

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE MEDICO –SIAN di CASTROVILLARI
ASP di COSENZA
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA ESTIVA PER LE SCUOLE MATERNE

	Lunedì'	Martedì'	Mercoledì'	Giovedì'	Venerdì'
1^ Settimana	Minestra di riso Con patate Petto pollo al latte Zucchine a Julienne Pane int., frutta	Pasta al pomodoro scaloppine al limone Piselli e carote Pane -frutta	Pasta e ricotta finocchi insalata Pane e frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata spinaci Insalata mista Pane e frutta	Riso al parmigiano Sogliola al forno fagiolini Pane e frutta
2^ Settimana	Pasta con zucchine caprese , fagiolini Pane -frutta	Risotto con radicchio Pesce in umido Spinaci Pane -frutta	Pasta al sugo Fesa tacchino al latte Lattuga ,pane int. frutta	Pasta e piselli Prosciutto crudo Pomodori Pane -frutta	Pasta al pomodoro e basilico, petto pollo alla diavola Insalata Pane-frutta
3^ Settimana	Pasta all'amatriciana Frittata zucchine Pane- frutta	Pasta al pomodoro Coscette pollo Lattuga Pane -frutta	Pasta con fagioli Prosciutto cotto Insalata Pane int. frutta	Fusilli alle verdure Petto tacchino al limone,zucchine a Julienne Pane-frutta	Gnocchi al pomodoro Sogliola impanata al forno Lattuga,pane - frutta
4^ Settimana	Pasta con passato verdura, involtoni tacchino,pomodori,pane int. -frutta	Riso al sugo Bastoncini pesce Insalata mista , pane -frutta	Pasta al pomodoro e basilico, crocchette all'uovo,finocchi insalata pane frutta	Pasta e piselli Zucchine ripiene Pane integrale frutta	Pizza margherita Fagiolini Pane -frutta

Possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure), si consiglia sale iodato.

1. spinaci o bietola o carciofi.
2. coscette pollo al forno = g.70 è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.
3. sogliola o platessa.
4. grammatura :pasta g.50, ricotta g.50,grana g.5,olio g.5, verdure g.100,sogliola g.120.

Addì 04. luglio 2013

*Per conferma visto:
la dott.ssa Rosellina Veltri.*

Dott.ssa Rosellina Veltri
 Il Responsabile
 U.O.S. SIAN Ambiente Castrovillari
 Dipartimento di Prevenzione
 ASP COSENZA
 REGIONE CALABRIA

[Handwritten signature]



20/06/2014

SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE di CASTROVILLARI

TABELLA ESTIVA PER LE SCUOLE MATERNE (Grammaturo)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 [^] Settimana	Riso g.30 patate g.50 olio g.4,grana g.6, Pollo g.60 Latte p.s.g.20 pesce g.120 olio 5 zucchine g.100 olio g.5 pane g.60-frutta g.150	Pasta g.50, pelati g.50,oliog.4,granag.5 Manzo g.70 oliog.3,limone qb. Piselli g.40,carote 80 Olio g.5 Pane int. g.60 Frutta g.150	Pasta g.50 ricotta g.50 grana g.5 olio 5 Finocchi g.100,olio g.5 Pane - g.50 Frutta g.150	Patate g.100 Farina g.30 pelati g.40 olio g.3 uova n° 1 olio g.3 grana g.5 Verdura q.b. Insalata mista g.70 olio g.5 Pane g.60 Frutta g.150	Riso g.60 olio g.4 ,grana g.5,burro g.3 brodo veg. q.b. pesce g.100 olio g.5,carote sedano,aromi fagiolinig.100 olio g.5 Pane g.40 Frutta g.150
2 [^] Settimana	Pasta g.50 zucchineg. 50 Olio g.5 grana g.5 mozzarella g.30 pomodoro -origano qb. fagiolini g.100 Olio g.5 Pane g.60 Frutta g.150	Riso g.50 radicchio g.50 cipolla g.30, Oliog.4 grana g.5 Brodo veg. q.b. Nasello g.120 Oliog.5 pelati qb. Spinaci g.100 Olio g.10 Pane g.50 Frutta g.150	pasta g.60 Pomodoro q.b. Cipolla g.30 olio g.4 grana g.5 . Fesa di tacchino g.70, latte p.s. g.20 Lattuga g.70 Olio g.5 Pane int. g.60 frutta g.150	Pasta g.50 piselli g.30 golio g.5 cipolla g.3 Prosciutto crudo g.60 , pomodoro g.100,olio g.5 Pane g.50 Frutta g.150	Pasta g.50 Pelati g.30,olio g.3 grana g.4 Basilico q.b. Petto pollo g.60 Olio g.3 Insalata g.70 Olio g.7 Pane g.50 Frutta g.150
3 [^] Settimana	Pasta g.50,grana g.5,olio g.4, prosciutto cotto g.5,pelati g.50,cipolla g.10 Zucchine g.100 uovo n° 1,olio g.5, grana g.5 Pane g.50 frutta 150	Pasta g.50 Olio g.4,grana g.5,pelati g.50 Coscia pollo g.70,oliog.5,brodo veg. q.b. Lattuga g.70olio g.5 Pane g.50 Frutta g.150	Pasta g.50 Olio g.4,grana g.5,cipolle q.b. fagioli g.20 Prosciutto cotto g.60 Insalata g.100 ,olio g.5 Pane g.50 Frutta g.150	fusilli g.50 ,olio g.4,pelati g.40.,grana g.6 Verdura mista g.40, tacchino g.70. olio g.4, farina g.5,limone q.b. zucchine g.100 olio g.5 Pane g.30 Frutta g.150	Patate g.100 farina g.30 Pomodoro q.b.,olio q.b.g.5,grana g.5, Pesce g.100, olio g.5 pangrattato q.b. Lattuga g.70 olio g.5,pane g.40,frutta g.150
4 [^] Settimana	Verdura mista g.40 Piselli g.10,cavolfiore g.25,olio g.3,grana g.5,pastag.30 tacchino g.70 prosciutto crudo g.10,oliog.3 pomodoro g.100 Olio g.5,pane int. 50 -frutta 150	Riso g.50 Olio g.5 grana g.5 Pesce g.100 olio g.5 prezzemolo e pangrattato q.b. insalata mista 80 frutta 150 pane g.50	Pasta g.50 Pelati g.50,olio g.5 ,uovo n° 1 Grana 5,olio 3 ,patata g.40 pangrattato q.b. Finocchi g.100 olio g.5 patate g.50 , Pane g.50 Frutta g.150	pastag.50,piselli g.50,olio g.6 ,grana g.5, . Zucchine g.100 uovo mezzo, erbe g.30 grana g.5 ,patate g.50,olio g.6, pane int. g.50 frutta g.150	Farina tipo "0" g.75,olio g.5,mozzarella g.40,pelati g.50,origano q.b. fagiolini g.100 olio.g.5 Pane g.20 Frutta g.150

