023/24 (validità 4 anni)***

	4° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Riso con crema di zucchine	Riso gr 30/40; zucchine gr 80/100; brodo vegetale qb; parmigiano** gr 5; yogurt con fermenti lattici vivi o latte p.s. gr 10; olio evo gr 5
	Hamburger di pollo/tacchino	Tacchino/pollo gr 50/60; parmigiano** gr 5; pangrattato gr 10; olio evo gr 5
	Bietole all'olio	Bietola gr 100/150; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	*Orecchiette con cime di rape/broccoli*	Orecchiette fresche**** gr 70/80; cime di rapa o broccoli verdi gr 40/50; olio evo gr 5
	Scamorza fresca o mozzarella	Scamorza fresca o mozzarella gr 40/50
	Insalata verde	Insalata verde gr 30/40; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Passato di verdure con pasta	Pasta di semola gr 30/40; passato di verdure gr 80/100; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5
	Spezzatino di vitello	Vitello gr 50/60; brodo vegetale q.b.; olio evo gr 5
	Carote julienne	Carote gr 80/100; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Pasta e lenticchie	Pasta di semola gr 30/40; lenticchie gr 40; carote, cipolla, sedano q.b.; olio evo gr 5
	Omelette al forno con zucchine	Uovo gr 50, zucchine gr 50, parmigiano** gr 5; olio evo gr 5; prezzemolo q.b.
	Finocchi crudi	Finocchi gr 80/100; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Pizza di patate *(gateau)*	Patate gr 150/180; uovo gr 20; latte di mucca parz. Scremato gr 10/15; pangrattato gr 20/30; prosciutto cotto gr 20; parmigiano*** gr 10; olio evo gr 5
	Platessa gratinata*	Platessa gr 70/80; pangrattato gr 10; olio evo gr 5
	Insalata mista	Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150

* alternative: merluzzo/sogliola/salmone gr 70/80
**alternativa: Grana Padano
***Legumi: vietate fave e piselli
*****Orecchiette fresche gr 70/80 o secche gr 50/60
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Riso gr 50/60 (50 gr = Scuola Infanzia, 60 gr = Scuola Primaria)

DIPARTIMENTO DI PR

0 8 MAR. 2024

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico Scuola Infanzia/Primaria PRIMAVERA ESTATE ***A.S. 2023/24 (validità 4 anni)***

	1° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Pasta ai peperoni e/o melanzane	Pasta di semola gr 50/60; peperoni/melanzane gr 40/50; pomodorini gr 10; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5; basilico qb
	Giuncata o mozzarella**	Giuncata/mozzarella gr 40/50
	Insalata mista	Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi o pagnottelle/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	Risotto con zucchine	Riso gr 50/60; verdure per brodo vegetale qb; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5
	Tacchino/pollo alla pizzaiola	Tacchino/pollo gr 50/60; pomodorini gr 20; capperi, olive e cipolla qb; olio evo gr 5
	Carote julienne	Carote gr 80/100; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta al pomodoro fresco	Pasta di semola gr 50/60; pomodorini gr 50; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5
	Merluzzo in umido*	Filetto di merluzzo gr 70/80; prezzemolo, erbe aromatiche qb; olio evo gr 5
	Spinaci al limone	Spinaci gr 100/150; olio evo gr 5; limone qb
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Farro/riso e lenticchie	Farro/riso gr 30/40; lenticchie gr 40; sedano, carote qb; olio evo gr 5
	Polpette di melanzane/zucchine	Melanzane/zucchine gr 60/80; patate gr 20; parmigiano*** gr 5; pangrattato gr 10; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5
	Insalata di pomodori e pagnottelle	Pomodori da insalata gr 50; pagnottelle gr 50; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Pasta integrale primavera	Pasta integrale gr 50/60; pomodori pelati gr 30; cipolla, sedano, prezzemolo, carote, rosmarino, basilico q.b; parmigiano*** gr 5; olio evo gr 5
	Frittata al forno	Uovo gr 50; parmigiano gr 5; pangrattato gr 5; olio evo gr 5
	Zucchine trifolate	Zucchine gr 100/150; olio evo gr 5
	Pane semintegrale	Pane semintegrale gr 40
	Frutta di stagione	Frutta fresca gr 150

