

TABELLA DIETETICA: AUTUNNO/INVERNO

MICRONIDO – SCUOLA DELL'INFANZIA – SCUOLA PRIMARIA – SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO – PASTI A DOMICILIO ANZIANI E SOGGETTI NON AUTOSUFFICIENTI

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Gnocchetti sardi al sugo (2)	Pizza Margherita (4)	Pasta al sugo (2)	Minestrina in brodo di carne (13)	Pizza Margherita (4)
	Formaggio fresco (22)	Prosciutto cotto (21)	Polpettone (18)	Bollito di carne (19) / Carne ai ferri (17)	Prosciutto cotto (21)
	Verdure crude/Verdura cotta*	Verdure crude	Verdure crude/cotte*	Patate	Verdure miste
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
MARTEDÌ	Minestrina in brodo di carne (13)	Lasagne al sugo (5)	Pasta al pesto (1) / Pasta al tonno / Pasta al pomodoro (2)*	Pizza Margherita (4)	Minestrina in brodo di carne (13)
	Bollito di carne (19) / Carne ai ferri (17)	Formaggio fresco (22)	Frittata con verdure (23) / Uova / Uova strapazzate*	Prosciutto cotto (21)	Bollito di carne (19) / Carne ai ferri (17)
	Patate e carote	Verdure crude	Verdure crude	Verdure crude	Verdure crude
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Yogurt alla frutta / Budino	Frutta	Frutta	Frutta
MERCOLEDÌ	Risotto allo zafferano (10)	Riso al pomodoro (9)	Passato di verdure con pastina (14) / Minestra di legumi (16)	Pasta al sugo (2)	Pasta al pesto (1)
	Pesce alla livornese (27) / Crocchette di pesce (26)	Fettina impanata	Arista al forno (17)	Pesce alla livornese o pizzaiola (27)	Bastoncini di pesce (26) / Crocchette di pesce (26)
	Verdure crude	Verdure crude / Verdura cotta*	Verdura cotta*/cruda	Insalata di verdure crude	Patate
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
GIOVEDÌ	Passato di verdure con pastina (14)	Pasta con ricotta (6)	Ravioli di ricotta al sugo (7)	Passato di verdure con pastina (14)	Risotto allo zafferano (10)
	Pollo arrosto (18)	Pesce al forno (27) / Crocchette di pesce (26)	Bastoncini di pesce (26)	Hamburger (18)	Polpette al forno (18)
	Verdure crude/cotte	Verdure crude/cotte	Verdure crude	Verdure crude / Verdura cotta*	Verdure miste
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Budino/Torta/Crostata	Frutta
VENERDÌ	Pasta in bianco (1)	Minestrina in brodo di carne (13)	Risotto allo zafferano (10) / Riso al pomodoro (9)*	Risotto al sugo (9)	Gnocchetti sardi al pomodoro fresco (2)
	Tortino di verdure (23)	Bollito di carne (19) / Carne ai ferri (17)	Formaggio dolce (22)	Formaggio dolce (22)	Mozzarella (22) / Formaggio dolce (22)
	Verdure crude	Patate	Patate	Verdure cotte	Verdura cotta
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

* Si riferisce al piatto diversificato per il Micronido.

18/09/2022



Dietista del S.I.A.N.

(Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione)

Dot. ssa Maria Grazia Milla

Maria Grazia Milla

TABELLA DIETETICA: PRIMAVERA/ESTATE

MICRONIDO – SCUOLA DELL'INFANZIA – SCUOLA PRIMARIA – SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO – PASTI A DOMICILIO ANZIANI E SOGGETTI NON AUTOSUFFICIENTI

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta con verdure (1) / Passato di verdure con pastina (14)	Pasta al sugo (2)	Pasta al tonno (3) / Pasta al pesto (1)	Gnocchi di patate (8)	Ravioli di ricotta al sugo (7)
	Fettine di bovino in umido (17)	Bastoncini di pesce (26)	Pesce al forno in umido (27)	Fettine in umido (17)	Formaggio fresco o Mozzarella (22)
	Verdure crude	Verdure cotte	Verdure cotte	Verdure crude	Verdure crude
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
MARTEDÌ	Gnocchetti sardi al pomodoro fresco (2)	Minestrina in brodo di carne (13)	Pasta con ricotta (6) o al ragù (2)	Pizza (4)	Risotto al sugo (9)
	Tortino di verdure (23) / Uova strapazzate / Uova	Bollito di carne (19) / Carne ai ferri (17)	Formaggio dolce (22)	Prosciutto cotto (21)	Fettina impanata
	Verdure crude	Patate	Verdure crude	Verdure crude	Verdura cotta
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
MERCOLEDÌ	Pasta in bianco (1)	Ravioli di ricotta al sugo (7)	Crema di verdure estive con pastina/crostini (15)	Pasta al sugo (2)	Insalata di pasta
	Formaggio fresco o Mozzarella (22)	Formaggio dolce (22)	Pollo arrosto o in umido (17)	Frittata con verdure (23) / Uova / Uova strapazzate*	Pesce al forno in umido (27)
	Carote olio e limone	Verdure crude	Patate	Insalata di verdure fresche	Verdure crude
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
GIOVEDÌ	Risotto al sugo (9)	Pizza (4)	Pasta al sugo (2) / Passato di verdure con pastina (14)*	Vellutata di verdure con pastina/crostini (15)	Minestra in brodo vegetale (12)*
	Pesce alla livornese (27)	Prosciutto cotto (21)	Frittata con verdure (23) / Uova strapazzate / Uova	Polpette al forno (18)	Polpette al sugo
	Patate	Verdure crude	Verdure crude	Patate	Carote olio e limone
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Budino/Torta/Crostata	Frutta
VENERDÌ	Minestrone estivo (12)	Risotto con verdure (10) / Minestra in brodo vegetale (12)*	Riso al pomodoro (9)	Risotto allo zafferano (10) / Minestra in brodo vegetale (12)	Pizza Margherita (4)
	Polpettone (18)	Fettina impanata	Bocconcini di bovino in umido (17)	Bastoncini di pesce (26)	Prosciutto cotto (21)
	Verdura cotta	Verdure crude	Verdure crude	Verdure cotte	Verdure crude
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta

* Si riferisce al piatto diversificato per il Micronido.

28/09/2022



Dietista del S.I.A.N

(Servizio Igienico Alimentare e Nutrizione)

Dott. ssa Maria Grazia Milla

Maria Grazia Milla