Addi 04.07.2013

Visto : Dott.ssa Rosellina Veltri

24-06-2014

Stamp: SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE di CASTROVILLARI

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE MEDICO-SIAN di CASTROVILLARI
ASP di COSENZA

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA INVERNALE PER LE SCUOLE MATERNE

	Lunedì'	Martedì'	Mercoledì'	Giovedì'	Venerdì'
1^ Settimana	Passato di verdura con pasta Pesce impanato al forno Patate al forno Pane e frutta	Pasta al pomodoro scaloppine al limone Pane integrale frutta	Minestra di riso e patate petto pollo al latte Pane e frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata spinaci Pane e frutta	Pasta al sugo Ricotta Verdura bietola Pane e frutta
2^Settimana	Pasta con piselli Fettine maiale al limone Insalata mista Pane - frutta	Pasta e zucchine Pesce in umido Spinaci Pane -frutta	Risotto al pomodoro Mozzarella Fagiolini Pane integrale - frutta	Pasta e ceci Prosciutto crudo Carote Pane - frutta	Fusilli con zucchine Petto pollo alla diavola Insalata Pane - frutta
3^Settimana	Passato verdura con pasta Arrostato vitello al latte Patate insalata Pane - frutta	Pasta pomodoro Coscette pollo Fagiolini Pane - frutta	Risotto con sugo Arrostato di lonza Finocchi lessi Pane - frutta	Pasta e fagioli Frittata zucchine Pane -frutta	Riso e lenticchie Sogliola impanata Lattuga Pane - frutta
4^ Settimana	Pasta e ricotta Spinaci Pane integrale frutta	Fusilli con zucchine Bastoncini al forno Finocchi Pane - frutta	Pasta con piselli Prosciutto cotto Patate e carote lesse Pane integrale frutta	Risotto con spinaci Carne pizzaiola Insalata Pane -frutta	Pasta al pomodoro Petto pollo al rosmarino Carote e piselli Pane -frutta

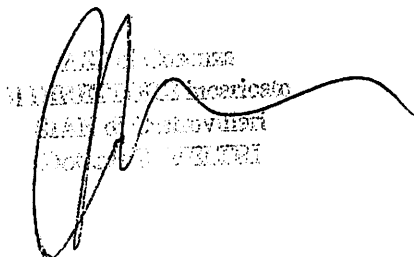
N.B. si consiglia sale iodato.

1)spinaci o bietola o carciofi.

2) coscette pollo al forno = g.70 è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.

3) sogliola o platessa.

