

AZIENDA SANITARIA LOCALE
LANCIANO – VASTO - CHIETI
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Marco Polo n.55/a –VASTO (CH)

Dr.ssa COLLELUORI CLAUDIA
 Dirigente Medico
 Servizio di Igiene degli Alimenti e della
 Nutrizione
 ASL n. 02 Lanciano - Vasto - Chieti

Menu invernale - Scuole Materna ed Elementare - Comune di TORINO Di SANGRO A.S. 2014/2015

GG	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lun.	Pasta al pomodoro Formaggio (v. note) Verdura cotta di stagione (v.note) Pane - Frutta	Pasta e legumi (es fagioli) v. note Prosciutto cotto e/o crudo Verdura cotta di stagione (v. note) Pane -Frutta	Pastina in brodo vegetale o pasta e ricotta Fettina di vitello alla pizzaiola o ad involtino Purea di patate Pane - Frutta	Pasta olio extrav. di oliva e parmigiano o ai 4 formaggi (asiago e fontina a dadini, ricotta vaccina e parmigiano) Polpette di vitello Ortaggi crudi o insalata di stagione Pane - Frutta
Mar.	Riso o pastina in brodo di carne Cotoletta di vitello cotta al forno Ortaggi crudi (es. carote) o insalata di stagione (v.note) Pane - Frutta	Pasta al pomodoro Girello alla genovese Insalata mista di stagione o ortaggi crudi (v. note) Pane -Frutta	Pasta al pomodoro Uova(es. frittata con patate /omelette al formaggio) v.note Verdura cotta di stagione (v. note) Pane - Frutta	Pasta e legumi (es. lenticchie) v. note Formaggio (v.note) Verdura cotta di stagione (v. note) Pane - Frutta
Mer.	Pasta al ragù di carne bovina Uova(es strapazzate) v. note Verdura cotta di stagione Pane - Frutta	Pasta al forno Formaggio (v. note) Verdura cotta di stagione (v. note) Pane -Frutta	Pasta e legumi (es. ceci) v. note Prosciutto cotto e/o crudo Ortaggi crudi o insalata mista di stagione Pane - Frutta	Pasta al pomodoro o polenta al ragù di carne bovina Uova (es frittata con verdure) v.note Ortaggi crudi o insalata di stagione Pane - Frutta
Gio.	Minestrone o passato di verdure Fuselli o cosce di pollo Patate arrosto Pane -Frutta	Risotto alla parmigiana o con verdure di stagione (es.zucca gialla, verza) Spezzatino di tacchino con piselli Pane -Frutta	Gnocchi di patate al pomodoro Scaloppina di petto di pollo Verdura cotta di stagione (v. note) Pane - Frutta	Minestrone o passato di verdure Arista di maiale Patate lesse Pane -Frutta
Ven.	Pasta al pomodoro e tonno Pesce (filetti di merluzzo) v. note Insalata mista (almeno tre varietà) Pane - Frutta	Pasta al sugo di pesce(filetti di merluzzo e platessa diliscati) Pesce (trancio di palombo) v. note Ortaggi crudi o insalata mista Pane -Frutta	Minestrone o passato di verdure con riso Pesce (crocchette : filetti di platessa,uova, patate, prezzemolo e pan grattato) v.note Ortaggi crudi o insalata mista Pane - Frutta	Risotto al sugo di pesce(trito fine di seppioline, gamberetti e calamari) Pesce (filetti di platessa) v. note Verdura cotta di stagione Pane - Frutta

N.B. Per quanto non riportato in tabella, consultare ed attenersi alle note nutrizionali allegate, ad integrazione del presente prospetto.
 Per le grammature, consultare la tabella dietetica allegata.

AZIENDA SANITARIA LOCALE
LANCIANO – VASTO - CHIETI
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Via Marco Polo n.55/a –VASTO (CH)

Dr.ssa COLLELUORI CLAUDIA
 Dirigente Medico
 Servizio di Igiene degli Alimenti e della
 Nutrizione
 ASL n. 02 Lanciano - Vasto - Chieti

Menu estivo - Scuole Materna ed Elementare - Comune di TORINO DI SANGRO A.S. 2014/2015

GG	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lun.	Pasta e piselli freschi Bresaola con lattuga e scaglie di parmigiano Verdura cotta di stagione (v.note) Pane - Frutta	Pasta con olive nere e pomodorini Uova strapazzate ben cotte o omelette al prosciutto cotto Pomodori ad insalata Pane -Frutta	Minestrone o passato di verdure* Polpettine di tonno o di ricotta e spinaci Misto di ortaggi crudi Pane - Frutta	Zuppa di legumi misti* Fior di latte - mozzarella Ortaggi crudi di stagione Pane - Frutta
Mar.	Pasta al pomodoro fresco e basilico Insalata di pollo (v.ricetta) Pomodori ad insalata Pane - Frutta	Risotto con verdure di stagione (es. carciofi – asparagi..) Petto di pollo alla piastra o in umido Insalata mista di stagione o ortaggi crudi (v. note) Pane -Frutta	Pasta al pomodoro fresco e melanzane Scaloppina di vitello o spezzatino Pomodori ad insalata(v. note) Pane - Frutta	Pasta con sugo di verdure (v. ricetta) Arrosto di vitello Misto di verdure agli aromi (v.ricetta). Pane - Frutta
Merc.	Insalata di riso (v.ricette) Uovo(Frittata di patate al forno)* Verdura cotta o cruda di stagione (v. note) Pane - Frutta	Pasta e legumi Caprese (mozzarella e pomodoro) o Stracchino e verdura cotta Pane -Frutta	Pasta al tonno e pomodoro Uovo (sodo) Verdura cotta di stagione Pane - Frutta	Riso con peperoni gialli e rossi (v.ricetta) Prosciutto cotto o crudo o bresaola Carpaccio di zucchine (v. ricetta) Pane - Frutta
Giov.	Minestrone o passato di verdure * Polpettone di carne mista* Patate arrosto Pane -Frutta	Pasta al pomodoro e ricotta Tacchino alla salvia (v. ricetta) Fagiolini e patate Pane -Frutta	Pasta al pesto o bianca olio e parmigiano Pollo in crema di lattuga (v.ricetta) Tortino di zucchine e pomodori(v. ricetta) Pane - Frutta	Pasta al pomodoro Cotoletta di tacchino Insalata mista Pane -Frutta
Ven.	Pasta con il pesce (filetti di salmone) Pesce (filetti di nasello) v. note Insalata mista (almeno tre varietà) Pane - Frutta	Pasta bianca al tonno, mais ed olive Pesce (filetti di merluzzo o spada alla piastra) Verdura cruda di stagione Pane -Frutta	Risotto al sugo di pesce (trito fine di gamberetti, seppioline e calamari) Pesce (filetti di sogliola) Ortaggi crudi o insalata mista Pane - Frutta	Insalata di pasta con dadini di pomodoro fresco e mozzarella, olive verdi e nere in piccoli pezzi, olio extra verg. di oliva e parmigiano Pesce (filetti di San Pietro o Palombo) Verdura cotta o cruda di stagione Pane - Frutta

*Preparazioni che possono essere servite tiepide.

N.B. Per quanto non riportato in tabella, consultare ed attenersi alle note nutrizionali allegate, ad integrazione del presente prospetto.
 Per le grammature, consultare la tabella dietetica allegata.