



ASL Brindisi

PugliaSalute

U.O.S. Igiene  
della Nutrizione

**Tabelle dietetiche**

**AUTUNNO/INVERNO**

**Scuola Infanzia e Primaria**

**Comune di Latiano (Br)**

**Anno scolastico 2026-27**

**Valide fino all'A.S. 2029-30**

## LUNEDÌ

### Minestrone con pasta g

|                   |         |
|-------------------|---------|
| Pasta             | 50 (70) |
| Verdure e ortaggi | 70 (90) |
| Parmigiano        | 3 (5)   |

### Merluzzo alla mediterranea

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| Merluzzo                 | 60 (80) |
| Pomodori, olive, origano | q.b.    |

### Patate prezzemolate

|            |      |
|------------|------|
| Patate     | 100  |
| Prezzemolo | q.b. |

### Frutta di stagione 100 (150)

## MARTEDÌ

### Riso o orzo al pomodoro g

|                 |         |
|-----------------|---------|
| Riso o orzo     | 50 (70) |
| Pomodori pelati | 60 (80) |
| Parmigiano      | 3 (5)   |

### Petto di pollo dorato

|                |         |
|----------------|---------|
| Petto di pollo | 50 (80) |
| Pangrattato    | q.b.    |

### Bietola all'olio 120 (150)

### Frutta di stagione 100 (150)

### o yogurt 125

## MERCOLEDÌ

### Pasta e fagioli o ceci g

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| Pasta                 | 30 (40) |
| Ceci o fagioli secchi | 30 (40) |

### Giuncata 40 (70)

### Insalata tricolore

|         |         |
|---------|---------|
| Lattuga | 20 (30) |
| Carote  | 60      |

### Mais 10

### Frutta di stagione 100 (150)

## GIOVEDÌ

### Pasta al ragù g

|                     |         |
|---------------------|---------|
| Pasta               | 50 (70) |
| Pomodori pelati     | 60 (80) |
| Macinato di vitello | 20      |
| Parmigiano          | 3 (5)   |

### Polpette al sugo o al forno

### Macinato di vitello 30 (50)

### Uovo 1/10

### Pane q.b.

### (Passata di pomodoro) q.b.

### Insalata di finocchi e arancia

### Finocchi 120 (150)

### Arancia q.b.

### Frutta di stagione 100 (150)

## PRIMA SETTIMANA

Elaborate da:  
Dott. F. Giannuzzi  
Dott.ssa V. Girolamo  
Dott.ssa M. A. Tomaselli  
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione  
Il Dirigente Medico  
dott. Pasquale Rina

## VENERDÌ

### Risotto di Braccio di Ferro g

|            |         |
|------------|---------|
| Riso       | 50 (70) |
| Spinaci    | 30 (50) |
| Parmigiano | 3 (5)   |

### Mozzarella

### o scamorza fresca 40 (60)

### Zucca o zuccina gratinata

|                 |          |
|-----------------|----------|
| Zucca o zuccina | 90 (100) |
| Pangrattato     | q.b.     |

### Frutta di stagione 100 (150)

**Tutti i giorni:** - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g  
- panino di semola di grano duro: 40 g

**N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.**

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.



ASL Brindisi

PugliaSalute

U.O.S. Igiene  
della Nutrizione

Tabelle dietetiche

AUTUNNO/INVERNO

Scuola Infanzia e Primaria

Comune di Latiano (Br)

Anno scolastico 2026-27

Valide fino all'A.S. 2029-30

## LUNEDÌ

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>Pasta e piselli</b>              | <b>g</b>  |
| Pasta                               | 40 (50)   |
| Piselli                             | 60 (90)   |
| <b>Spezzatino tacchino con mele</b> |           |
| Tacchino                            | 50 (80)   |
| Mele                                | q.b.      |
| Farina                              | q.b.      |
| Rosmarino                           | q.b.      |
| <b>Bietola all'olio o pomodoro</b>  |           |
| Bietola                             | 120 (150) |
| (Passata di pomodoro)               | q.b.      |
| <b>Frutta di stagione</b>           | 100 (150) |

## MARTEDÌ

|                                                |           |
|------------------------------------------------|-----------|
| <b>Orecchiette al pomodoro</b>                 | <b>g</b>  |
| Orecchiette fresche                            | 60 (90)   |
| Pomodori pelati                                | 60 (80)   |
| Parmigiano                                     | 3 (5)     |
| <b>Filetto di branzino in crosta di patate</b> |           |
| Filetto di branzino                            | 60 (80)   |
| Patate                                         | 20 (30)   |
| Pangrattato                                    | q.b.      |
| <b>Julienne di carote e finocchi</b>           |           |
| Carote                                         | 60 (70)   |
| Finocchi                                       | 60 (80)   |
| <b>Frutta di stagione</b>                      | 100 (150) |

