



1^o settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)
 quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

<p>L U N E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • CONCHIGLIETTE CON RICOTTA VACCINA, PINOLI E BASILICO • VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Ricotta vaccina fresca 30; pinoli (tritati finemente) 3; basilico q.b. • Verdura di stagione 20 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
<p>M A R T E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • SEDANINI AL SUGO DI POMODORO • POLPETTINE DI MERLUZZO, AI FORNO • VERDURE CRUDE A FOGLIA a julienne • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 • Cuori di merluzzo 25; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b. *; patate 10 (preparate dal cuoco) • Verdura di stagione 20; • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
<p>M E R C O L E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • RISOTTO IN VELLUTATA DI CAROTE • SCHIACCIATINA DI POLLO IN UMIDO AL FORNO • VERDURE COTTE DI STAGIONE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 40; carote 40; cipolla e brodo di verdure fresche q.b.; • Pollo macinato 20 g; Parmigiano 3; mollica di pane o Pane grat./brodo di verdure fresche q.b. • Verdure di stagione 40 g • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
<p>G I O V E D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • MINI PENNETTE CON ZUCCHINE, GAMBERETTI E MERLUZZO • VERDURA COTTA A FOGLIA • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; zucchine 40; Gamberetti 25; Cuori di merluzzo 25; cipolla q.b. • Verdura di stagione 40 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
<p>V E N E R D I</p> <ul style="list-style-type: none"> • TUBETTINI CON LENTICCHIE • PATATE LESSE PREZZEMOLATE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE IN PUREA 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Lenticchie DECORTICATE 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. • Patate 100; prezzemolo q.b. • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g
- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



2° settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)
quantità alimentari (g)

Prot.n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D I <ul style="list-style-type: none"> • SEDANINI AL SUOGO DI POMODORO • FRITTATA AL FORNO • VERDURE COTTE DI STAGIONE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 • Uovo 50 g (n. 1); Parmigiano reggiano 3; • Verdure di stagione 80 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
M A R T E D I <ul style="list-style-type: none"> • TEMPESTINE IN BRODO DI VERDURE FRESCHE • SCHIACCIATINE DI MERLUZZO, AL FORNO • VERDURE CRUDE A FOGLIA a julienne • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Verdure miste per brodo q.b. • Cuori di merluzzo 25; mollica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b. *, patata 10; (preparate dal cuoco) • Verdura di stagione 20 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
M E R C O L E D I <ul style="list-style-type: none"> • TUBETTINI IN PASSATO DI CECI • PATATE LESSE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Ceci 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. • Patate 100 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
G I O R N O V E D I <ul style="list-style-type: none"> • FUSILLINI AL SUOGO DI POMODORO • CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO • VERDURA COTTA A FOGLIA DI STAGIONE • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta secca 40; Pomodori pelati 20 ; sedano/carota/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 • Cuori di merluzzo 50; pangrattato e prezzemolo q.b. • Verdure di stagione 80 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80
V E N E D I <ul style="list-style-type: none"> • RISO IN VELLUTATA DI VERDURE FRESCHE • POLPETTINE DI TACCHINO IN UMIDO • VERDURA CRUDA DI STAGIONE a julienne • PANE BIANCO • FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso parboiled 40; Verdure miste di stagione 40 ; • Fesa di tacchino 20; Parmig Regg 3; mollica di pane o pangrat./brodo di verd. fresche q.b. • Verdure di stagione 10 • Pane bianco 20 • Frutta fresca 80

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g
- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



3^o settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)

quantità alimentari (g)

Prof.n. 0119204 del 14.08.2023

L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> PENNETTE IN CREMA DI ZUCCHINE POLPETTINE DI MERLUZZO IN UMIDO PUREA DI CAROTE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Zucchine 40; cipolla q.b. Cuori di merluzzo 25; mollifica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.; patata 10; (preparate dal cuoco) Carote 40 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLINI AL RAGÙ DI CARNE BIS DI VERDURA AL FORNO GRATINATA PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Pom. pelati 20; Magro di vitellone 35 Cipolla/sedano/carote q.b.; Parmig. regg. 3 Verdura di stagione 80; pangrattato e prezzemolo q.b. Pane bianco 20 Frutta fresca 80
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> CORONCINE IN PASSATO DI FAGIOLI BORRIOTTI PATATE LESSE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Fagioli borriotti freschi o surgelati 30; Fagioli borriotti secchi 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. Patate 100 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> RISO AL POMODORO E BASILICO SCHIACCIATINE DI RANA PESCATRICE, AL FORNO VERDURA CRUDA A FOGLIA a julienne PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso parboiled 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla/Basilico q.b.; Parmigiano reggiano 3 Rana pescatrice (o passera di mare) 25; mollifica di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche*, patata 10; (preparate dal cuoco) Verdure di stagione 20 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> CONCHIGLIETTE IN CREMA DI VERDURE MISTE E PISELLI RICCOTTA VACCINA VERDURA COTTA DI STAGIONE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Verdure miste di stagione 30; piselli verdi 10 Ricotta vaccaia fresca 30 Verdure di stagione 40 Pane bianco 20 Frutta fresca 80

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a **15 g** totali da ripartire nelle ricette

- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) **80 g**

- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)

