



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

Potenza, 18 SET. 2018

Prot. n° 093041

ISTITUTO OMNICOMPRESIVO 85040 VIGGIANELLO - ANZOLECONTE (PZ)	
DATA	03/10/2018
PROT. N°	7480
TIT	05 CL 06

AL RESPONSABILE DEL SERVIZIO
ANTONIO MASTROLORENZO
COMUNE DI VIGGIANELLO

Oggetto: Trasmissione tabella dietetica per servizio di refezione scolastica A.S. 2018/2019

In riferimento alla richiesta della tabella dietetica, trasmessaci con nota prot.n. 7408 del 12/09/2018, pervenuta all'U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione, si invia la tabella dietetica per la refezione scolastica delle scuole dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado del Comune di Viggianello.

Eventuali diete speciali, destinate ad alunni con allergie e/o intolleranze, potranno essere richieste successivamente alla nostra Unità Operativa.

Si comunica inoltre che la scrivente U.O. organizza gratuitamente corsi di formazione per gli operatori addetti alla ristorazione sull'alimentazione senza glutine; si invita pertanto la S.V. e/o il Gestore del servizio mensa ad assicurare la partecipazione del personale ai suddetti corsi.

Per informazioni sulle attività di formazione dell'U.O.C Igiene Alimenti e Nutrizione è possibile contattare i Dietisti ai numeri 0971/310318 - 0971/310322

Nel rimanere a disposizione per eventuali chiarimenti o approfondimenti, si porgono distinti saluti.

Dietista

Dott.ssa Maria Coppola
Maria Coppola



Dirigente medico

Dott. Canio Cufino
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

INDICAZIONI GENERALI



093041

- *Si consiglia di utilizzare sale iodato.*
- *Il menu' è articolato su 8 settimane (autunno- inverno, primavera- estate), la scuola ha facoltà di utilizzare le tabelle invernali per l'intero Anno Scolastico in base alle condizioni climatiche locali.*
- *Occasionalmente è possibile sostituire i prodotti freschi con quelli surgelati.*
- *E' importante garantire la variabilità e la stagionalità delle VERDURE.*
- *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.
- *Nel rispetto di quanto previsto nel capitolato è possibile utilizzare LEGUMI surgelati in alternativa a quelli in scatola, mantenendo le stesse grammature.*
- *E' possibile aggiungere un cucchiaino di parmigiano sulle preparazioni che lo richiedono per rendere più appetibili le pietanze ai bambini.*



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Prot. n. **093041**

18 SET. 2018

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

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA

1° Settimana

LUNEDI'

Pasta e fagioli
Frittata
Verdura di stagione

Pasta di semola
Fagioli cotti, sgocciolati
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
Scaloppina di vitello
Verdura di stagione

Pasta di semola
Passata di pomodoro
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
Mozzarella o scamorza
Purè di patate

Pasta di semola
Pesto
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
Lonza di maiale al forno
Verdura di stagione

Gnocchi di patate
Passata di pomodoro
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
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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola



DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Canio Cuffino



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE

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. 093041
 18 SET. 2018

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 2° Settimana

LUNEDI'

Pasta e piselli
 Prosciutto cotto magro
 Verdura di stagione

Pasta di semola
 Piselli cotti, sgocciolati
 Prosciutto cotto magro
 Verdura cotta

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'

Riso al pomodoro
 Fusi di pollo al forno
 Verdura di stagione

Riso
 Passata di pomodoro
 Pollo (fusi, coscia disossata)
 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'

Pasta con zucchine
 Frittata
 Verdura di stagione

Pasta di semola
 Zucchine
 Uovo
 Parmigiano o grana
 Insalata di stagione

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'

Lasagna alla bolognese
 Ricotta
 Verdura di stagione

Sfoglie per lasagna
 Passata di pomodoro
 Carne bovina macinata
 Ricotta
 Verdura cotta

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'

Pasta con minestrone o passato di verdure
 Persico con i pomodorini
 Patate al forno

Pasta di semola o riso
 Verdure di stagione
 Filetti di Persico
 Aromi (pomodoro, sedano...)
 Patate

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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola



DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Canio Cusino



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Prot. n. 093041

18 SET. 2018

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

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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola



DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Canio Cufino



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Prof. n. 093041

18 SET. 2018

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

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

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

MARTEDI'

Riso al pomodoro
 Scaloppina al limone
 Verdura di stagione

Riso
 Passata di pomodoro
 Burro
 Farina, limone
 Vitello magro
 Ortaggi

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

MERCOLEDI'

Lasagna alle verdure
 Frittata
 Verdura di stagione

Sfoglie per lasagna
 Zucchine, melanzane, ...
 Burro
 Farina
 Latte
 Uovo
 Parmigiano o grana
 Insalata di stagione

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

GIOVEDI'

Gnocchi pomodoro
 Ricotta
 Verdura di stagione

Gnocchi di patate
 Passata di pomodoro
 Ricotta
 Verdura cotta

INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA
gr 80	gr 100	gr 160
q.b.	q.b.	q.b.
gr 100	gr 100	gr 120
gr 100	gr 150	gr 200

VENERDI'

Pasta con passato di verdure
 Nasello al forno gratinato
 Patate al forno

Pasta di semola
 Verdure di stagione
 Filetti di Nasello
 Pangrattato
 Patate

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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola

DR. DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Carla Cufino



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Prot.n. 093041

18 SET. 2018

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 - 0973/48550
 e.mail: sian.potenza@aspbasilicata.it
 pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Il Direttore: Dr A.Caputo

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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola
Maria Coppola

AZIENDA SANITARIA LOCALE
 S.I.A.N. DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Canio Cufino
Canio Cufino



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale di Potenza

Prot.n. **093041**

18 SET. 2018

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccoiti- 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

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

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

MARTEDI'

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

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

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

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

GIOVEDI'

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

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

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

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

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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola



DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Canio Cufino



SERVIZIO SANITARIO
 REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale
 di Potenza

Prot.n. **093041**

18 SET. 2018

Dipartimento di Prevenzione Collettiva della Salute Umana
 S.I.A.N. - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Ciccoiti- 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

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 3° Settimana

LUNEDI'

*Insalata di pasta con Piselli
 Mozzarella o scamorza
 Verdura di stagione*

*Pasta di semola
 Piselli cotti, sgocciolati
 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
 Frittata
 Verdura di stagione*

*Pasta di semola
 Passata di pomodoro
 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
 Persico con pomodorini ed aromi
 Verdura di stagione*

*Riso
 Verdure di stagione a tocchetti
 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
 Lonza di maiale agli aromi
 Verdura di stagione*

*Pasta di semola
 Passata di pomodoro, parmigiano...
 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 zucchine
 Bastoncini di merluzzo
 Insalata di patate*

*Pasta di semola
 Zucchine
 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

DIETISTA
 Dr.ssa Maria Coppola



DIRIGENTE MEDICO
 Dr. Canio Cuffino

[Signature]



SERVIZIO SANITARIO
 REGIONALE
 BASILICATA
 Azienda Sanitaria Locale

Prot.n. **093041**

18 SET. 2018

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*

MENU' SETTIMANALE PER LA REFEZIONE SCOLASTICA
 4° Settimana

LUNEDI'

Insalata di riso
Prosciutto cotto magro
Verdura di stagione

Riso
Verdure di stagione
Prosciutto cotto magro
Verdura cotta

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

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.
gr60	gr80	gr100
q.b.	q.b.	q.b.
q.b.	q.b.	q.b.
gr 70	gr 100	gr 150

MERCOLEDI'

Pasta con piselli
Frittata
Verdura di stagione

Pasta di semola
Piselli cotti, sgocciolati
Uovo
Insalata di stagione

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

GIOVEDI'

Pasta con Ragù vegetale
Ricotta
Verdura di stagione

Pasta di semola
Passata di pomodoro, verdure
Ricotta
Verdura cotta

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

VENERDI'

Pasta con pesto
Sogliola al forno
Verdura di stagione

Pasta di semola
Pesto
Filetti di sogliola
Ortaggi

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

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

DIETISTA
 Dr.ssa *Maria Coppola*

