



TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n. 0142313 del 22/09/2021
1° settimana
quantità alimentari (gr)

L U N E D I'	<ul style="list-style-type: none"> • ORZO PERLATO CON LENTICCHIE ROSSE • CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) • VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Orzo perlato o altri cereali in chicchi 40; Lenticchie rosse DECORTIFICATE 30; Parmig. regg. 5; Olio EVO 5 • Ricotta vaccina 30; Verdure miste 80; Patate 30; Parmigiano Reggiano 5; Pangrattato. 12; Olio EVO 5 • (preparate dal cuoco) • Verdure di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 150
M A R T E D I'	<ul style="list-style-type: none"> • FUSILLI AL POMODORO • CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO • VERDURA COTTA DI STAGIONE CON PINOLI • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 • Cuori di merluzzo 60; Olio EVO 5; pangrattato e aromi q.b. • Verdura di stagione 150; Olio EVO 5; Pinoli tritati 10 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 150
M E R C O L E D I'	<ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINA IN VELLUTATA DI VERDURE MISTE • BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO AL LIMONE • VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina di semola 25; Verdure miste 150; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; • Petto di pollo 50; Olio EVO 5; Limone e farina q.b. • Verdura di stagione a foglia 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 150
G I O V E D I'	<ul style="list-style-type: none"> • SPAGHETTI SPEZZATI AL SUGO DI TONNO • FRITTATA AL LATTE E PARMIGIANO • CICORIE NOSTRANE (O ALTRA VERDURA) ALL'OLIO • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 50; Pomodori pelati 50, Tonno in scatola all'olio di oliva sgocciolato 20; Olio EVO 5 • Uovo n.1 (55 gr); Parmigiano reggiano 10; latte Q.B. • Verdura di stagione 150; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 150
V E N E R D I'	<ul style="list-style-type: none"> • ANTIPASTO DI FINOCCHI • RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE) • ASIAGO/RICOTTINA FRESCA • VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE • PANE DI TIPO 1 • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Finocchi crudi 100 • Riso parboiled 50; radicchio rosso 70; parmigiano 5; olio EVO 5 • Asiago a fette 40 oppure Ricotta di siero vaccina 60 • Verdura cruda di stagione a foglia 40; Olio EVO 5 • Pane con farina di tipo 1 40 • Frutta fresca 150

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa **Katia NOVELLI**

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. **Giuseppe NUCCIO**

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa **Marina COLUCCIA**



TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n. 0142313 del 22/09/2021

2° settimana

quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> PIPE IN BRODO VEGETALE LONZA AL LATTE, AL FORNO/SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE INSALATA DI PATATE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pastina secca 25; Verdure miste 150; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Lonza 50; latte fresco intero 15 ml; cipolla, salvia, rosmarino q.b. Olio EVO 5/ALTERNATIVA: Lonza 50; farina e limone q.b.; Olio EVO 5 Patate 120 (prezzemolo Q.B. facoltativo); Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> PIZZA MARGHERITA (piatto unico) PROSCIUTTO COTTO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Trancio 80 Prosciutto cotto gr 25 Verdura di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 Frutta fresca 150
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> PENNETTE SEMI-INTEGRALI CON RICOTTA AL SUGO SCHIACCIATINA DI SEPPIE E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA A FOGLIA CON PINOLI PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta semi-integrale 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5; ricotta 20; basilico q.b. Seppia 30; Merluzzo 30; Pane grattugiato 10; Patata 10; Uovo 5; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione a foglia 40; Olio EVO 5; Pinoli tritati 10 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> MARGHERITINE IN PURE' DI FAVE BURGER DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) INSALATA VERDE MISTA PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca o altro cereale 25; Fave o altri legumi secchi 25; Olio EVO 5 Ricotta vaccina 30; Verdure miste 80; Patate 20; Parmigiano Reggiano 5; Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Misto di insalate VERDI (insalata riccia, lattuga, rucola...) 40; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> CAVATELLI FRESCHI AL POMODORO FILETTO DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Cavatelli freschi 60; Pomodori pelati 50; sed./car./cip. q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Filetto di pesce bianco (merluzzo o platessa) 60; farina di mais, aglio (facoltativo), pangrattato, prezzemolo Q.B. Verdure di stagione 150; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa **Katia NOVELLI**

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott. **Giuseppe NUCCIO**

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa **Marina COLUCCIA**



TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n. 0142313 del 22/09/2021
3° settimana
quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> MACCHERONCINI CON SALSINA DI NOCI (preparata dal cuoco) SOFFICE FRITTATA AI CARCIOFI, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; noci sguosciate tritate 5; Parmigiano reggiano 5; latte 40; farina 2; sale e noce moscata Q.B. olio EVO 2 (TOTALE 50 GR DI SALSINA PER BAMBINO) (preparata dal cuoco) Uovo n.1 (55 gr); sedano, carota e cipolla q.b. carciofi (o altra verdura di stag.) 40; Olio EVO 5; latte q.b. Verdura di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARRO DECORTICATO IN CREMA DI VERDURE SOVRACOSCE DI POLLO ARROSTO CON PATATE AL FORNO /PUREA DI PATATE VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Farro decorticato o altro cereale in chicchi 25; Verdure miste 150; Olio EVO 5; Parmigiano reggiano 5 Sovracosce di pollo disossata 50; Olio EVO 5; Aromi q.b.; Patate 120; rosmarino (facoltativo) / Purea di patate: Patate 120; Latte 25; parmigiano regg. 5; Olio EVO 5 Verdura di stagione a foglia 40 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M E R C O L E D	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLI AL POMODORO SCHIACCIATINE DI TOTANI, CALAMARI E MERLUZZO, AL FORNO (preparate dal cuoco) ERBETTE COTTE (SPINACI/BIETE) PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Totani 20; Calamari 20 e Merluzzo 20; Pane grattugiato 10; Patata 10; Uovo 10; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione 150; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> LASAGNA AL RAGÙ DI CARNE/ PASTA ALL'UOVO AL RAGÙ DI CARNE/PASTA DI SEMOLA CON POLPETTE AL SUGO TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE/TRIFOLATE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca all'uovo/semola 50; Pomodori pelati 20; magro di vitellone e lonza 50; trito di carote/sedano/cipolla Q.B.; Parmigiano Reggiano 10; Olio EVO 5; [SALSA BESCIAPELLA: latte p.s.100; farina 5; Olio EVO 5]; POLPETTE AL SUGO: Macinato di vitellone 50; Parmigiano Regg. 5; Pangratt. q.b. uovo n.1 (ogni 6 bamb.); patate 15; salsa di pomodoro q.b. Verdure di stagione 150; pangrattato e prezzemolo q.b. Olio EVO 5
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> TUBETTI E PATATE POLPETTE DI ZUCCA, CECI E ROSMARINO, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Patate 40; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Zucca 30; ceci 20; Parmigiano reggiano 5; Pangrattato 10; rosmarino Q.B. Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura di stagione a julienne 100 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Katia NOVELLI

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
Il Dietista S.I.A.N.
Dott. Giuseppe NUQCIO

A.S.L. LECCE
Dipartimento di Prevenzione
La Dietista S.I.A.N.
Dott.ssa Marina COLUCCIA

TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n. 0142313 del 22/09/2021

4° settimana

quantità alimentari (gr)

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> FILINI IN MINESTRA DI VERDURE COTOLETTA DI TACCHINO DORATA AL FORNO CON FARINA DI MAIS CAVOLFIORRE/FINOCCHIO GRATINATO, AL FORNO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 25; Verdura per minestra 150; Parmigiano Reggiano 5; Olio EVO 5 Tacchino 50; farina di mais e aromi q.b.; Olio EVO 5 Verdure di stagione 150; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> SEDANI AL POMODORO POLPETTE DI TONNO E PATATE (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA DI STAGIONE A JULIENNE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Tonno all'olio d'oliva 20; patata 15; Olio EVO 5; latte 5 ml; uovo n.1 (ogni 12 bamb.); Pangrat. e prezzemolo q.b. Verdure di stagione a julienne 100; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
M E R C O L E D	<ul style="list-style-type: none"> ANTIPASTO DI CAROTE PASTA FRESCA E CECI ("CICERI E TRIE") CROCCHETTE DI VERDURA, AL FORNO (preparate dal cuoco) VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Carote crude a bastoncino 100 Pasta fresca 60; Ceci secchi 25; Olio EVO 5; sedano/carote/cipolla q.b.; rosmarino q.b.; (facoltativo) Ricotta vaccina 30; Verdure miste 80; Patate 20; Parmigiano reggiano 5; Pangrattato q.b.; Olio EVO 5 (preparate dal cuoco) Verdura a foglia di stagione 40; Olio EVO 5 Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARFALLE ALL'ORTOLANA MOZZARELLA / GIUNCATÀ SPINACI/BIETA GRATINATI, AL FORNO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE E PINOLI 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 50; ; Verdure miste 70; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5 Mozzarella 50 oppure Giuncata 50 Spinaci/bieta 150; Olio EVO 5; pangrattato e aromi q.b. Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150; pinoli 10
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> RISO SEMI-INTEGRALE IN CREMA DI CAROTE/RISOTTO CON LA ZUCCA (asciutto) FILETTO DI SALMONE GRATINATO, AL FORNO VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO PANE DI TIPO 1 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso semi-integrale 25; Carote tritate finemente 40; Parmigiano reggiano 5; Yogurt bianco 15; Olio EVO 5; Riso semi-integrale 50; zucca gialla 60; brodo vegetale q.b.; parmigiano regg. 5; Olio EVO 5; aglio q.b. Filetto di Salmone 60; Olio EVO 5; Pane grattugiato 5; aromi Q.B. Verdure di stagione a bastoncino 100; Olio EVO 5; Pane con farina di tipo 1 40 Frutta fresca 150

TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA AUTUNNO-INVERNO Prot.n. 0142313 del 22/09/2021

5° settimana		quantità alimentari (gr)
L U N E D I	• GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI PINOLI (preparato dal cuoco)	• Pasta secca 50; pinoli 20; Parmigiano reggiano 10; latte Q.B. pangrattato Q.B., basilico e aglio Q.B. (aglio facoltativo) (preparato dal cuoco)
	• FRITTATA CON ERBETTE, AL FORNO	• Uovo n.1 (55 gr) Parmigiano reggiano 10; Pangrattato 10; erbette fresche o altre verdure 40; Olio EVO 5; latte Q.B.
	• VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE E ORTAGGIA JULIENNE	• Verdure e ortaggi misti 100; Olio EVO 5
	• PANE DI TIPO 1	• Pane con farina di tipo 1 40
	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 150
M A R T E D I	• COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE MEZZE	• Cous cous o altri cereali in chicchi 25; Verdure miste 150; Olio EVO 5; Parmigiano reggiano 5
	• STRACCETTI DI VITELLONE IN UMIDO (O SPEZZATINO) / POLPETTE AL SUGO	• Vitellone 50; Pomodori pelati e verdure 50; Olio EVO 5; Aromi vegetali q.b./ALTERNATIVA POLPETTE AL SUGO: macinato di vitellone 30; parmigiano reggiano 5; pangrattato q.b.; uovo n.1 (ogni 6 b.); salsa di pomodoro q.b.; patate 15
	• TRICOLERE DI VERDURE GRATINATE CON PATATE	• Verdure di stagione (comprese le patate) 150; pangrattato e prezzemolo q.b.; Olio EVO 5
	• PANE DI TIPO 1	• Pane con farina di tipo 1 40
	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 150
M E R C O L E D	• MANICHE RIGATE ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO)	• Pasta secca 50; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; olive nere 10; origano q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5
	• CUORI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS	• Cuori di merluzzo 60; farina di mais q.b; Olio EVO 5;
	• VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	• Verdure di stagione a bastoncino 100; Olio EVO 5
	• PANE DI TIPO 1	• Pane con farina di tipo 1 40
	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 150
G I O V E D I	• ORECCHIETTE FRESCHE AL POMODORO	• Pasta fresca 60; Pomodori pelati 50; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 5; Olio EVO 5
	• CACIOTTINA /PRIMO SALE	• Caciotta fresca 50 oppure Primo sale 60
	• SPINACI E CAROTE STUFATI	• Spinaci stufati e carote 150; Olio EVO 5
	• PANE DI TIPO 1	• Pane con farina di tipo 1 40
	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 150
V E N E R D I	• PASTA MISTA CON FAGIOLI CANNELLINI	• Pasta secca 25; fagioli cannellini 25; Olio EVO 5
	• CROCCHETTE DI PATATE/TORTINO DI CUORI DI CARCIOFI E RICOTTA AL FORNO	• Patate 100; ricotta vaccina 30; Parmigiano reggiano 5; pangrattato 12; olio EVO 5; PER TORTINO:ricotta 30, carciofi 80, patate 30; Parmig. Reggiano 5; olio EVO 5
	• VERDURA CRUDA A FOGLIA DI STAGIONE	• Verdure miste di stagione 100; Olio EVO 5
	• PANE DI TIPO 1	• Pane con farina di tipo 1 40
	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 150

A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Diletta S.r.l.A.N.
 Dott.ssa **Katia NOVELLI**

A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 Il Diletta S.r.l.A.N.
 Dott. **Giuseppe NUCCIO**

A.S.L. LECCE
 Dipartimento di Prevenzione
 La Diletta S.r.l.A.N.
 Dott.ssa **Mariha COLUCCIA**