TABELLE DIETETICHE **AUTUNNO-INVERNO** A.S. **2011–2012** **SCUOLE MEDIE** **TAURISANO ASL/LE AREA SUD**

Dipartimento di Prevenzione -**Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**- **Direttore: Dott. Giuseppe Longo, Largo Codignola, 1 - 73039- TRICASE (LE)** Tel. e Fax **833/544053**

	1° settimana	**quantità alimentari**	**2° settimana**	**quantità alimentari**
LUNEDI'	PASTINA IN BRODO CON **TRITO MAGRO** DI VITELLONE----------> BASTONCINI DI **MERLUZZO** AL FORNO -------> PATATE AL PREZZEMOLO ----------> PANE g. **60** **MELA O PERA** g. **200**	Pastina gr. **65** Olio gr. **5**; Trito magro di vitellone gr. **25**; Parmigiano grattugiato gr. **8** Bastoncini di merluzzo gr.**130**; Olio gr. **5** Patate gr.**130**; Olio gr. **5**; Prezzemolo Q.B.	TORTELLINI **FRESCHI** BURRO E SALVIA----> **PETTO POLLO** IMPANATO AL FORNO-------> INSALATA MISTA ----------> PANE g. **60** **BANANA O KIWI** g. **200**	Tortellini freschi gr. **110**; Burro gr. **8**; Grana o Parmigiano grattugiato gr. **8**; Salvia q.b. Petto di pollo gr. **110**; Olio gr. **5** Lattuga gr. **30**; Radicchio gr. **20**; Carote gr. **30**; Olio gr. **5**
MARTEDI'	PASTA AL POMODORO ----------> SCALOPPINE DI **LONZA** DI MAIALE ----------> INSALATA VERDE ----------> PANE g. **50** **MANDARINI O ARANCIA** g. **200**	Pasta gr. **90**; Olio gr. **5**; Pomodori pelati gr.**70**; Grana o Parmigiano grattugiato gr. **8** Lonza maiale gr. **110**; Olio gr. **5**. Aromi veg Q.B. Lattuga gr. **70**; Olio gr. **5**	PASTA AL RAGU' **MAGRO DI VITELLONE**---> CACIOTTA **FRESCA** ----------> SPINACI AL GRANA ----------> PANE g. **50** **PERA O MELA** g. **200**	Pasta gr. **90**; Olio gr. **5**; Carne magra trita di vitellone gr. **30**; Pomodori pelati gr. **70**; Grana o Parmigiano grattugiato gr. **8** gr. **100** Spinaci gr. **130**; Olio gr. **5**; Grana o Parmigiano gr.**10**

	3° settimana	**quantità alimentari**	**4° settimana**	**quantità alimentari**
LUNEDI'	MINESTRA DI PASTA E LENTICCHIA----------> FILETTO **PLATESSA** GRATINATO----------> PATATE AL PREZZEMOLO----------> PANE g. **60** **MELA O PERA** g. **200**	Pasta gr. **60**; Olio gr. **5**; Lenticchia secca gr. **40**; Grana o Parmigiano grattugiato gr. **8** Filetto di platessa gr.**140**; Olio gr. **5**; Grana o Parmigiano gr. **5**; Pane grattugiato gr. **5** Patate gr.**130**; Olio gr. **5**; Prezzemolo Q.B.	TORTELLINI **FRESCHI** AL POMODORO----> FILETTO **MERLUZZO** ALLA LIVORNESE---> CAROTE CRUDE A JULIENNE ----------> PANE g. **60** **MANDARINI O ARANCIA** g. **200**	Tortellini freschi gr. **110**; Olio gr. **5**; Pomodori pelati gr. **70**; Grana o Parmigiano gratt. gr. **8** Filetto merluzzo gr.**140**; Olio gr. **5:** Pomodori pelati gr. **25** Carote gr. **120**; Olio gr. **5**
MARTEDI'	FARFALLINE CON RICOTTA E PARMIGIANO --> POLPETTE DI **VITELLONE MAGRO** AL POMODORO---------->> FAGIOLINI ALL'OLIO ----------> PANE g. **60** **BANANA O KIWI** g. **200**	Farfalline gr. **80**; Ricotta fresca gr. **70**; Grana o Parmigiano grattugiato gr.**10** Trito magro di vitellone gr.**100**; Olio gr. **5**; Pomodori pelati gr. **20**; Grana o Parmigiano gr. **15**; Pane grattugiato gr. **15** Fagiolini verdi gr.**130**; Olio gr. **5**	FUSILLI IN SALSA ROSATA---------->> SCHIACCIATINA **VITELLONE MAGRO** AL FORNO ---------->> PATATE AL FORNO---------->> PANE g. **60** **PERA O MELA** g. **200**	Pasta gr. **90**; Olio gr. **5**; Ricotta fresca gr. **35**; Latte gr. **15**; Pomodori pelati gr. **40**; Grana o Parmigiano grattugiato gr. **8** Trito magro di vitellone gr. **100**; Olio gr. **5**; Grana o Parmigiano gr. **15**; Pane grattugiato gr. **15** Patate gr.**130**; Olio gr. **5**

Nota Bene: le precisazioni riportate nella pagina 3 sono parte integrante delle presenti tabelle dietetetiche.

10/11/2011

AZIENDA SANITARIA LOCALE - LECCE - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE