

COMUNE DI STORNARELLA

a.s. 2024 - 2025

Tabella dietetica *autunno/inverno* (4 settimane) per la scuola dell'infanzia (fascia di età 3-6 anni) con grammature specifiche dei singoli pasti e composizione bromatologica.

	I SETTIMANA		II SETTIMANA	
LUNEDÌ	Risotto con zucca riso parboiled (50 g.) zucca (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Petto di pollo dorato fettina pollo (50 g.) pangrattato (5 g.) Piselli all'olio (60 g.)	Kcal: 596 Proteine: 16,3% Lipidi: 27,2% Carboidrati: 56,5%	Passato di verdure con riso riso parboiled (50 g.) minestrone di verdure (60 g.) Bocconcini di petto di pollo petto di pollo (50 g.) pangrattato (5 g.) Bieta all'olio (100 g.)	Kcal: 605 Proteine: 15,0% Lipidi: 28,0% Carboidrati: 57,0%
MARTEDÌ	Pasta e patate pasta di semola (30 g.) patate (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Mozzarella (40 g.) Carote julienne (80 g.)	Kcal: 553 Proteine: 13,4% Lipidi: 31,3% Carboidrati: 55,3%	Pasta al ragù pasta di semola (50 g.) pelati (20 g.) macinato vitellone (15 g.) Giuncata (40 g.) Insalata mista insalata verde (15 g.) pomodori (40 g.)	Kcal: 582 Proteine: 14,5% Lipidi: 28,2% Carboidrati: 57,3%
MERCOLEDÌ	Pastina in brodo vegetale pasta di semola (30 g.) brodo vegetale (q.b.) Polpettone di vitellone in umido carne vitellone (40 g.) pangrattato (10 g.) latte p.s. (10 g.) uova (5 g.) parmigiano (3 g.) Finocchi gratinati finocchi (100 g.) pangrattato (5 g.)	Kcal: 574 Proteine: 15,8% Lipidi: 28,5% Carboidrati: 55,7%	Pastina in brodo vegetale pasta di semola (30 g.) brodo vegetale (q.b.) Frittata con spinaci uova (50 g.) spinaci (40 g.) latte p.s. (5 g.) parmigiano (3 g.) Carote all'olio (100 g.)	Kcal: 554 Proteine: 13,9% Lipidi: 31,6% Carboidrati: 54,5%
GIOVEDÌ	Pasta al pomodoro pasta di semola (50 g.) pomodori pelati (20 g.) Meluzzo gratinato filetto di merluzzo (70 g.) pangrattato (10 g.) Bieta all'olio (100 g.)	Kcal: 617 Proteine: 15,9% Lipidi: 27,5% Carboidrati: 56,6%	Passato di lenticchie con pasta pasta di semola (40 g.) lenticchie secche (20 g.) Prosciutto cotto s/polifosfati (20 g.) Insalata verde (30 g.)	Kcal: 553 Proteine: 12,6% Lipidi: 28,9% Carboidrati: 58,5%
VENERDÌ	Passato di ceci con pasta pasta di semola (40 g.) ceci secchi (20 g.) Frittata al forno uova (50 g.) latte p.s. (5 g.) parmigiano (3 g.) Insalata mista insalata verde (15g.) pomodori (40 g.)	Kcal: 597 Proteine: 14,0% Lipidi: 31,9% Carboidrati: 54,1%	Pasta al pomodoro pasta di semola (50 g.) pomodori pelati (20 g.) Merluzzo al limone filetto merluzzo (70 g.) succo limone (q.b.) Fagiolini all'olio (100 g.)	Kcal: 582 Proteine: 16,8% Lipidi: 28,8% Carboidrati: 54,4%

Ogni giorno è previsto, inoltre: porzione di pane 40g., frutta fresca di stagione 150 g. (almeno 3 tipi diversi di frutta alla settimana), olio extravergine di oliva 10g., parmigiano grattugiato da aggiungere, su richiesta, ai primi piatti 5 g.

