

Dipartimento di Prevenzione
Sede di Alessandria
Struttura S.O.C. S.I.A.N.
Direttore Dr. Corrado Rendo

Regione Piemonte-ASL AL
n. 65020 del 10/07/2013
767679

Spett.le
Comune di Castellazzo Bormida
Via XXV Aprile, 44
15073 Castellazzo Bormida (AL)

Oggetto: Approvazione/vidimazione menù invernale/estivo scuola dell'infanzia, primaria e secondaria di primo grado. Trasmissione.

In allegato alla presente, si trasmette il menù di cui all'oggetto, debitamente vidimato.

Distinti saluti.

IL DIRETTORE VICARIO

Dr.ssa Simonetta TOCCI



Allegati: nr. 01
- Menù vidimato;

COMUNE DI CASTELLAZZO BORMIDA	
Prot. N. <u>7357</u>	Ric. Il
16 LUG. 2013	
V.	Sett. <u>2/1</u>
Cat.	Classe Fasc.



MENU ESTIVO COMUNE DI CASTELLAZZO BORMIDA

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
lunedì	Pasta al pesto Frittata con zucchine Verdura cotta Frutta Pane	Crema di carote e crostini (mat) Merluzzo al limone Patate lesse in insalata Frutta Pane	Pasta pomodori e melanzane Mozzarella Pomodori Frutta Pane	Riso olio e formaggio Polpette bovino+spinaci Verdura cotta Frutta Pane
martedì	Pizza margherita Prosciutto cotto (1/2 porz) Verdura cruda Frutta Pane	Pasta al ragu' Formaggio fresco* Manzo affumicato (medie) Verdura cruda Frutta (mat ed elem) Yogurt (medie) Pane	Milnestina(x materna) Pasta al pomodoro (Medie) Crocchette di pesce Verdura cruda Frutta (mat ed elem) Gelato (medie) Pane	Tagliatelle al ragu' Insalata rizzarda (Verde pomodori, tonno, uovo sodo) Budino Pane
mercoledì	Riso alle verdure di stagione Merluzzo alla mugnaia Verdura cotta Yogurt alla frutta Pane	Pasta al pomodoro e ricotta Cosce di pollo al forno Verdura cotta Frutta Pane	Lasagne ragu' e besciamella Verdura cruda Verdura cotta Frutta Pane	Pizza margherita Prosciutto cotto (1/2 porz) Verdura cruda Frutta Pane
giovedì	Pasta al pomodoro e basilico Hamburger bovino+verdure Verdura cotta Frutta Pane	Risotto con zucchine Insalata di pomodori, tonno patate, olive Frutta Pane	Risotto olio e formaggio Arrosto di tacchino olio e limone Verdura cruda Frutta Pane	Pasta al burro e aromi Filetto di merluzzo Frutta Pane
venerdì	Pasta all'olio e formaggio Petto di pollo impanato verdura cruda Frutta (mat ed elem) Budino (medie) Pane	Pasta pomodoro, olive e capperi Scaloppe di tacchino al limone Verdura cotta Gelato Pane	Pasta al pesto Rotolina di pollo al forno Verdura cruda yogurt alla frutta Pane	Pasta al pomodoro e basilico Lonza di maiale impanata Verdura cruda Frutta Pane

* Si intendono: mozzarella, primo sale, crescenza, ricotta, formaggio...

Aggiornato febb. 2013

Alcuni piatti potrebbero contenere in tutto o in parte ingredienti (prodotti ittici, verdure, pasta per lasagne ...) surgelati e/o congelati all'origine

10 LUG. 2013



MENU INVERNALE COMUNE DI CASTELLAZZO BORMIDA

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
lunedì	Pizza margherita Prosciutto cotto (1/2 porz) Verdura cruda Frutta Pane	Crema di piselli c. crostini Crocchette di pesce Verdura cruda Budino Pane	Pasta al pesto Filetto di merluzzo al forno Verdura cotta Frutta Pane	Risotto alla milanese Scaloppa di tacchino Verdura cotta Frutta Pane
martedì	Pasta al pomodoro Frittata di verdura (mat ed elem) Salsiccia pollo, facc, suino (medie) Verdura cotta Frutta (mat ed elem) Yogurt (medie) Pane	Gnocchi al pomodoro Formaggio fresco Verdura cotta Frutta Pane	Minestrina(x materna ed elem) Pasta al pomodoro (x medie) Lorza impanata Patate Frutta Pane	Tagliatelle al ragu' Merluzzo impanato Verdura cotta Budino Pane
mercoledì	Passato di verdura Petto di pollo impanato Patate al forno Frutta Pane	Riso olio e formaggio Spezzatino in umido Verdura cotta Frutta Pane	Lasagne ragu' e besciamella Verdura cruda Verdura cotta Frutta Pane	Pasta e lenticchie in brodo Uovo sodo e carote Frutta Pane
giovedì	Riso alla milanese Filetto di merluzzo Yogurt alla frutta Pane	Pasta pomodoro olive capperi Frittata di verdura Verdura cotta Frutta Pane	Riso e patate in brodo Arrosti al forno Verdura cotta Frutta pane	Risotto con la zucca Formaggio fresco* Verdura cruda Frutta Pane
venerdì	Pasta all'olio e formaggio Hamburger di bovino+verdure Verdura cruda Frutta Pane	Pasta al pomodoro e ricotta Cosce di pollo al forno Verdura cotta Frutta (mat ed elem) Budino (medie) Pane	Pizza margherita Prosciutto cotto (1/2 porzione) Verdura cotta Frutta Pane	Pasta al pomodoro/ al tonno (medie) Polpette bovino+spinaci Verdura cotta Frutta (mat ed elem) Yogurt (medie) Pane

* Si intendono: mozzarella, primo sale, crescenza, ricotta, formaggio...