Addì 04.07.2013 Visto : Dott.ssa Veltri




Di Confalone
REGIONE CALABRIA
ASP COSENZA
Dipartimento di Prevenzione
U.O.S. SIAN Ambito di Castrovillari
Il Responsabile
Dott.ssa Rosellina VELTRI

26/06/2014

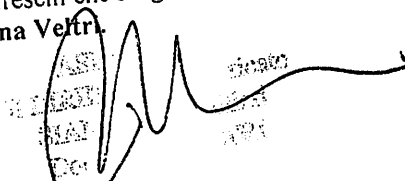
SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE di CASTROVILLARI

TABELLA INVERNALE PER LE SCUOLE MATERNE (Grammaturo)

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 [^] Settimana	Patate g.100, piselli g.40 carote g.30, sedano g.20 cipolle g.20, cavolfiore g.20 oliog.5, granag.5, pasta g.40 pesce g.120 olio g.5 pangrattato qb. patate g.100 olio g.5 pane g.30-frutta g.150	Pasta g.50, pelati g.50, oliog.4, granag.5 Manzo g.70 oliog.3, limone qb. Fagiolini g.100, oliog.5 Pane int. g.60 Frutta g.150	Riso g.30 patate g.50 olio g.4 grana g.3 Pollo g.60 latte parz. scremato g.20 olio g.5 Zucchine g.100, olio g.3 burro g.3 grana g.3 Pane - g.60 Frutta g.150	Patate g.100 Farina g.30 pelati g.40 olio g.3 uova n° 1 olio g.3 grana g.5 Spinaci q.b. Insalata mista g.70 olio g.5 Pane g.60 Frutta g.150	Pasta g.50 Pelati g.50 olio g.4, grana g.5 Ricotta g.50 Verdura g.100 Pane g.50 Frutta g.150
2 [^] Settimana	Pasta g.50 Piselli g.50 Olio g.5 cipolle g.3 Fettine maiale g.60 Olio g.3, limone qb. Insalata g.100 Olio g.3 Pane g.50 Frutta g.150	Pasta g.50 Zucchine g.50 Oliog.5 grana g.5 Nasello g.120 Oliog.5 pelati qb. Spinaci g.100 Olio g.10 Pane g.50 Frutta g.150	Riso g.50 Pomodoro q.b. Cipolla g.30 olio g.4 grana g.5 brodo veg. q.b. Mozzarella g.50 Fagiolini g.100 Olio g.5 Pane int. g.60 frutta g.150	Pasta g.50 ceci secchi g.10 olio g.5 grana g.3 Prosciutto crudo g.50, carote g.100, olio g.3 Pane g.40 Frutta g.150	Fusilli g.50 Zucchine g.40 Pelati g.40, olio g.4 grana g.3 Petto pollo g.60 Olio g.3 Insalata g.70 Olio g.7 Pane g.50 Frutta g.150
3 [^] Settimana	Patate g.100, piselli g.40, carote g.30, sedano g.20, cipolle g.20, cavolfiore g.20, oliog.5, grana g.5 Pasta g.30 Vitello arrosto g.60, olio g.5, latte s.g.20 Patate g.10, oliog.5 prezzemolo q.b. Pane g.30 frutta 150	Pasta g.50 Olio g.4, grana g.5, pelati g.50 Coscia pollo g.70, oliog.5, brodo veg. q.b. Fagiolini g.100, olio g.5 Pane g.50 Frutta g.150	Riso g.50 Olio g.4, grana g.5, cipolle q.b. pelato g.40 Lonza g.70 Olio g.3 Finocchi g.70, olio g.4 Pane g.50 Frutta g.150	Pasta g.30 Fagioli g.30, olio g.4, pelati q.b., cipolla g.5 Uovo n°1, olio g.5, grana g.5, zucchine g.100 Pane g.50 Frutta g.150	Riso g.50 Lenticchie g.20 Pomodoro q.b., olio q.b. g.5, grana g.5, Pesce g.100, olio g.5 limone salvia q.b. pangrattato q.b. Lattuga g.70 olio g.5, pane g.40, frutta g.150
4 [^] Settimana	Pasta g.50 Ricotta g.50 Spinaci g.80 Olio q.b. Pane int. g.60 Frutta g.150	Fusilli g.50 Zucchine g.40 Olio g.4, pelati g.40, grana g.3 Pesce g.100 olio g.5 Finocchi g.100 olio g.5, pane 25 frutta 150	Pasta g.50 Piselli g.50, olio q.b. Prosciutto cotto g.50, olio g.5 patate g.50, carote g.50 Pane int. g.50 Frutta g.150	Riso g.50, spinaci g.50, olio g.4, grana g.5, cipolla, brodo veg. q.b. Manzo g.70, olio 4, pelati q.b., insalata g.100, olio 5, pane 50, frutta 150.	Pasta g.50, olio g.5, grana g.5, pomodoro q.b. Petto pollo g.70, olio 3 rosmarino q.b. Piselli 40, carote 8olio 5, pane.60, frutta

Pasta g.50, olio g.10, grana g.5, pelati g.50, sogliola g.120, carote g.80, olio g.6, Pane g.50, Frutta g.150.
 N.B. il peso è riferito all'alimento crudo ed al netto degli scarti., Piselli sia freschi che surgelati-Gnocchi confezionati g.140. Addì 04.07.2013

Visto per conferma Dott. Rosellina Veltri.



