

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica Standard: Invernale

(modificata sulla base delle indicazioni pervenute con nota prot. 231687 del 20/09/23 del Dip.to di Prevenzione dell'ASL Napoli 1 a seguito di richiesta - pg/2023/731175 del 13/09/23 - dell'Assessore all'Istruzione e alle Famiglie)

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

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane con farina di grano tenero di tipo 0; Una volta a settimana Pane con farina di grano tenero integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata.

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado

Tabella Dietetica Standard: Estivo

(modificata sulla base delle indicazioni pervenute con nota prot. 231687 del 20/09/23 del Dip.to di Prevenzione dell'ASL Napoli 1 a seguito di richiesta - pg/2023/731175 del 13/09/23 - dell'Assessore all'Istruzione e alle Famiglie)

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Fagiolini al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso con spinaci ➤ Formaggio primo sale ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Ortolana gratinata 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con fagioli ➤ Melanzane alla parmigiana 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso con zucchine ➤ Prosciutto cotto ➤ Insalata verde
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cous cous con verdure ➤ Fior di latte ➤ Carote al forno gratinate 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso al pomodoro ➤ Filetto di platessa alla mugnaia ➤ Bietoline al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con lenticchie ➤ Polpettine di ricotta e spinaci 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta integrale alla siciliana ➤ Frittelle di zucchine al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con pesto ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Patate al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucchine ➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto ➤ Insalata verde 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con piselli ➤ Polpettine di melanzane 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta integrale al pomodoro ➤ Tortino di merluzzo con patate 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucca ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pizza pomodoro e parmigiano ➤ Cotoletta di verdure al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con pesto ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Purea di patate 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta alla siciliana ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Insalata verde 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con ceci ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso al pomodoro ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Ortolana gratinata 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con piselli ➤ Fior di latte ➤ Fagiolini al pomodoro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con tonno ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Bietoline al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lasagna rossa ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cous cous con verdure ➤ Formaggio primo sale ➤ Fagiolini al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con lenticchie ➤ Cotoletta di verdure al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucchine ➤ Polpette di bovino ➤ Piselli

MENU FESTIVI

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

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

CESTINI

Infanzia		Primaria		Secondaria di I grado	
Alimenti	Grammature	Alimenti	Grammature	Alimenti	Grammature
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