

ALLEGATO A

TABELLA DIETETICA
AUTUNNO-INVERNO
SCUOLA MATERNA ED ELEMENTARE
di Ceglie Messapica (BR)
Anno Scolastico 2008-2009



**TABELLA DIETETICA
SCUOLA MATERNA ED ELEMENTARE
AUTUNNO-INVERNO
di Ceglie Messapica
Anno scolastico 2008-2009**



LUNEDI

| | Gr. |
|-------------------------------|---------|
| Pasta in brodo | |
| Pasta | 50 (60) |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Polpette in brodo | |
| Carne di vitello | 30 |
| Uovo | 1/10 |
| Latte P.S. | 10 |
| Pangrattato | 10 |
| Grana | 7 |
| Olio extraverg. d'oliva | 3 |
| Julienne di carote | |
| Carote | 80 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Mela o arancia | 150 |

MARTEDI

| | Gr. |
|----------------------------------|---------|
| Pasta al sugo con ricotta | |
| Pasta | 50 (60) |
| Ricotta | 20 |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Gateau di patate | |
| Patate | 50 |
| Uovo | 1/10 |
| Prosciutto | 5 |
| Grana/Latte | 7/10 |
| Olio extraverg. d'oliva | 3 |
| Bietola lessa | |
| Bietola | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Pera o Kiwi | 150 |

PRIMA SETTIMANA

MERCOLEDI

| | Gr. |
|--------------------------------|---------|
| Pasta con ceci | |
| Pasta | 30 (40) |
| Ceci | 30 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Mozzarella alla caprese | |
| Mozzarella | 40 |
| Pomodori | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 3 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Mandarini | 150 |

GIOVEDI

| | Gr. |
|----------------------------|---------|
| Risotto del sole | |
| Riso | 40 (50) |
| Zucca gialla | 50 |
| Grana | 5 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Quadratini di pesce | |
| Merluzzo o platessa | 50 |
| Patate | 30 |
| Pangrattato | 5 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Spinaci lessi | |
| Spinaci | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Banane | 150 |

VENERDI

| | Gr. |
|---|---------|
| Penne al pomodoro e basilico | |
| Penne | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Straccetti di vitello al limone | |
| Vitello | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Insalata | |
| Insalata verde | 70 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Macedonia di frutta fresca | 150 |

P.S.: Le grammature tra parentesi sono riferite ai bambini della scuola elementare.

Dott.ssa Margherita CAROLI
Responsabile U.O. Igiene della Nutrizione

24-03-09 *M. Caroli*



**TABELLA DIETETICA
SCUOLA MATERNA ED ELEMENTARE
AUTUNNO-INVERNO
di Ceglie Messapica
Anno scolastico 2008-2009**



LUNEDI

| | Gr. |
|--|---------|
| Riso e lenticchie | |
| Riso | 30 (40) |
| Lenticchie | 30 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 (10) |
| Zucchine gratinate con scamorza | |
| Zucchine | 100 |
| Scamorza | 20 |
| Pangrattato | 10 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Arancia | 150 |

MARTEDI

| | Gr. |
|-------------------------------------|---------|
| Pasta con carciofi/verza | |
| Pasta | 50 (60) |
| Carciofi/verza | 50 |
| Grana | 5 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Petto di pollo alla mugnaia | |
| Petto di pollo | 50 |
| Farina | 5 |
| Latte p.s. | 10 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Gateau di finocchi gratinati | |
| Finocchi | 80 |
| Pangrattato | 5 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Mela o Kiwi | 150 |

SECONDA SETTIMANA

MERCOLEDI

| | Gr. |
|--|---------|
| Farfalle ai sapori mediterranei | |
| Farfalle | 40 (60) |
| Verdure miste | 70 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pelato/Grana | 30/5 |
| Polpettine di pesce al forno | |
| Merluzzo | 50 |
| Patate/ Pangrattato | 20/5 |
| Uovo | 1/10 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Insalata di pomodori | |
| Pomodori | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Pera o mandaranci | 150 |

GIOVEDI

| | Gr. |
|------------------------------|---------|
| Tagliatelle al sugo | |
| Tagliatelle | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 |
| Grana | 5 |
| Scaloppine di vitello | |
| Vitello | 50 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 |
| Farina | 5 |
| Mousse di cavolfiore | |
| Cavolfiori | 60 |
| Patate | 10 |
| Pangrattato | 5 |
| Burro | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Pera | 150 |

VENERDI

| | Gr. |
|--------------------------------|---------|
| Pasta in brodo vegetale | |
| Pasta | 50 (60) |
| Verdure | 50 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Frittata con spinaci | |
| Spinaci | 50 |
| Grana | 10 |
| Pangrattato | 10 |
| Uovo | ¼ |
| Latte p.s. | 10 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Mela | 150 |
| <i>Se di stagione Uva</i> | 100 |

P.S.:Le grammature tra parentesi sono riferite ai bambini della scuola elementare.

Dott.ssa Margherita CAROLI
Responsabile U.O. Igiene della Nutrizione

27-03-09

Ul Caroli



**TABELLA DIETETICA
SCUOLA MATERNA ED ELEMENTARE
AUTUNNO-INVERNO
di Ceglie Messapica
Anno scolastico 2008-2009**



LUNEDI

| | Gr. |
|-----------------------------------|---------|
| Risotto del sole | |
| Riso | 50 (60) |
| Zucca gialla | 50 |
| Grana | 5 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Lonza di maiale al forno | |
| Carne di maiale | 50 |
| Latte P.S. | 10 |
| Olio d'oliva ex v. | 3 |
| Julienne arlecchino | |
| Finocchi o cetrioli | 30 |
| Sedano e carote | 30 e 30 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Pera o mandaranci | 150 |

MARTEDI

| | Gr. |
|----------------------------|---------|
| Pasta al sugo | |
| Pasta | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Merluzzo in umido | |
| Filetti di merluzzo | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Insalata | |
| Insalata verde | 70 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Banane | 150 |
| <i>Se di stagione Uva</i> | 100 |

TERZA SETTIMANA

MERCOLEDI

| | Gr. |
|------------------------------------|---------|
| Pasta e fagioli | |
| Pasta | 30 (50) |
| Fagioli | 30 |
| Pelati | 30 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 (10) |
| Rotolo di bietole o spinaci | |
| Patate | 50 |
| Bietole o spinaci | 50 |
| Uovo | 1/10 |
| Grana | 7 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Mandarini o Arancia | 150 |

GIOVEDI

| | Gr. |
|--------------------------------|---------|
| Pasta e patate | |
| Pasta | 50 (60) |
| Patate | 50 |
| Pelati | 30 |
| Grana | 5 |
| Olio extraverg d'oliva | 3 |
| Scamorza | 40 |
| Insalata di pomodori | |
| Pomodori | 80 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Arancia o Pera | 150 |

VENERDI

| | Gr. |
|---|---------|
| Orecchiette alla pugliese | |
| Orecchiette secche | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Polpette al sugo | |
| Carne di vitello | 30 |
| Uovo | 1/10 |
| Latte P.S. | 10 |
| Grana /Pangrattato | 7/10 |
| Pelati | 40 |
| Olio extraverg d'oliva | 3 |
| Verza brasata | |
| Verza | 70 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Macedonia di frutta fresca | 150 |

P.S.:Le grammature tra parentesi sono riferite ai bambini della scuola elementare.

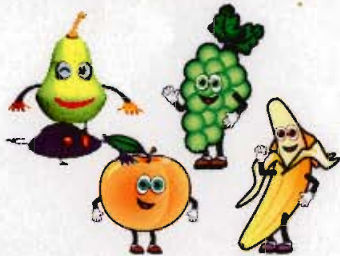
Dott.ssa Margherita CAROLI
Responsabile U.O. Igiene della Nutrizione

M. Caroli

21-03-09



**TABELLA DIETETICA
SCUOLA MATERNA ED ELEMENTARE
AUTUNNO-INVERNO
di Ceglie Messapica
Anno scolastico 2008-2009**



AUGUSTO

LUNEDI

| | Gr. |
|-----------------------------------|----------|
| Gnocchi al pomodoro fresco | |
| Gnocchi di patate | 80 (100) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Filetto di pesce impanato | |
| Merluzzo o platessa | 50 |
| Pangrattato | 10 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 |
| Spinaci gratinati | |
| Spinaci | 80 |
| Pangrattato | 10 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Mela | 150 |

MARTEDI

| | Gr. |
|---------------------------------------|---------|
| Pasta con carciofi/melanzane | |
| Pasta | 50 (60) |
| Pelati | 40 |
| Carciofi /Melanzane | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Arrosto di tacchino arcobaleno | |
| Petto di tacchino | 50 |
| Carote e sedano | 10/10 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Patate al forno | |
| Patate | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta Kiwi o mandarini | 150 |
| Se di stagione Uva | 100 |