**DIPARTIMENTO di PREVENZIONE MEDICO –SIAN di CASTROVILLARI
ASP di COSENZA**

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA ESTIVA PER LE SCUOLE ELEMENTARI

	Lunedì'	Martedì'	Mercoledì'	Giovedì'	Venerdì'
1^ Settimana	Minestra di riso con patate, petto di pollo al latte zucchine a julienne pane e frutta	Pasta al pomodoro Scaloppine al limone Piselli e carote Pane integrale frutta	Pasta e ricotta Finocchi insalata Pane frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata spinaci Insalata mista Pane frutta	Riso al parmigiano Sogliola al forno Fagiolini Pane frutta
2^ Settimana	Pasta con zucchine Caprese Fagiolini Pane frutta	Risotto con radicchio Pesce in umido Spinaci Pane frutta	Pasta al sugo Fesa di tacchino al latte Lattuga Pane integ. frutta	Pasta e piselli Prosciutto crudo Pomodori Pane frutta	Pasta al pomodoro e basilico Petto pollo alla diavola Insalata Pane e frutta
3^ Settimana	Pasta all'amatriciana Frittata di zucchine Pane frutta	Pasta pomodoro e basilico Coscette pollo al forno Lattuga Pane e frutta	Pasta con fagioli Prosciutto cotto Insalata Pane integrale frutta	Fusilli zucchine Petto di tacchino al limone Zucchine a Julienne Pane e frutta	Gnocchi al pomodoro Sogliola impanata al forno Lattuga Pane e Frutta
4^ Settimana	Passato di verdura con pasta Involtini di tacchino Pomodori Pane integrale frutta	Riso al pomodoro Bastoncini di pesce Insalata mista Pane frutta	Pasta pomodoro e basilico Crocchette all'uovo Finocchi insalata Pane Frutta	Pasta e piselli Zucchine ripiene Pane integrale frutta	Pizza margherita Fagiolini Pane frutta

Possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure), si consiglia sale iodato.

1. spinaci o bietola o carciofi.
2. coscette pollo al forno = g.100 è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.
3. sogliola o platessa.
4. grammatura :pasta g. 70 ricotta g.70,grana g.5,olio g.5, verdure g.100,sogliola g.150.

Addì 04.07.2013 Nisto per la conferma : Dott.ssa Rosellina Veltri



[Handwritten signature]
Dott.ssa Rosellina Veltri

[Handwritten signature]
REGIONE CALABRIA
ASP COSENZA
Dipartimento di Prevenzione
U.O.S. SIAN Ambito di Castrovillari
Il Responsabile
Dott.ssa Rosellina VELTRI

[Handwritten signature]

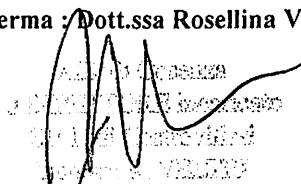
SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE di CASTROVILLARI

TABELLA ESTIVA PER LE SCUOLE ELEMENTARI (Grammatura)