## MERCOLEDÌ

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| <b>Risotto del sole</b>   | <b>g</b>  |
| Riso                      | 50 (70)   |
| Zucca                     | 30 (50)   |
| Parmigiano                | 3 (5)     |
| <b>Frittata semplice</b>  |           |
| Uovo                      | n. 1      |
| Parmigiano                | 3         |
| Pangrattato               | q.b.      |
| <b>Spinaci all'olio</b>   | 90 (100)  |
| <b>Frutta di stagione</b> | 100 (150) |
| <b>o yogurt</b>           | 125       |

## GIOVEDÌ

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| <b>Pasta alla pizzaiola</b>              | <b>g</b>  |
| Pasta                                    | 50 (70)   |
| Pomodori pelati                          | 60 (80)   |
| Tonno all'olio d'oliva sgocc.            | 15 (20)   |
| Capperi, origano, aglio                  | q.b.      |
| <b>Sformato di cavolfiore e scamorza</b> |           |
| Patate                                   | 20 (30)   |
| Uovo                                     | 1/5       |
| Cavolfiore                               | 30 (50)   |
| Scamorza                                 | 10 (15)   |
| Pangrattato                              | q.b.      |
| <b>Carote all'olio o julienne</b>        | 90 (100)  |
| <b>Frutta di stagione</b>                | 100 (150) |

## SECONDA SETTIMANA

Elaborate da:  
Dott. F. Giannuzzi  
Dott.ssa V. Girolamo  
Dott.ssa M. A. Tomaselli  
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione  
Il Dirigente Medico  
dott. Pasquale Fina

## VENERDÌ

|                                      |           |
|--------------------------------------|-----------|
| <b>Pasta in brodo vegetale</b>       | <b>g</b>  |
| Pasta                                | 50 (70)   |
| Verdure e ortaggi per brodo          | q.b.      |
| Parmigiano                           | 3 (5)     |
| <b>Burratina</b>                     | 40 (60)   |
| <b>Insalata con granella di noci</b> |           |
| Insalata verde                       | 30 (40)   |
| Radicchio                            | 10        |
| Noci                                 | q.b.      |
| <b>Frutta di stagione</b>            | 100 (150) |

**Tutti i giorni:** - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g  
- panino di semola di grano duro: 40 g

**N.B. :** Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

## LUNEDÌ

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| <b>Vellutata di zucca</b>   | <b>g</b>  |
| Patate                      | 20 (30)   |
| Zucca                       | 120 (150) |
| Parmigiano                  | 3 (5)     |
| <b>Focaccia al pomodoro</b> |           |
| Impasto per focaccia        | 80 (120)  |
| Salsa di pomodoro           | 40 (60)   |
| <b>Mozzarella</b>           | 40 (60)   |
| <b>Frutta di stagione</b>   | 100 (150) |

## MARTEDÌ

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| <b>Pasta al sugo con ricotta</b> | <b>g</b>  |
| Pasta                            | 50 (70)   |
| Pomodori pelati                  | 60 (80)   |
| Ricotta                          | 15 (20)   |
| <b>Polpettone del cow-boy</b>    |           |
| Uovo                             | 1/10      |
| Spinaci                          | 120 (150) |
| Pangrattato                      | q.b.      |
| Parmigiano                       | 3 (5)     |
| <b>Fagioli all'olio</b>          | 20 (30)   |
| <b>Frutta di stagione</b>        | 100 (150) |

## MERCOLEDÌ

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| <b>Minestrone con cereali</b>            | <b>g</b>  |
| Riso, orzo o farro                       | 50 (70)   |
| Verdure e ortaggi                        | 70 (90)   |
| Parmigiano                               | 3 (5)     |
| <b>Fuso di pollo con patate al forno</b> |           |
| Fuso di pollo                            | 90 (150)  |
| Patate                                   | 100       |
| <b>Frutta di stagione</b>                | 100 (150) |

## GIOVEDÌ

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| <b>Crudità di verdure</b>                 | <b>g</b>  |
| Stick di carote e sedano                  | 90 (100)  |
| <b>Pasta al sugo</b>                      |           |
| Pasta                                     | 50 (70)   |
| Pomodori pelati                           | 60 (80)   |
| Parmigiano                                | 3 (5)     |
| <b>Sformato di carciofi o broccoletti</b> |           |
| Patate                                    | 20 (30)   |
| Uovo                                      | 1/5       |
| Carciofi o broccoli                       | 30 (50)   |
| Parmigiano                                | 5 (10)    |
| Pangrattato                               | q.b.      |
| <b>Frutta di stagione</b>                 | 100 (150) |
| <b>o yogurt</b>                           | 125       |

## TERZA SETTIMANA

Elaborate da:  
Dott. F. Giannuzzi  
Dott.ssa V. Girolamo  
Dott.ssa M. A. Tomaselli  
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione  
Il Dirigente Medico  
dott. Pasquale Rina

## VENERDÌ

|                                                |           |
|------------------------------------------------|-----------|
| <b>Pasta in brodo vegetale</b>                 | <b>g</b>  |
| Pasta                                          | 50 (70)   |
| Verdure e ortaggi per brodo                    | q.b.      |
| Parmigiano                                     | 3 (5)     |
| <b>Filetto di orata al forno</b>               | 60 (80)   |
| <b>Crema di finocchi al profumo di arancia</b> |           |
| Patate                                         | 20 (30)   |
| Finocchi                                       | 120 (150) |
| Buccia d'arancia grattugiata                   | q.b.      |
| <b>Frutta di stagione</b>                      | 100 (150) |

Tutti i giorni: - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g  
- panino di semola di grano duro: 40 g

**N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.**

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/herbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

## LUNEDÌ

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| <b>Pasta e lenticchie</b> | <b>g</b>  |
| Pasta                     | 30 (40)   |
| Lenticchie secche         | 30 (40)   |
| <b>Ricotta</b>            | 60 (80)   |
| <b>o robiola</b>          | 40 (70)   |
| <b>Julienne di carote</b> | 120 (150) |
| <b>Frutta di stagione</b> | 100 (150) |

## MARTEDÌ

|                                       |           |
|---------------------------------------|-----------|
| <b>Maritati integrali al pomodoro</b> | <b>g</b>  |
| Pasta fresca integrale                | 60 (90)   |
| Pomodori pelati                       | 60 (80)   |
| Parmigiano                            | 3 (5)     |
| <b>Hamburger di vitello</b>           |           |
| Macinato di vitello                   | 50 (70)   |
| <b>Spinaci all'olio</b>               | 120 (150) |
| <b>Frutta di stagione</b>             | 100 (150) |

## MERCOLEDÌ

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| <b>Risotto con calamari o gamberetti</b> | <b>g</b>  |
| Riso                                     | 50 (70)   |
| Calamari o gamberetti                    | 20 (30)   |
| <b>Polpette di tonno</b>                 |           |
| Uovo                                     | 1/5       |
| Patate                                   | 80 (100)  |
| Tonno                                    | 20 (25)   |
| Pangrattato                              | q.b.      |
| <b>Insalata verde</b>                    | 40 (50)   |
| <b>Frutta di stagione</b>                | 100 (150) |
| <b>o yogurt</b>                          | 125       |

## GIOVEDÌ

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>Finocchi</b>                   | <b>g</b>  |
| (crudità o julienne)              | 120 (150) |
| <b>Lasagne al forno</b>           |           |
| Lasagna secca all'uovo            | 40 (60)   |
| Pomodori pelati                   | 60 (80)   |
| Macinato di vitello               | 20        |
| Parmigiano                        | 3 (5)     |
| Besciamella                       |           |
| (latte, farina, burro o olio evo) | q.b.      |
| <b>Mozzarella</b>                 | 40 (60)   |
| <b>Frutta di stagione</b>         | 100 (150) |

## QUARTA SETTIMANA

Elaborate da:  
Dott. F. Giannuzzi  
Dott.ssa V. Girolamo  
Dott.ssa M. A. Tomaselli  
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione  
Il Dirigente Medico  
dott. Pasquale Fina

## VENERDÌ

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>Purè di fave</b>               | <b>g</b>  |
| Fave secche                       | 30 (40)   |
| Patate                            | 100 (120) |
| <b>Frittata semplice</b>          |           |
| Uovo                              | n. 1      |
| Parmigiano                        | 3         |
| Pangrattato                       | q.b.      |
| <b>Bietola o cicoria all'olio</b> | 120 (150) |
| <b>Frutta di stagione</b>         | 100 (150) |

**Tutti i giorni:** - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g  
- panino di semola di grano duro: 40 g

**N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.**

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.