4^o settimana

		quantità alimentari (g)
L U N E D I	<ul style="list-style-type: none"> TUBETTINI CON LENTICCHIE PATATE LESSE IN PUREA PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Lenticchie decorticate 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b. Patate 100 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
M A R T E D I	<ul style="list-style-type: none"> RISO IN CREMA DI BIETOLE FRITTATA AL POMODORO, AL FORNO VERDURA COTTA A FOGLIA DI STAGIONE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Riso parboiled 40; bietole 40; Cipolla q.b. Uovo 50 g (n.1); Parmigiano reggiano 3; passata di pomodoro q.b. Verdura di stagione 40 Pane 20 Frutta fresca 80
M E R C O L E D I	<ul style="list-style-type: none"> FARFALLINE AL POMODORO E BASILICO SCHIACCIATINA DI PLATESSA AL VAPORE (con prezzemolo e limone) VERDURE CRUDA DI STAGIONE a julienne PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla/Basilico q.b.; Parmigiano reggiano 3 Filetto di platessa 25; molluca di pane o pangrattato, brodo di verdure fresche q.b.*; patate 10; prezzemolo e succo di limone q.b. (preparate dal cuoco) Verdura di stagione 20 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
G I O V E D I	<ul style="list-style-type: none"> CORALLINI ALL'ORTOLANA AL PROFUMO DI MENTA POLPETTONE DI TACCHINO IN UMIDO CAROTE LESSE PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Verdure miste fresche (melanzane, carote e zucchine) 40; Menta q.b. Fesa di tacchino 20; parmigiano reggiano 3; molluca di pane o pangrattato, prezzemolo e brodo di verdure fresche q.b. Carote 40 Pane bianco 20 Frutta fresca 80
V E N E R D I	<ul style="list-style-type: none"> FUSILLINI AL SUGO DI POMODORO CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO AL FORNO VERDURE CRUDA A FOGLIA a julienne PANE BIANCO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3 Cuori di merluccio 50 g; prezzemolo e pangrattato q.b. Verdura di stagione 20 Pane bianco 20 Frutta fresca 80

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette

- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g

- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



5° settimana

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE (2-3 ANNI)

quantità alimentari (g)

Prot. n. 0119204 del 14.08.2023

U	• TEMPESTINE IN VELLUTATA DI CAROTE	• Pasta secca 40; carote 40; Cipolla e brodo di verdure fresche q.b.
N	• POLPETTINE DI MERLUZZO AL POMODORO	• Cuori di merluzzo 25; Patate 10; pomodori pelati 10; mollica di pane o pangrat., brodo di verd. fresche q.b.*
N	• VERDURE COTTE DI STAGIONE	• Verdura di stagione 40
E	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
D	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
M	• PUNTINE IN BRODO DI VERDURE FRESCHE	• Pasta secca 40; Verdure miste per brodo q.b.
A	• BURGER DI LONZA, IN UMIDO	• Lonza 20; Parmigiano Reggiano 3; mollica di pane o Pane grat./brodo di verdure fresche q.b.
R	• CAROTE a julienne	• Carote 20
T	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE I	• Frutta fresca 80
D		
M	• CORONCINE CON LENTICCHIE	• Pasta secca 40; Lenticchie decorticate 10; Cipolla, carota e prezzemolo q.b.
E	• PATATE LESSE SCHIACCIATE	• Patate 100
R	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
O	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE IN PUREA	• Frutta fresca 80
L		
G	• SEDANINI AL SUOGO DI POMODORO E BASILICO	• Pasta secca 40; Pomodori pelati 20; sedano/carote/cipolla q.b.; Parmigiano reggiano 3; basilico q.b.
I	• CUORI DI MERLUZZO CON PANE PROFUMATO, AL FORNO	• Cuori di merluzzo 50; pangrattato e prezzemolo q.b.
O	• VERDURA CRUDA A FOGLIA a julienne	• Verdure di stagione 20
V	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
E	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	• Frutta fresca 80
D		
J		
V	• RISOTTO CON ZUCCHINE	• Riso parboiled 40; Zucchine 40; Cipolla e brodo di verdure fresche q.b.
E	• FRITTATA AL FORNO	• Uovo 50 g (n. 1); Parmigiano reggiano 3
N	• VERDURA COTTA DI STAGIONE	• Verdura di stagione 40
E	• PANE BIANCO	• Pane bianco 20
R	• FRUTTA FRESCA DI STAGIONE IN PUREA	• Frutta fresca 80
D		
J		

- La quantità totale di olio extra vergine d'oliva da utilizzare a pranzo è pari a 15 g totali da ripartire nelle ricette
- Spuntino del mattino: frutta fresca di stagione (variare nella settimana) 80 g
- * Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta o se necessario anche in altre preparazioni



Note

Leggere attentamente le indicazioni sottostanti prima della preparazione dei pasti:

- **Preparare e proporre gli alimenti/pasti in forma e consistenza adatte alle esigenze di masticazione e deglutizione di ciascun bambino**
- Si raccomanda un'attenta lettura delle etichette del **pesce** al fine di verificare l'assenza di spine accompagnata da un accurato controllo visivo e manuale durante il processo di lavorazione del prodotto
- Non utilizzare il sale
- Il formato della pasta è indicativo

In allegato:

- **“LINEE DI INDIRIZZO PER LA PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO in età pediatrica”** (Ministero della Salute)
- Poster **“Taglio alimenti pericolosi per bambini 0-4 anni”**, secondo le linee di indirizzo del Ministero della Salute 2017
- **“Linee di indirizzo rivolte agli enti gestori di mense scolastiche, aziendali, ospedaliere, sociali e di comunità, al fine di prevenire e ridurre lo spreco connesso alla somministrazione degli alimenti”** (Ministero della Salute)

Direttore ff Dott. Martino Protopapa

Dirigente Medico Dott.ssa Annamaria Mele

Dietisti: Dott.ssa Katia Novelli

Dott.ssa Maria Grazia Congedo

Dott.ssa Marina Coluccia
Dott. Roberto De Donno