	Lunedì'	Martedì'	Mercoledì'	Giovedì'	Venerdì'
1^ Settimana	Riso g.40 patate g.100olio g.5,grana g.8 Pollo g.80 Latte p.s.g.20 Olio g.6 Zucchine g.100 olio 5 pane g.45 frutta g.200	Pasta g.80 pelati g.60,oliog.6,granag.5 Manzo g.100 oliog.5,limone qb. Grana g.5 Piselli g.50,carote 80 Olio g.6 Pane int. g.70 Frutta g.200	Pasta g.70 ricotta g.70 grana g.5 olio 5 Finocchi g.100,olio g.5 Pane - g.50 Frutta g.200	Patate g.130 Farina g.30 pelati g.40 olio g.5 uova n° 1.5 olio g.3 grana g.4 verdura q.b. Insalata mista g.100 olio g.5 Pane g.60 Frutta g.200	Riso g.70 olio g.5 ,grana g.6,burro g.3 brodo veg. q.b. pesce g.150 olio g.5,carote sedanog.40,aromi fagiolinig.100 olio g.5 Pane g.60 Frutta g.200
2^ Settimana	Pasta g.70 zucchini g.50 Olio g.5 grana g.5 mozzarella g.50 pomodoro -origano qb. fagiolini g.150 Olio g.4 Pane int. g.80 Frutta g.200	Riso g.50 radicchio g.50 cipolla g.30, Oliog.4 grana g.5 Brodo veg. q.b. Nasello g.140 Oliog.5 pelati qb. Spinaci g.100 Olio g.10 Pane g.70 Frutta g.200	pasta g.70 Pomodoro q.b. Cipolla g.30 olio g.5 grana g.7 . Fesa di tacchino g.90, latte p.s. g.25 Lattuga g.80 Olio g.6 Pane int. g.60 frutta g.200	Pasta g.70 piselli g.50 olio g.5 cipolla g.3 Prosciutto crudo g.70 , pomodoro g.100,olio g.5 Pane g.70 Frutta g.200	Pasta g.80 Pelati g.50,olio g.5 grana g.5 Basilico q.b. Petto pollo g.100 Olio g.6 Insalata g.80 Olio g.6 Pane g.60 Frutta g.200
3^ Settimana	Pasta g.70,grana g.5,olio g.4, prosciutto cotto g.10,pelati g.50,cipolla g.20 Uova n°1 ,olio g.7,grana g.5 Zucchine g.100 Pane g.60 frutta 200	Pasta g.70 Olio g.6 grana g.5,pelati g.50 Coscia pollo g.100,oliog.5,brodo veg. q.b. Lattuga g.150olio g.6 Pane g.60 Frutta g.200	Pasta g.65 Olio g.5,grana g.5,cipolle q.b. fagioli g.50 Prosciutto cotto g.70 Insalata g.100 ,olio g.5 Pane int. g.70 Frutta g.200	fusilli g.70 ,olio g.5,pelati g.50.,grana g.8 Verdura mista g.40, tacchino g.85. olio g.5,farina g.7,limone q.b. zucchine g.100 olio g.7 Pane g.60 Frutta g.200	Patate g.130 farina g.30 Pomodoro q.b.,olio q.b.g.5,grana g.5,Pesce g.150, olio g.7 ,limone salvia pangrattato q.b.Lattuga g.80 olio g.7pane g.60,frutta g.200
4^ Settimana	Verdura mist. g.100 Patate g.100g,piselli g.20,cavolfiore g.25 olio g.5,grana g.5,pasta g.50 tacchino g.80 prosciutto crudo g.10,olio g.4 pomodoro g.150 Olio g.5,pane 60 frutta 200	Riso g.70 pelati g.50 Olio g.7 grana g.7 Pesce g.140 olio g.5 prezzemolo e pangrattato q.b. insalata mista 80 frutta 200 pane g.50	Pasta g.70 Pelati g.50,olio g.5 , uovo n°1,5 patate g.40. Grana 5,olio 3 , pangrattato q.b. Carote g.150 olio g.5 Pane g.40 Frutta g.200	pastag.70,piselli g.50,olio g.6 ,grana g.5, Zucchine g.150 uovoli, erbette g.30 grana g.5 ,patate g.100, pane int. g.60 frutta g.200	Farina tipo "0" g.100,olio g.6,mozzarella g.60,pelati g.50,origano q.b. fagiolini g.150 olio.g.6 Pane g.30 Frutta g.200

Addì 04.07.2013

Visto di conferma / Dott.ssa Rosellina Veltri



DIPARTIMENTO di PREVENZIONE MEDICO –SIAN di Castrovillari
ASP di COSENZA
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA INVERNALE PER LE SCUOLE ELEMENTARI

	Lunedì'	Martedì'	Mercoledì'	Giovedì'	Venerdì'
1^ Settimana	Passato di verdura con pasta Pesce impanato al forno Patate al forno pane e frutta	Pasta al pomodoro Scaloppine al limone fagiolini Pane integrale frutta	riso e patate petto pollo al latte zucchine al graten Pane frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata spinaci Insalata mista Pane frutta	Pasta e ricotta Verdura lessa Pane frutta
2^ Settimana	Pasta e piselli Fettine di maiale Insalata mista Pane frutta	Pasta e zucchine Pesce in umido Spinaci Pane frutta	Riso al pomodoro mozzarella fagiolini Pane integ. frutta	Pasta e ceci Prosciutto crudo carote Pane frutta	Fusilli con zucchine Petto pollo alla diavola Insalata Pane e frutta
3^ Settimana	Pasta e piselli Arrostito vitello al latte Insalata mista Pane frutta	Pasta pomodoro e basilico Coscette pollo al forno fagiolini Pane e frutta	Pasta con fagioli Prosciutto cotto Finocchi lessi Pane integrale frutta	Pasta all'amatriciana Frittata zucchine fagiolini Pane e frutta	Gnocchi al pomodoro Sogliola impanata al forno Lattuga Pane e Frutta
4^ Settimana	Pasta con passato verdura Frittata Spinaci e patate Pane integrale frutta	Fusilli con zucchine Bastoncini di pesce finocchi Pane frutta	Pasta e piselli Prosciutto cotto Patate e carote lesse Pane Frutta	Risotto con spinaci(carciofi) Carne alla pizzaiaola insalata Pane integrale frutta	Pasta al pomodoro Petto pollo al rosmarino Fagiolini Pane frutta

Possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure), si consiglia sale iodato.

1. spinaci o bietola o carciofi.
2. coscette pollo al forno = g.100 è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.
3. sogliola o platessa.
4. grammatura :pasta g. 70 ricotta g.70,grana g.5,olio g.5, verdure g.100,sogliola g.150.

Addì 04/07/2013 Vista per conferma : Dott. Rosellina Veltri

REGIONE CALABRIA
ASP COSENZA
 Dipartimento di Prevenzione
 U.O.S. SIAN Ambito di Castrovillari
 Il Responsabile
Dott.ssa Rosellina VELTRI

Rosellina Veltri
 21/06/2014



SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE

TABELLA INVERNALE PER LE SCUOLE ELEMENTARI (Grammatura)

	Lunedì'	Martedì'	Mercoledì'	Giovedì'	Venerdì'
1^ Settimana	Pasta g.50 fagioli g.40 carote g.20 sedano g.10,cipolla g.10 olio g.5,grana g.5 Pesce g.150 olio g.5,pangrattato q.b. Latte p.s.g.20 Olio g.6 Patate g.120 olio 10 pane g.40 frutta g.200	Pasta g.80 pelati g.60,oliog.6,granag.5 Manzo g.100 oliog.5,limone qb. Grana g.5 Fagiolini g.100 Olio g.5 Pane int. g.70 Frutta g.200	risog.50 patate g.70 grana g.5 olio 5 Pollo g.80,lattep.s.g.20,olio g.6, Zucchine g.100,olio g.3, burro g.3 ,grana g.3 Pane - g.45 Frutta g.200	Patate g.130 Farina g.30 pelati g.40 olio g.5 uova n° 1.5 olio g.3 grana g.4 verdura q.b. Insalata mista g.100 olio g.5 Pane g.60 Frutta g.200	pasta g.70,ricotta g.70 olio g.5 ,grana g.6, verdura g.100 olio g.5, Pane g.50 Frutta g.200
2^ Settimana	Pasta g.70 piselli. 50 Olio g.5 grana g.5 Fettine maiale g.80 Olio g.5,limone q.b. Insalata mista g.100 Olio g.5 Pane . g.80 Frutta g.200	pasta g.70 zucchine g.50 Oliog.5 grana g.5 Brodo veg. q.b. Nasello g.140 Oliog.5 pelati qb. Spinaci g.100 Olio g.10 Pane g.70 Frutta g.200	Riso g.80 Pomodoro q.b. Cipolla g.30 olio g.4 grana g.5 Brodo veg. q.b. . Mozzarella g.70 fagiolini g.150,olio g.4 Pane int. g.80 frutta g.200	Pasta g.70 ceci g.30, olio g.5 ,cipolla g.5,pelati g. 20,grana g.3 Prosciutto crudo g. 70 , carote g.150,olio g.5 Pane g.60 Frutta g.200	Fusilli g.60, .g.50piselli olio g.10 grana g.5. Petto pollo g.100 Olio g.6 aromi q.b. Insalata g.80 Olio g.6 Pane g.60 Frutta g.200
3^ Settimana	Pasta g.70,piselli g. 50olio g.4, pelati g.20 aromi q.b. vitello arrosto g.80,olio g.5,latte p.s.g.20 insalata g.100 Pane g.60 frutta 200	Pasta g.70 Olio g.6 grana g.5,pelati g.50 Coscia pollo g.100,oliog.5,brodo veg. q.b.fagiolini g.150 olio g.6 Pane g.60 Frutta g.200	Pasta g.70 Olio g.5,grana g.5,cipolle q.b. fagioli g.50 Prosciutto cotto g.70 Finocchi lessi g.100 ,olio g.5 Pane g.60 Frutta g.200	pasta g.70 ,olio g.4,pelati g.50.,grana g.8,prosciutto cotto g.10,cipolla g.20 Zucchine g.100 Uova n° 1,olio g.7,grana g.4 Pane g.60 Frutta g.200	Patate g. 130 farina g.30 Pomodoro q.b.,olio q.b.g.5,grana g.5,Pesce g.150, olio g.7 ,limone salvia q.b. pangrattato q.b.Lattuga g.80 olio g.7pane g.60,frutta g.200
4^ Settimana	Pasta g. 60, verdura mista g. 40,olio g.5.grana g.5 prosciutto cotto g.20 Spinaci g. 70,patate g.150, pane int. g.80 frutta g. 200	Fusilli g.65,pelati g.50,olio g.5,grana g.7, Pesce g.140 olio g.5 finocchi g.100 frutta 200 pane g.50	Pasta g.70,piselli g. 50,pelati g.10 ,olio g.5 ,prosciutto cottog.40 patate g.80,carote g.70 ,oliog.5 ,pane 70,frutta 200	risog.70,spinaci g.60,olio g.5 ,grana g.6 cipolla e brodo veg. q.b., Manzo g.100 ,olio g.5 pelatiq.b.insalata g.70 olio g.5 pane g.60-fr,200	Pasta g.80.,olio g.5,grana g.5,pomodoro q.b. Petto pollo g.100,oliog.5,rosmarino q.b. Fagiolini g.100 Pane int.g.70 Frutta g.200

Handwritten signature and official stamp of the service.

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE MEDICO –SIAN di CASTROVILLARI
ASP di COSENZA
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA ESTIVA PER LE SCUOLE MEDIE

	Martedì	Mercoledì	Giovedì		
1 [^] Settimana	Risotto al parmigiano Sogliola al forno fagiolini Pane - frutta	Pasta al pomodoro, petto di pollo al latte Piselli e carote pane int.- frutta	Pasta e piselli Frittata spinaci Insalata mista Pane e frutta		
12 [^] Settimana	Pasta e piselli Prosciutto crudo Fagiolini Pane - frutta	Gnocchi al pomodoro, sogliola impanata al forno, insalata mista Pane- frutta	Fusilli al pomodoro e basilico Pesce al forno, fagiolini Pane integrale - frutta		
3 [^] Settimana	Pasta e fagioli Arrostito di tacchino Finocchi insalata Pane - frutta	Risotto con radicchio Pesce in umido fagiolini Pane - frutta	Pasta all'amatriciana Frittata di zucchine Insalata Pane - frutta		
4 [^] Settimana	Pasta al pomodoro e basilico Pesce impanato al forno, insalata mista, Pane integrale frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata di spinaci fagiolini Pane - frutta	Pasta e piselli coscette pollo al forno Finocchi insalata Pane-frutta		

N.B. possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure) si consiglia sale iodato.

1) spinaci o bietola o carciofi.

2) coscette pollo al forno = 100 gr. è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.

3) sogliola o platessa.

N.B. la tabella si riporta su tre giorni con possibilità di alternare il menu'.

Addi' 04.07. 2013

visto per conferma : Dott.ssa Rosellina Veltri

Rosellina Veltri
REGIONE CALABRIA
ASP COSENZA
 Dipartimento di Prevenzione
 U.O.S. SIAN Ambito di Castrovillari
 Il Responsabile
Dott.ssa Rosellina VELTRI
24/06/2013

Rosellina Veltri



SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE- Castrovillari.
TABELLA ESTIVA SCUOLE MEDIE (Grammatura)

	Martedì	Mercoledì	Giovedì		
1^ Settimana	Riso g.100, grana g.5 olio g.5 br.veg. q.b.Sogliola g.140 Olio g.7 carote e sedano g.40,aromi q.b. Zucchine g.150,olio g.8 Pane g.80 - frutta g.200	Pasta g100, pelati g.50, oliog.5.grana g.5 Pollo g. 100 latte p.s. g.20,olio g.5, Pisellig.125,carote g.100,olio g.8 pane int.- g.50 Frutta g.200	Pasta g. 90,olio g.5, pisellig.40 Uova n° 1,5,olio g.7,grana g.5,spinaci g.150 Lattuga g.100 Pane g.60 Frutta g. 200		
2^ Settimana	Pasta g.90,olio g.5,piselli g.40 Prosciutto crudo g. 50, fagiolini g.150 Pane g.60 Frutta g. 200	Patate g.100,pelati g.50,oliog.5,grana g.5,sogliola g.140 oilo g.7, pan grattato g.5,insalata g.100,olio g.5,pane int. g.85,frutta g.200	Pasta g.90,pelati g.50,olio g.5,grana g.5 ,basilico q.b.palombo g.140,olio g.7 aromi q.b.fagiolini g.150,olio g.10,pane g.60,frutta g.200.		
3^ Settimana	Pasta g.90,olio g.5,fagioli g.40,grana g.5,tacchino g.100,olio g.5,brodo veg. q.b.,finocchi g.150,olio g.6,Pane int. g.70,frutta g.200.	Riso g.80,radicchio g.70,cipolla g.40,olio g.3 grana g.5,brodo veg. q.b. nasello g.150,oliog.5,pelati q.b. fagiolini g.150 Pane g.40,frutta g.200	Pasta g.90,grana g.5,olio g.5,prosc.cotto g.10,pelati g.50,cipolla g.20.uova 1,5,olio g.7,grana g.5,zucchine g.150,pane g.60,frutta g.200.		
4^ Settimana	Pasta g.100,pelati g.50,olio g.5,grana g.5merluzzo g.140,pane gratt.g.5,olio g.5 Insalata mista g.100 Pane integrale frutta	Patate g.160,farina g.50,pelati g.60,olio g.5,uova n°1,5,olio g.5,grana g.5,spinaci g.100 Fagiolini g.150,olio g.5 Pane g.80,frutta g.200	Pasta g.90, piselli g.40,coscette pollo g.100, aromi q.b.finocchi g.150, olio g.5 Pane int. g. 70 Frutta g.200		

N.B. possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure) si consiglia sale iodato.

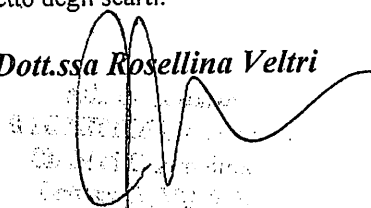
1) spinaci o bietola o carciofi.

2) coscette pollo al forno = 100 gr. è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.

3) gnocchi confezionati g.230.

