

### *Tabella dietetica per favismo*

Il favismo è una forma di anemia emolitica caratterizzata da un deficit dell'enzima Glucosio-6-Fosfato-Deidrogenasi (G6PD) che in seguito all'ingestione di alcuni composti, la vicina e la convicina dei glucosidi pirimidinici presenti nei cotiledoni della fava, può provocare, in soggetti geneticamente predisposti, anemia emolitica acuta.

L'Associazione Italiana Ematologia e Oncologia Pediatrica (AIEOP) e la Società Italiana Talassemia ed Emoglobinopatie (SITE) - a supporto della letteratura scientifica - indicano come trattamento dietetico l'esclusione delle sole Fave (*Vicia Faba van major*) o cibi contenenti farine di fave (es. alcune merendine e gelati). Tali alimenti non sono previsti nella tabella dietetica standard ma a scopo precauzionale sono stati eliminati i prodotti che potrebbero contenere fave o farina di fave. Nella summenzionata tabella dietetica per favismo, inoltre, per pratica consuetudinaria sono stati eliminati i piselli.

È stata predisposta, altresì, una tabella dietetica per favismo priva anche di tutti i legumi al fine di ottemperare alla concomitante richiesta di esclusione di fave e di alimenti ascrivibili alla categoria merceologica dei legumi.

Per la preparazione dei pasti si dovrà far riferimento alle grammature presenti nel ricettario della tabella dietetica standard.

**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Tabella Dietetica per favismo e priva di piselli: Menù Invernale**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Risotto con crema di carciofi</li> <li>➤ Fior di latte</li> <li>➤ Carote al forno gratinate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con spinaci</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Polpette di bovino</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna con zucca</li> <li>➤ Scaloppina di maiale al limone</li> <li>➤ Carote al forno gratinate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con fagioli</li> <li>➤ Polpettine di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orecchiette con broccoli baresi</li> <li>➤ Frittata con spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con cavolo</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Spinaci al parmigiano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al latte</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Arista di maiale</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna rossa</li> <li>➤ Finocchi gratinati al formaggio</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orecchiette con broccoli baresi</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchine</li> <li>➤ Mozzarella</li> <li>➤ Fagiolini al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta e patate</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa alla mugnaia</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con fagioli</li> <li>➤ Polpettine di ricotta e spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta alla bolognese</li> <li>➤ Finocchi gratinati al formaggio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Frittata di spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucca</li> <li>➤ Fior di latte</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- quattro volte la settimana pane con farina di grano tenero di tipo 0 e una volta la settimana pane con farina di grano tenero integrale.
- frutta fresca di stagione tagliata.

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di fave e di piselli**. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.

**Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado**  
**Tabella Dietetica per favismo e priva di piselli: Menù Estivo**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Fagiolini al limone	➤ Riso con spinaci ➤ Formaggio primo sale ➤ Zucchine a tocchetti al forno	➤ Pasta al pomodoro ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Ortolana gratinata	➤ Pasta con fagioli ➤ Melanzane alla parmigiana	➤ Riso al latte ➤ Prosciutto cotto ➤ Insalata verde
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Cous cous con verdure ➤ Fior di latte ➤ Carote al forno gratinate	➤ Riso al pomodoro ➤ Filetto di platessa alla mugnaia ➤ Bietoline al limone	➤ Pasta con lenticchie ➤ Polpettine di ricotta e spinaci	➤ Pasta integrale alla siciliana ➤ Frittelle di zucchini al forno	➤ Pasta con crema di zucchini ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Patate al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta con zucchini ➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto ➤ Insalata verde	➤ Pasta con fagioli ➤ Polpettine di melanzane	➤ Pasta integrale al pomodoro ➤ Tortino di merluzzo con patate	➤ Lasagna con zucca ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Zucchini a tocchetti al forno	➤ Pizza pomodoro e parmigiano ➤ Cotoletta di verdure al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta con passato di zucchini ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Pura di patate	➤ Pasta alla siciliana ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Insalata verde	➤ Pasta con ceci ➤ Zucchini a tocchetti al forno	➤ Riso al pomodoro ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Ortolana gratinata	➤ Pasta con passato di verdure ➤ Fior di latte ➤ Fagiolini al pomodoro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta con tonno ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Bietoline al limone	➤ Lasagna rossa ➤ Finocchi gratinati	➤ Cous cous con verdure ➤ Formaggio primo sale ➤ Fagiolini al limone	➤ Pasta con lenticchie ➤ Cotoletta di verdure al forno	➤ Pasta con zucchini ➤ Polpette di bovino ➤ Carote al forno gratinate

È prevista la distribuzione di:

- quattro volte la settimana pane con farina di grano tenero di tipo 0 e una volta la settimana pane con farina di grano tenero integrale.
- frutta fresca di stagione tagliata.

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di fave e di piselli**. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.

## *MENU FESTIVI*

<b>NATALE</b>	<b>CARNEVALE</b>	<b>PASQUA</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Gnocchi di patate al ragù con mozzarella</li><li>➤ Carne al ragù</li><li>➤ Patate al forno</li><li>➤ Pandorino</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Lasagna rossa</li><li>➤ Mozzarella</li><li>➤ Chiacchiere</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Tortellini al ragù</li><li>➤ Spezzatino di tacchino con patate</li><li>➤ Uovo di cioccolato con sorpresa</li></ul>

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di fave e di piselli**. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.

*CESTINI*

<b>Infanzia</b>		<b>Primaria</b>		<b>Secondaria di I grado</b>	
<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>	<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>	<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>
Due rosette	50 g/cada uno	Due rosette	80 g/cada uno	Due rosette	100 g/cada uno
Prosciutto cotto	40 g	Prosciutto cotto	50 g	Prosciutto cotto	60 g
Formaggio fresco	25 g	Formaggio fresco	50 g	Formaggio fresco	75 g
Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g
Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri