

26 SET, 2013

AZIENDA SANITARIA LOCALE BN 1

Bechini
 AZIENDA SANITARIA LOCALE BN 1
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 20 SET, 2012
 Dr.ssa Ersilia CALOMENI
 (SISTEMA SANITARIO REGIONALE)
 AZIENDA SANITARIA LOCALE BN 1
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 A.S. 2012/2013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene alimenti e nutrizione- dott.ssa E.Palombi

Medico Nutrizionista

Tabella Pasti Mensile per alunni di scuola Materna

PADVI MENU' Invernale

A.S. 2012/2013

1^ settimana

lunedì

martedì

mercoledì

giovedì

venerdì

pasta al sugo gr 60
 vitello gr 70
 carote gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 di stagione
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 patate gr 80
 pollo (coscia) gr 70
 purea di patate gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

gnocchetti sardi gr 60
 (al sugo)
 frittata (1 uovo)
 bietole gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 fagioli gr 50
 formaggio gr 50
 spinaci gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 piselli gr 80
 bastoncini pesce 3
 spinaci gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

2^ settimana

pasta gr 60
 in brodo
 pollo (petto) gr 70
 spinaci gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 ZUCCA gr 100
 prosciutto cotto gr 50
 broccoli gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 lenticchie gr 50
 mozzarella gr 80
 bieta gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

riso al sugo gr 60
 maiale gr 70
 carote gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta al sugo gr 60
 formaggio gr 50
 crocchè patate 2
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

3^ settimana

pasta gr 40
 patate gr 100
 bastonc pesce 3
 mais gr 70
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

riso gr 60
 al sugo
 mortadella gr 50
 broccoli gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta al sugo gr 60
 formaggio gr 50
 verdura gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 piselli gr 80
 frittata (1 uovo)
 patate gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

minestrone gr 100
 pasta gr 30
 maiale gr 70
 purea patate gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

4^ settimana

pasta gr 40
 ceci gr 50
 prosciutto cotto gr 50
 broccoli gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta al sugo gr 60
 pollo (coscia) gr 70
 al forno con
 patate gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2-cucchiaini

pasta gr 40
 fagioli gr 30
 mortadella gr 40
 purea di patate gr 100
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta gr 40
 ZUCCA gr 100
 vitello gr 80
 mais gr 50
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

pasta al sugo gr 60
 frittata (1 uovo)
 bieta gr 80
 pane gr 60
 frutta fresca gr 100
 olio 2 cucchiaini

VALGONO LE ALTERNATIVE INDICATE Nelle Note (PIZZA; MORTADELLA, RICOTTA ECC)

VENERDI DELLA I SETTIMANA IL PRIMO PIATTO può ESSERE SOSTITUITO DA G100 DI PIZZA MARGHERITA

15 SET, 2014

Bechini
 AS 2014/15 Ph



26 SET. 2013

20 SET. 2013

Acobio
AS 2013/14
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SISTEMA REGIONALE DI ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE
(Dr.ssa Elisabetta Gombi)
AZIENDA SANITARIA LOCALE BNL

MENU' INVERNALE 2012/2013

5^a settimana

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
pasta gr 40 patate gr 80 mozzarella gr 80 carote gr 80 frutta fresca gr 100 di stagione olio 2 cucchiaini	pasta al sugo gr 60 vitello gr 70 carote gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 di stagione olio 2 cucchiaini	gnocchetti sardi gr 60 (al sugo) prosciutto cotto gr 50 bietole gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 ceci gr 50 formaggio gr 50 spinaci gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	riso gr 60 piselli gr 80 pollo (fusello) patate gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini

6^a settimana

pasta gr 60 lenticchie gr 50 maiale gr 80 bieta gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 zucca gr 100 prosciutto cotto gr 50 broccoli gr 100 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 in brodo gr 40 mozzarella gr 80 bieta gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta al sugo gr 60 maiale gr 70 carote gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta al sugo gr 60 platessa gr 80 purea patate gr 100 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini
---	---	---	--	---

7^a settimana

riso gr 60 patate gr 100 frittata (1 uovo) carote gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	riso gr 60 al sugo mortadella gr 50 broccoli gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta al sugo gr 60 formaggio gr 50 verdura gr 100 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 piselli gr 80 frittata (1 uovo) patate gr 100 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 ceci gr 50 vitello gr 70 mais gr 70 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini
---	--	---	---	---

8^a settimana

riso gr 60 al sugo mozzarella gr 80 piselli gr 70 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta al sugo gr 60 pollo (coscia) gr 70 al forno con patate fritte gr 100 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 patate gr 60 mortadella gr 40 purea di patate gr 100 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 Zucca gr 100 vitello gr 80 mais gr 50 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini	pasta gr 40 fagioli gr 30 prosciutto cotto gr 70 spinaci gr 80 pane gr 60 frutta fresca gr 100 olio 2 cucchiaini
---	--	--	---	--

VALGONO LE ALTERNATIVE INDICATE PER LA SCUOLA MEDIA (PIZZA; MORTADELLA, RICOTTA ECC.)
LUNEDÌ DELLA 6 SETTIMANA IL PRIMO PIATTO PUÒ ESSERE SOSTITUITO DA G100 DI PIZZA MARGHERITA

Acobio

15 SET. 2014

AS 2014/15

NOTE PER LE TABELLE DELLA REFEZIONE SCOLASTICA

La quantità dei singoli alimenti è riportata in peso netto (al netto degli scarti).
Acqua da bere: liscia.

Olio: extra vergine di oliva.

Sale da cucina: preferibilmente iodato.

Si può fare uso come aromatizzanti di : succo di limone, basilico, prezzemolo.

Aggiungere per la pasta e per il riso al sugo: pomodori e parmigiano q.b..

Purea di patate, per ogni 100 grammi: (patate gr 100, latte gr 50, burro gr 5, parmigiano gr 10).

Brodo vegetale: (patate gr 50, carote gr 10, zucchini gr 50, pomodori gr 20, aromi q.b.)

Minestrone: (patate, fagioli, zucchine, carote, pomodori, piselli e aromi).

NON USARE SEDANO(può causare reazioni allergiche)

Il vitello ed il petto di pollo possono essere cucinati a cotoletta, a scaloppina, a spezzatino o al pomodoro.

Non utilizzare carne macinata.

Il pesce può essere cucinato al forno o in umido.

Si consigliano verdura e frutta di stagione (pomodori, broccoli, scarola, spinaci, carote, mele, pere, mandarini, banane, cachi, arance). Il peso dei piselli si riferisce al prodotto surgelato

Il peso dei legumi (fagioli) si riferisce al prodotto secco.

FORMAGGIO: QUALSIASI TIPO (es: Emmental, parmigiano, galbanino, provoletta)

Il Prosciutto cotto può essere sostituito da pari quantità di mortadella, per una sola volta al mese

La mozzarella può essere sostituita per una volta al mese da pari quantità di Ricotta

SI PREGA DI PRESTARE ATTENZIONE ALLE SUCCITATE NOTE ONDE EVITARE SPIACEVOLI MALINTESI

ASPIRANTIA PALOMBI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
AZIENDA SANITARIA LOCALE BN I
Sede: Via S. Maria Maddalena, 10
37060 PALOMBI (Verona)
Dr.ssa Ersilia Palombi

15 SET. 2014
A 92014/15

ASPIRANTIA PALOMBI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
AZIENDA SANITARIA LOCALE BN I
Sede: Via S. Maria Maddalena, 10
37060 PALOMBI (Verona)
Dr.ssa Ersilia Palombi
26 SET. 2013
A 92013/14