Addì 04.07.2013

Visto per conferma: Dott.ssa Rosellina Veltri



DIPARTIMENTO di PREVENZIONE MEDICO –SIAN di CASTROVILLARI
ASP di COSENZA
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

TABELLA INVERNALE PER LE SCUOLE MEDIE

	Martedì	Mercoledì	Giovedì		
1^ Settimana	Gnocchi al pomodoro, frittata di spinaci insalata mista Pane - frutta	Pasta e ricotta petto di pollo al latte Piselli e carote pane - frutta	Riso e lenticchie Sogliola al forno Fagiolini lessi Pane e frutta		
12^ Settimana	Pasta al pomodoro e basilico Scaloppine al limone, Fagiolini Pane - frutta	Pasta e piselli sogliola impanata al forno, insalata mista Pane- frutta	Pasta con zucchine Pesce in umido fagiolini Pane integrale - frutta		
3^ Settimana	Riso con piselli Carne alla pizzaiola Zucchine al graten Pane - frutta	Pasta al pomodoro Bastoncini pesce cavolfiore Pane - frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata di zucchine Insalata Pane - frutta		
4^ Settimana	Pasta e fagioli Arrosto di tacchino patate lesse in insalata Pane frutta	Pizza margherita Insalata mista Pane - frutta	Pasta e piselli coscette pollo al forno fagiolini Pane-frutta		

N.B. possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure) si consiglia sale iodato.

1) spinaci o bietola o carciofi.

2) coscette pollo al forno = 100 gr. è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.

3) sogliola o platessa.

N.B. la tabella si riporta su tre giorni con possibilità di alternare il menu'.

Addì 04.07.2013

Visto per conferma :Dott.ssa Rosellina Veltri

Li confermo

REGIONE CALABRIA
 ASP COSENZA
 Dipartimento di Prevenzione
 U.O.S. SIAN Ambito di Castrovillari
 Il Responsabile
 Dott.ssa Rosellina VELTRI

24/06/2014

[Signature]



SERVIZIO IGIENE degli ALIMENTI e della NUTRIZIONE di Castrovillari

TABELLA INVERNALE PER SCUOLE MEDIE (Grammaturo)

Martedì	Mercoledì	Giovedì		
---------	-----------	---------	--	--

1 [^] Settimana	Patate g.160, farina g.50, pelati g.60 olio g.5, uova n° 1,5, olio g.3, granag.4, spinaci q.b., insalata mista g.100 olio g.5 Pane g.60 - frutta g.200	Pasta g.90, ricotta g.60, grana 5, olio g.5. Pollo g. 100 latte p.s. g.20, olio g.5, Pisellig.125, carote g.100, olio g.8 pane int. g.50 Frutta g.200	Riso g. 70, olio g.10, lenticchie g.50 Pesce g.150, olio g.5, carote, sedanog.40 aromi q.b. fagiolini g.100, olio g.5 Pane g.60 Frutta g. 200		
-----------------------------	--	---	---	--	--

2 [^] Settimana	Pasta g.80, pelati, g.50 olio g.5, grana g.5 manzog. 100, olio g.5, limone q.b. Pane int. g.70 Frutta g. 200	Pasta g.70, piselli g.50,, cipolla g.5, oliog.5, grana g.5, sogliola g.140 olio g.7, pan grattato g.5, insalata g.100, olio g.5, pane int. g.70, frutta g.200	Pasta g.70, zucchine g.50, olio g.5, grana g.5, pelato q.b. Nasello g.140, olio g.5 aromi q.b. fagiolini g.150, olio g.10, pane g.70, frutta g.200.		
-----------------------------	--	---	---	--	--

3 [^] Settimana	Pasta g.90, olio g.5,, grana g.5, piselli g.50 cipolla q.b. Manzo g.100, olio g.5, pelati g.50 zucchine g.100,, olio g.5 burro g.3, grana g.3, Pane int. g.70, frutta g.200.	Pasta g.80, g.70, pelati g.50, olio g.6 grana g.5, Pesce g.150, oliog.7, pelati q.b. cavolfioreg.150 olio g.10 Pane g.60, frutta g.200	Patate g.160, farina g.50, pelati g. 60, olio g.5, grana g.5, uova 1,5, olio g.7, grana g.5, zucchine g. 50, insalata g. 100, pane int.- g.70, frutta g.200.		
-----------------------------	--	--	--	--	--

4 [^] Settimana	Pasta g.70, fagioli g.50, pelati q.b.olio g.5, grana g.5 petto di tacchino g.100,, olio g.5 Insalata mista g.100 Pane integrale g.60 Frutta g.200	farina tipo "0" g.130 olio g.6 mozzarella g. 80, pelati g.100, origano q.b. insalata mista g.100, olio g.6 Pane g.30, frutta g.200	Pasta g.70, piselli g.50, olio g.5, grana g.5, pelati q.b., coscette pollo g.100, olio g.5 aromi q.b. fagiolini g.150, olio g.5 Pane int. g. 60 Frutta g.200		
-----------------------------	---	--	--	--	--

N.B. possibile sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi perché non sono verdure) si consiglia sale iodato.

1) spinaci o bietola o carciofi.

2) coscette pollo al forno = 100 gr. è riferito alla polpa di pollo al netto degli scarti.

3) gnocchi confezionati g.230.

Addi' 04.07.2013

Visto per conferma : Dott.ssa Rosellina Veltri