* alternative: platessa/sogliola/salmone gr 70/80
** alternative: Ricotta vaccina gr 40
***alternativa: Grana Padano
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Riso gr 50/60 (50 gr = Scuola Infanzia, 60 gr = Scuola Primaria)

0 8 MAR. 2024

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
ASL TA

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico (TA) Scuola Infanzia/Primaria PRIMAVERA ESTATE ***A.S. 2023/24 (validità 4 anni)***

	2° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Riso e zucchine Lonza di maiale al forno Insalata mista Pane semintegrale Frutta di stagione	Riso gr 50/60; zucchine gr 40/50; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Lonza gr 50/60, olio evo gr 5, latte ps gr 5, erbe aromatiche qb Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi o pagnottelle/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	*Orecchiette al pomodoro** Schiacciatine di verdure Carote julienne Pane semintegrale Frutta di stagione	Orecchiette fresche gr 70/80; pomodori pelati gr 50; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5; basilico qb Verdura di stagione gr. 80/100; parmigiano grattugiato** gr 5; pangrattato gr 10; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5 Carote gr 80/100; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta alla pizzaiola Omelette al forno Insalata di pomodori Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta di semola gr 50/60; pomodorini gr 50; caperi qb; olive gr 10; olio evo gr 5 Uovo gr 50; prosciutto cotto gr 10; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Pomodori da insalata gr 80/100; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Pasta e lenticchie Straccetti di pollo al limone Spinaci all'olio Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta gr 30/40; lenticchie gr 40; sedano, carote qb; olio evo gr 5 Pollo straccetti gr 50/60; farina gr 10; olio evo gr 5; succo di limone qb Spinaci gr 100/150; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Insalata fresca di pasta Platessa gratinata*** Insalata di pomodori e pagnottelle Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta gr 50/60; pomodorini gr 50; scamorza fresca gr 20/30; olio evo gr 5; basilico qb Platessa gr 70/80; pangrattato gr 10; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Pomodori da insalata gr 50; pagnottelle gr 50; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150

DIPARTIMENTO DI PREV ASL TA

10 8 MAR. 2024

*Orecchiette fresche gr 70/80 o secche gr 50/60
**alternativa: Grana Padano
*** alternative: merluzzo/sogliola gr 70/80
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Orecchiette fresche gr 70/80 (0 gr = Scuola Infanzia, 80 gr = Scuola Primaria)

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune Di San Giorgio Jonico (TA) Scuola Infanzia/Primaria PRIMAVERA ESTATE ***A.S. 2023/24 (validità 4 anni)***

	3° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Riso con crema di carote Schiacciatina di pollo Zucchine trifolate Pane semintegrale Frutta di stagione	Riso gr 30/40; carote gr 80/100; parmigiano gr 5; yogurt con fermenti lattici vivi/latte ps gr 10; olio evo gr 5 Pollo gr 40/50; parmigiano** gr 5; uovo di gallina gr 5 Zucchine gr 100/150; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	Pasta con zucchine Mozzarella o scamorza fresca Insalata di pomodori e pagnottelle Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta di semola 40/50; zucchine gr 40/50; parmigiano gr. 5; olio evo gr 5 Mozzarella gr 40/ 50 o scamorza fresca gr 40/50 Pomodori da insalata gr 50; pagnottelle gr 50; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta con Ragù Polpette di vitello Carote julienne Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta di semola gr 50/60; vitello gr 30/40; parmigiano gr 5; olio evo gr 5 Vitello (carne magra) gr 40/50; parmigiano** gr 5; pangrattato gr 10; passata di pomodoro gr 20/30; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5 Carote gr 80/100; Olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Pasta integrale con verdure Omelette al forno Insalata di pomodori Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta integrale gr 50/60; pomodori pelati gr 30/freschi gr 60; melanzane gr 30; olive gr 5; parmigiano** gr 5 olio evo gr 5; basilico qb Uovo gr 50; prosciutto cotto gr 10; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Pomodori da insalata gr 80/100; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Pasta al pomodoro Merluzzo gratinato* Insalata mista Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta gr 50/60; pomodori pelati in scatola gr 20/30; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Merluzzo gr 70/80; erbe aromatiche (origano) qb; pangrattato gr 10; olio evo gr 5 Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi o pagnottelle/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150

* alternative: platessa/sogliola gr 70/80
**alternativa: Grana Padano
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Riso gr 50/60 (50 gr = Scuola Infanzia, 60 gr = Scuola Primaria)

08 MAR. 2024

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN
Direttore: Dott. Armando Durante
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto
tel. 099 4585-696 (Segreteria)/-698(Direttore)/-667(Dirigente)
e-mail: *sian@asl.taranto.it* pec: *dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it*

TABELLE DIETETICHE, Comune di San Giorgio Jonico (TA) Scuola Infanzia/Primaria PRIMAVERA ESTATE ***A.S. 2023/24 (validità 4 anni)***

	4° SETTIMANA	Quantità alimenti
LUNEDÌ	Insalata fresca di orzo/riso Pollo arrosto Insalata di pomodori e pagnottelle Pane semintegrale Frutta di stagione	Orzo/riso gr 50/60; pomodorini gr 50; scamorza fresca gr 20/30; olio evo gr 5; basilico qb Sovra coscia di pollo disossata gr 60; olio evo gr 5; aromi qb Pomodori da insalata gr 50; pagnottelle gr 50; olio evo gr Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro fresco Merluzzo gratinato* Fagiolini all'olio Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta gr 50/60; pomodorini gr 50; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Merluzzo gr 70/80; olio evo gr 5; pangrattato gr 10 Fagiolini gr 100/150; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
MERCOLEDÌ	Pasta e lenticchie Polpette di melanzane Insalata mista Pane semintegrale Frutta di stagione	Pasta di semola gr 30/40; lenticchie gr 40; carote, cipolla, sedano qb; olio evo gr 5 Melanzane gr. 60/80; patate gr 20; parmigiano grattugiato** gr 5; pangrattato gr 10; uovo di gallina gr 5; olio evo gr 5 Insalata verde gr 20/30; carote/finocchi o pagnottelle/pomodori gr 20/30; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
GIOVEDÌ	Antipasto di pagnottelle Pasta al forno Carote all'olio Pane semintegrale Frutta di stagione	Pagnottelle crude gr 50 Pasta gr 50/60; pomodori pelati in scatola gr 20/30; scamorza fresca gr 30/40; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Carote gr 80/100; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150
VENERDÌ	Passato di verdure con farro/riso Hamburger di vitellone Insalata di pomodori Pane semintegrale Frutta di stagione	Farro/riso gr 30/40; passato di verdure gr 80/100; parmigiano** gr 5; olio evo gr 5 Vitellone gr 40/50; parmigiano** gr 5; pangrattato gr 10; olio evo gr 5 Pomodori da insalata gr 80/100; olio evo gr 5 Pane semintegrale gr 40 Frutta fresca gr 150

* alternative: sogliola/platessa/salmone gr 70/80
**alternativa: Grana Padano
***alternativa: "TRIE" pasta fresca o secca
NB: Le prime quantità si riferiscono alla Scuola dell'Infanzia, le seconde alla Scuola Primaria. Es: Orzo gr 50/60 (50 gr = Scuola Infanzia, 60 gr = Scuola Primaria)

'0 8 MAR. 2024

DIPARTIMENTO DI PREV... ASL TA