Aggiornato febb. 2013

Alcuni piatti potrebbero contenere in tutto o in parte ingredienti (prodotti ittici, verdure, pasta per lasagne ...) surgelati e/o congelati all'origine

10 LUG. 2013

**TABELLE DIETETICHE PER BAMBINI CON ETA' COMPRESA TRA
2,5 E 5,5 ANNI**

PRANZO

I pesi indicati si riferiscono alla parte edibile dell'alimento crudo e al netto dagli scarti

ALIMENTO	SOSTITUZIONI
Pasta asciutta g 50	<ul style="list-style-type: none"> • riso asciutto g 50 • pasta/riso in brodo g 30 • gnocchi g 130 • pasta ripiena g 60
Parmigiano g 5 (1 cucchiaino)	
Olio g 15 (3 cucchiaini)	
Secondi piatti	<ul style="list-style-type: none"> • carne g 50 • pesce g 70 • affettati magri (prosciutto cotto e crudo sgrassati, bresaola, fesa di tacchino) g 50 • formaggi freschi (e. primo sale, mozzarella) g 50 • ricotta g 100 • uova n° 1 • legumi freschi (anche come piatto unico in associazione al primo piatto) g 70 • legumi secchi (anche come piatto unico in associazione al primo piatto) g 20
Verdura g 100 -150	<ul style="list-style-type: none"> • patate (se primo piatto in brodo) g 100
Pane g 30	
Frutta fresca g 120	<ul style="list-style-type: none"> • frutta fresca zuccherina (banane, kaki, fichi, uva, mandarini) g 80 • yogurt/budino g 125

COMPOSIZIONE MEDIA DEL PASTO

Proteine: g 22 Lipidi totali: g 20

Carboidrati: g 83 Fibra: g 7 - 8

Kcal: 600

10 LUG. 2013



**TABELLE DIETETICHE PER BAMBINI CON ETA' COMPRESA TRA
5,5 E 10,5 ANNI**

PRANZO

I pesi indicati si riferiscono alla parte edibile dell'alimento crudo e al netto dagli scarti

ALIMENTO	SOSTITUZIONI
pasta asciutta g 70	<ul style="list-style-type: none"> • riso asciutto g 70 • pasta/riso in brodo g 30 • gnocchi g 180 • pasta ripiena g 80
parmigiano g 5 (1 cucchiaino)	
olio g 15 (3 cucchiaini)	
secondi piatti	<ul style="list-style-type: none"> • carne g 100 • pesce g 150 • affettati magri (prosciutto cotto e crudo sgrassati, bresaola, fesa di tacchino) g 80 • formaggi freschi (e. primo sale, mozzarella) g 60 • ricotta g 100 • uova n° 2 • legumi freschi (anche come piatto unico in associazione al primo piatto) g 150 • legumi secchi (anche come piatto unico in associazione al primo piatto) g 40
verdura g 150- 200	<ul style="list-style-type: none"> • patate (se primo piatto in brodo) g 200 • insalate g 50
pane g 40	
frutta fresca g 150	<ul style="list-style-type: none"> • frutta fresca zuccherina (banane, kaki, fichi, uva, mandarini) g 100 • yogurt/budino g 125

COMPOSIZIONE MEDIA DEL PASTO

Proteine: g 32 Lipidi totali: g 22

Carboidrati: g 97 Fibra: g 9 - 11

Kcal: 715

10 LUG. 2013



**TABELLE DIETETICHE PER BAMBINI CON ETA' COMPRESA TRA
10,5 E 13,5 ANNI**

PRANZO

I pesi indicati si riferiscono alla parte edibile dell'alimento crudo e al netto dagli scarti

ALIMENTO	SOSTITUZIONI
pasta asciutta g 100	<ul style="list-style-type: none"> • riso asciutto g 100 • pasta/riso in brodo g 40 • gnocchi g 250 • pasta ripiena g 120
parmigiano g 5 (1 cucchiaino)	
olio g 20 (4 cucchiaini)	
secondi piatti	<ul style="list-style-type: none"> • carne g 100 • pesce g 150 • affettati magri (prosciutto cotto e crudo sgrassati, bresaola, fesa di tacchino) g 80 • formaggi freschi (e. primo sale, mozzarella) g 60 • ricotta g 100 • uova n° 2 • legumi freschi (anche come piatto unico in associazione al primo piatto) g 150 • legumi secchi (anche come piatto unico in associazione al primo piatto) g 40
verdura g 150 - 200	<ul style="list-style-type: none"> • patate (se primo piatto in brodo) g 250 • insalate g 50
pane g 50	
frutta fresca g 150	<ul style="list-style-type: none"> • frutta fresca zuccherina (banane, kaki, fichi, uva, mandarini) g 100 • yogurt/budino g 125

COMPOSIZIONE MEDIA DEL PASTO

Proteine: g 36 Lipidi totali: g 28
Carboidrati: g 127 Fibra: g 10 - 12
Kcal: 905

10 LUG. 2013