QUARTA SETTIMANA

MERCOLEDI

| | Gr. |
|-----------------------------|---------|
| Minestrina dell'orto | |
| Riso o Orzo perlato | 30 (50) |
| Patate | 50 |
| Sedano | 20 |
| Pelati | 30 |
| Olio extraverg d'oliva | 3 |
| Grana | 5 |
| Mozzarella | 40 |
| Julienne di carote | |
| Carote | 80 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Banane | 150 |

GIOVEDI

| | Gr. |
|-----------------------------|---------|
| Risotto all'italiana | |
| Riso | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Hamburger | |
| Carne di vitello | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pangrattato | 5 |
| Insalata | |
| Insalata verde | 70 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta : Pera | 150 |

VENERDI

| | Gr. |
|----------------------------|---------|
| Purea di fave | |
| Fave secche | 30 |
| Patate | 50 (80) |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Bietola all'olio | |
| Bietola | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Prosciutto cotto | 20 |
| Pane semi-integrale | 40 |
| Frutta : Arancia | 150 |

P.S.:Le grammature tra parentesi sono riferite ai bambini della scuola elementare.

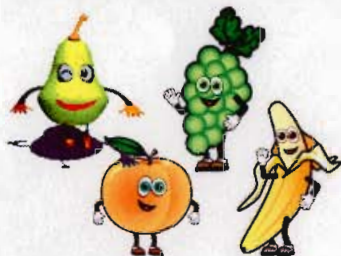
Dott.ssa Margherita CAROLI
Responsabile U.O. Igiene della Nutrizione

M. Caroli

23-03-09



**TABELLA DIETETICA
SCUOLA MATERNA ED ELEMENTARE
AUTUNNO-INVERNO
di Ceglie Messapica
Anno scolastico 2008-2009**



AUGUSTO A

LUNEDI

| | Gr. |
|----------------------------------|---------|
| Pasta e piselli | |
| Pasta | 30 (50) |
| Piselli | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 (7) |
| Frittata semplice | |
| Grana | 10 |
| Pangrattato | 10 |
| Uovo | ¼ |
| Latte p.s. | 10 |
| Olio extraverg d'oliva | 3 |
| Insalata di pomodori | |
| Pomodori | 80 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Pera o mandaranci | 150 |

MARTEDI

| | Gr. |
|----------------------------|----------|
| Tubettini affogati | |
| Pasta | 50 (60) |
| Verdure | 50 |
| Olio extraverg d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Bastoncini di pesce | 50 (n.2) |
| Spinaci all'olio | |
| Spinaci | 80 |
| Olio d'oliva ex v. | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta Arancia | 150 |
| <i>Se di stagione:</i> Uva | 100 |

QUINTA SETTIMANA

MERCOLEDI

| | Gr. |
|---------------------------------------|---------|
| Sedanini pomodoro e basilico | |
| Sedanini | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Scaloppine di maiale al limone | |
| Carne di maiale | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Farina | 5 |
| Cavolfiore gratinato | |
| Cavolfiore | 80 |
| Pangrattato | 5 |
| Olio extraverg. d'oliva | 3 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Mela | 150 |

GIOVEDI

| | Gr. |
|-----------------------------------|---------|
| Conchigliette alle verdure | |
| Conchiglie | 40 (50) |
| Carote, zucchine | 30/30 |
| Patate, bietola | 30/30 |
| Olio extraverg. d'oliva | 3 |
| Grana | 5 |
| Mozzarella | 50 |
| Patate al forno | |
| Patate | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Arancia o Pera | 150 |

VENERDI

| | Gr. |
|---------------------------------|---------|
| Riso al pomodoro | |
| Riso | 50 (60) |
| Pelati | 60 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Grana | 5 |
| Petto di pollo al latte | |
| Petto di pollo | 50 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Latte p.s. | 10 |
| Julienne di carote | |
| Carote | 80 |
| Olio extraverg. d'oliva | 5 |
| Pane semi integrale | 40 |
| Frutta: Mandarini o Kiwi | 150 |

P.S.: Le grammature tra parentesi sono riferite ai bambini della scuola elementare.

Dott.ssa Margherita CAROLI
Responsabile U.O. Igiene della Nutrizione

28-03-09