8 MARZO 2023

A.S.L. FOGGIA
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - SIAN
 Dott.ssa Maria Gabriella ALFONZO
 DIETISTA - NUTRIZIONISTA

Dott.ssa MARIAGRAZIA GUSPINI
 N. AA 085031
 SEZ. A



COMUNE DI STORNARELLA

a.s. 2022 - 2023

Tabella dietetica *autunno/inverno* (4 settimane) per la scuola dell'infanzia (fascia di età 3-6 anni) con grammature specifiche dei singoli pasti e composizione bromatologica.

	III SETTIMANA		IV SETTIMANA	
LUNEDÌ	Riso con crema di zucca riso parboiled (50 g.) zucca (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Straccetti di pollo alla salvia petto pollo (50 g.) salvia (q.b.) Finocchi al forno (100 g.)	Kcal: 588 Proteine: 15,5% Lipidi: 27,5% Carboidrati: 57,0%	Pasta e patate pasta di semola (30 g.) patate (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Merluzzo gratinato filetto di merluzzo (70 g.) pangrattato (10 g.) Spinaci al gratin spinaci (100 g.) pangrattato (5 g.)	Kcal: 604 Proteine: 16,4% Lipidi: 27,5% Carboidrati: 56,1%
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro pasta di semola (50 g.) pomodori pelati (20 g.) Mozzarella (40 g.) Carote julienne (80 g.)	Kcal: 600 Proteine: 13,1% Lipidi: 31,6% Carboidrati: 55,3%	Pasta al sugo di polpette pasta di semola (50 g.) pomodori pelati (20 g.) Polpette al sugo carne vitellone (40 g.) pomodori pelati (20 g.) pangrattato (10 g.) uova (5 g.) parmigiano (3 g.) Finocchi julienne (80 g.)	Kcal: 600 Proteine: 15,6% Lipidi: 27,2% Carboidrati: 57,2%
MERCOLEDÌ	Pastina in brodo vegetale pasta di semola (30 g.) brodo vegetale (q.b.) Arrosto di vitellone al forno (50) Insalata verde (30 g.)	Kcal: 554 Proteine: 15,6% Lipidi: 30,5% Carboidrati: 53,9%	Passato di fagioli con pasta pasta di semola (40 g.) fagioli secchi (20 g.) Ricotta vaccina (40 g.) Insalata mista insalata verde (15g.) pomodori (40 g.)	Kcal: 543 Proteine: 12,8% Lipidi: 27,1% Carboidrati: 60,1%
GIOVEDÌ	Pasta e piselli pasta di semola (40 g.) piselli (60 g.) Nasello gratinato filetto di nasello (70 g.) pangrattato (10 g.) Fagiolini all'olio (100 g.)	Kcal: 607 Proteine: 16,9% Lipidi: 25,8% Carboidrati: 57,3%	Pasta pomodoro e basilico pasta di semola (50 g.) pomodori pelati (20 g.) Frittata con spinaci uova (50 g.) spinaci (40 g.) latte p.s. (5 g.) parmigiano (3 g.) Carote all'olio (100 g.)	Kcal: 612 Proteine: 13,7% Lipidi: 30,3% Carboidrati: 56,0%
VENERDÌ	Pasta al tonno pasta di semola (50 g.) pomodori pelati (20 g.) tonno (10 g.) Frittata al forno uova (50 g.) latte p.s. (5 g.) parmigiano (3 g.) Bieta all'olio (100 g.)	Kcal: 582 Proteine: 14,3% Lipidi: 31,1% Carboidrati: 54,6%	Passato di verdure con riso riso parboiled (50 g.) minestrone di verdure (60 g.) Scaloppina di tacchino al limone fettina tacchino (50 g.) farina 00 (10 g.) succo limone (q.b.) Bieta all'olio (100 g.)	Kcal: 598 Proteine: 15,2% Lipidi: 28,3% Carboidrati: 56,5%

Ogni giorno è previsto, inoltre: porzione di pane 40g., frutta fresca di stagione 150 g. (almeno 3 tipi diversi di frutta alla settimana), olio extravergine di oliva 10g., parmigiano grattugiato da aggiungere, su richiesta, ai primi piatti 5 g.

8 MARZO 2023

A.S.L. FOGGIA
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - SIAN
 Dott.ssa Maria Gabriella ALFONZO
 DIETISTA - NUTRIZIONISTA

Dott.ssa MARIAGRAZIA GUSPINI
 N. AZ. 085031
 SEZ. A



COMUNE DI STORNARELLA

a.s. 2024-2025

Tabella dietetica *autunno/inverno* (4 settimane) per la scuola primaria (fascia di età 6-11 anni) con grammature specifiche dei singoli pasti e composizione bromatologica.

	I SETTIMANA		II SETTIMANA	
LUNEDÌ	Risotto con zucca riso parboiled (60 g.) zucca (50 g.) brodo vegetale (q.b.) Petto di pollo dorato fettina pollo (60 g.) pangrattato (10 g.) Piselli all'olio (60 g.)	Kcal: 764 Proteine: 15,6% Lipidi: 27,8% Carboidrati: 56,6%	Passato di verdure con riso riso parboiled (60 g.) minestrone di verdure (100 g.) Bocconcini di petto di pollo petto di pollo (60 g.) pangrattato (10 g.) Bieta all'olio (150 g.)	Kcal: 756 Proteine: 15,5% Lipidi: 23,9% Carboidrati: 60,6%
MARTEDÌ	Pasta e patate pasta di semola (40g.) patate (50g) brodo vegetale (q.b.) Mozzarella (50g.) Carote julienne (100 g.)	Kcal: 790 Proteine: 13,4% Lipidi: 27,8% Carboidrati: 58,7%	Pasta al ragù pasta di semola (60 g.) pelati (30 g.) macinato vitellone (20 g.) Giuncata (50 g.) Insalata mista insalata verde (20 g.) pomodori (50 g.)	Kcal: 731 Proteine: 14,4% Lipidi: 30,8% Carboidrati: 54,8%
MERCOLEDÌ	Pastina in brodo vegetale pasta di semola (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Polpettone in umido carne vitellone (50 g.) pangrattato (10 g.) latte p.s. (10 g.) uova (10 g.) parmigiano (5 g.) Finocchi gratinati finocchi (150 g.) pangrattato (10 g.)	Kcal: 757 Proteine: 15,6% Lipidi: 31,8% Carboidrati: 52,6%	Pastina in brodo vegetale pasta di semola (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Frittata con spinaci uova (53 g.) spinaci (50 g.) latte p.s. (10 g.) parmigiano (3 g.) Carote all'olio (150 g.)	Kcal: 778 Proteine: 13,2% Lipidi: 28,8% Carboidrati: 58,0%
GIOVEDÌ	Pasta al pomodoro pasta di semola (60 g.) pomodori pelati (30 g.) Meluzzo gratinato filetto di merluzzo (80 g.) pangrattato (15 g.) Bieta all'olio (150 g.)	Kcal: 761 Proteine: 15,5% Lipidi: 28,9% Carboidrati: 55,6%	Passato di lenticchie con pasta pasta di semola (40 g.) lenticchie secche (40 g.) Prosciutto cotto s/polifosfati (30 g.) Insalata verde (40 g.)	Kcal: 768 Proteine: 14,4% Lipidi: 26,0% Carboidrati: 59,6%
VENERDÌ	Passato di ceci con pasta pasta di semola (40 g.) ceci secchi (40 g.) Frittata al forno uova (53 g.) latte p.s. (15 g.) parmigiano (3 g.) Insalata mista insalata verde (20g.) pomodori (80 g.)	Kcal: 782 Proteine: 14,8% Lipidi: 29,4% Carboidrati: 55,8%	Pasta al pomodoro pasta di semola (60 g.) pomodori pelati (30 g.) Merluzzo al limone filetto merluzzo (80 g.) succo limone (q.b.) Fagiolini all'olio (150 g.)	Kcal: 793 Proteine: 16,0% Lipidi: 28,0% Carboidrati: 56,0%

Ogni giorno è previsto, inoltre: porzione di pane 50g., frutta fresca di stagione 150 g. (almeno 3 tipi diversi di frutta alla settimana), olio extravergine di oliva 15g., parmigiano grattugiato da aggiungere, su richiesta, ai primi piatti 5 g.

MARZO 2023

A.S.L. FOGGIA
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - SIAN
 Dott.ssa Maria Gabriella ALFONZO
 DIETISTA - NUTRIZIONISTA

Dott.ssa MARIAGRAZIA GUSPINI
 N. AA/085031
 SEZ. A



COMUNE DI STORNARELLA

a.s. 2022 - 2023

Tabella dietetica *autunno/inverno* (4 settimane) per la scuola primaria (fascia di età 6-11 anni) con grammature specifiche dei singoli pasti e composizione bromatologica.

	III SETTIMANA		IV SETTIMANA	
LUNEDÌ	Riso con crema di zucca riso parboiled (60 g.) zucca (50 g.) brodo vegetale (q.b.) Straccetti di pollo alla salvia petto pollo (60 g.) salvia (q.b.) Finocchi al forno (150 g.)	Kcal: 724 Proteine: 15,2% Lipidi: 30,3% Carboidrati: 54,5%	Pasta e patate pasta di semola (40 g.) patate (50 g.) brodo vegetale (q.b.) Merluzzo gratinato filetto di merluzzo (80 g.) pangrattato (15 g.) Spinaci al gratin spinaci (150 g.) pangrattato (10 g.)	Kcal: 786 Proteine: 16,1% Lipidi: 28,4% Carboidrati: 55,5%
MARTEDÌ	Pasta al pomodoro pasta di semola (60 g.) pomodori pelati (30 g.) Mozzarella (50 g.) Carote julienne (100 g.)	Kcal: 783 Proteine: 13,6% Lipidi: 27,6% Carboidrati: 58,8%	Pasta al sugo di polpette pasta di semola (60 g.) pomodori pelati (30 g.) Polpette al sugo carne vitellone (50 g.) pomodori pelati (30 g.) pangrattato (10 g.) uova (10 g.) parmigiano (5 g.) Finocchi julienne (100 g.)	Kcal: 784 Proteine: 15,4% Lipidi: 30,8% Carboidrati: 53,8%
MERCOLEDÌ	Pastina in brodo vegetale pastina di semola (40 g.) brodo vegetale (q.b.) Arrosto di vitellone al forno (60 g.) Insalata verde (40 g.)	Kcal: 726 Proteine: 15,5% Lipidi: 28,2% Carboidrati: 56,3%	Passato di fagioli con pasta pasta di semola (40 g.) fagioli secchi (40 g.) Ricotta vaccina (50 g.) Insalata mista insalata verde (20 g.) pomodori (80 g.)	Kcal: 754 Proteine: 13,9% Lipidi: 27,9% Carboidrati: 58,2%
GIOVEDÌ	Pasta e piselli pasta di semola (40 g.) piselli (60 g.) Nasello gratinato filetto di nasello (80 g.) pangrattato (15 g.) Fagiolini all'olio (150 g.)	Kcal: 733 Proteine: 16,2% Lipidi: 30,5% Carboidrati: 53,4%	Pasta pomodoro e basilico pasta di semola (60 g.) pomodori pelati (30 g.) Frittata con spinaci uova (53 g.) spinaci (50 g.) latte p.s. (10 g.) parmigiano (3 g.) Carote all'olio (150 g.)	Kcal: 731 Proteine: 13,4% Lipidi: 30,0% Carboidrati: 56,6%
VENERDÌ	Pasta al tonno pasta di semola (60 g.) pomodori pelati (30 g.) tonno (25 g.) Frittata al forno uova (53 g.) latte p.s. (15 g.) parmigiano (3 g.) Bieta all'olio (150 g.)	Kcal: 776 Proteine: 15,4% Lipidi: 29,9% Carboidrati: 54,7%	Passato di verdure con riso riso parboiled (60 g.) minestrone di verdure (100 g.) Scaloppina di tacchino al limone fettina tacchino (60 g.) farina 00 (10 g.) succo limone (q.b.) Bieta all'olio (150 g.)	Kcal: 767 Proteine: 15,6% Lipidi: 24,8% Carboidrati: 59,6%

Ogni giorno è previsto, inoltre: porzione di pane 50g., frutta fresca di stagione 150 g. (almeno 3 tipi diversi di frutta alla settimana), olio extravergine di oliva 15g., parmigiano grattugiato da aggiungere, su richiesta, ai primi piatti 5 g.

A.S.L. FOGGIA
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - SIAN
Dott.ssa Maria Gabriella ALFONZO
DIETISTA - NUTRIZIONISTA

Dott.ssa MARIAGRAZIA GUSPINI
N. AA 1085031
SEZ. A



MARZO 2023

SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA 2023-2024
TABELLA DIETETICA PERSONALIZZATA

STORNARELLA

Menù invernale

I.C. Moro
QUERCIA Lucia
primaria 1A

Dieta priva di noce

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	ENERDI'
I SETT.	Risotto con la zucca Frittata al forno Carote julienne	Pasta al pomodoro Mozzarella Bieta all'olio	Orecchiette fresche con broccoli Bocconcini di pollo al rosmarino Insalata di pomodori	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo al pomodoro Insalata verde	Pasta e piselli Hamburger di vitello in umido Fagiolini all'olio
II SETT.	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo al limone Insalata verde	Pastina in brodo vegetale Pollo alla pizzaiola Bieta all'olio	Lasagne alla bolognese Insalata di pomodori	Pasta e lenticchie Ricotta vaccina Carote a listarelle	Minestrone con riso Frittata al forno Fagiolini all'olio
III SETT.	Risotto con la zucca Frittata al forno Insalata verde	Pasta e patate Mozzarella Bieta all'olio	Pasta e fagioli borlotti Prosciutto cotto Insalata di pomodori	Pasta con cavolfiore Scaloppina di pollo al limone Carote a listarelle	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo al pomodoro Zucca all'olio
IV SETT.	Orecchiette fresche al ragù Giuncata Insalata verde	Pasta e ceci Fettina di pollo arrosto Bieta all'olio	Pastina in brodo vegetale Arrosto di vitello Insalata di pomodori	Riso al pomodoro Filetto di merluzzo al limone Spinaci all'olio	Pasta con crema di broccoli Frittata al forno Insalata di finocchi

N.B.: In questo menù non sono presenti noci, prodotti surgelati, freschi confezionati, prodotti già pronti in cui il termine noce (frutta secca) figuri in etichetta o nella documentazione di accompagnamento. Per condire utilizzare esclusivamente **olio extravergine di oliva**

Tutti i giorni sono previsti: pane comune/pane integrale **s/frutta secca** e frutta fresca 150 g (almeno 3 tipi diversi di frutta alla settimana)

Le ricette delle pietanze per la dieta priva di noci coincidono con quelle del menù comune ad eccezione di quelle delle pietanze sostitutive al menù del giorno; per quest'ultime ricette consultare il ricettario appositamente redatto.

sostituzioni al menù del giorno

COLLOGGIA
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - SIAN
Dott.ssa Maria Grazia Guspin
Dott.ssa Maria Gabriela Alfonso
DIETISTA NUTRIZIONISTA

11 GIUGNO 2024

Dott.ssa MARIA GRAZIA GUSPIN
N.° Pub. A412
SEZ. A

