

Dipartimento di Prevenzione

S.I.A.N.

Direttore: Dr. Castellone Luigi  
Dirigente Medico: Dr. Di Micco Biagio  
Casavatore, via Nicola Amore n° 2  
Telefono: 08118840167  
e-mail: [sian@pec.asl2nord.it](mailto:sian@pec.asl2nord.it)  
[biagio.dimicco@asl2nord.it](mailto:biagio.dimicco@asl2nord.it)

ASL NA 2 NORD  
Prot. n. Dipartimento di Prevenzione  
del 23 GIU 2017  
N. 4426/17

Al Dirigente del Settore V - Servizi Diretti alla Persona-  
del Comune di Casoria.

Oggetto: Valutazione tabella dietetica come da richiesta prot.Dip.  
Prev. n°40903/17 del 21/06/2017.

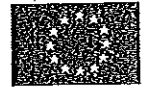
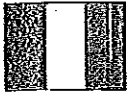
Vista la richiesta di cui in oggetto, valutate le tabelle dietetiche presentate si esprime parere favorevole con le seguenti prescrizioni che saranno parte integrante delle stesse:

a) somministrare la frutta fresca di stagione tutti i giorni nella quantità di 150 grammi e non sostituirla con dolci, succhi di frutta o yogurt alla frutta.



Dr. Di Micco Biagio  
Dirigente Medico del S.I.A.N.

*R. Di Micco*



## CITTA' di CASORIA

### Settore V Servizi Diretti alla Persona

#### TABELLA DIETETICA PER GLI ALUNNI DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA E PER TRE SEZIONI DI SCUOLA PRIMARIA

#### 1<sup>a</sup> Settimana

##### Lunedì: Pasta e fagioli

Pasta gr.30 – fagioli gr.30 –olio 5 ml  
Merluzzo al sugo (merluzzo gr. 80- pomodoro gr 10 )+ mais dolce(80 gr mais -5 gr olio)  
banana

##### Martedì: Gnocchetti al pomodoro

Gnocchetti sardi gr 50- pelati gr.100- olio 5 ml-  
Hamburger di tacchino gr.80 +spinaci al parmigiano:  
[ spinaci 100 gr – parmigiano 20 gr.– olio 5 gr.]  
Crostata di frutta gr.40

##### Mercoledì : Riso e patate

Riso gr.30 –patate passate gr.100 – pomodoro gr.5 – olio 5 ml  
Spezzatino di manzo gr. 80 + insalata verde 80 gr - olio 5 gr. Aromi q.b  
mandarino o altro frutto di stagione

##### Giovedì: Pasta e lenticchie

Pasta gr.30 passato di lenticchie gr.30 –olio 5 ml  
Cotoletta di pollo gr.80 +patate a forno/vapore :  
[ patate 120 gr – olio 5 gr – aromi q.b.]  
Succo di frutta

##### Venerdì: Focaccia al pomodoro

farina gr. 50 –pomodoro gr 50. – parmigiano gr 5-olio 5 ml  
Prosciutto cotto o crudo gr.80+bietole al limone:  
[bietole 100 gr – olio 5 gr.- aromi qb.]  
Yogurt alla frutta

## 2^ Settimana

### **Lunedì: Pasta e patate**

Pasta gr.30 - patate passate gr.100 - olio 5 ml  
Polpette al forno (macinato di bovino magro gr 80- pangrattato gr 20- uova gr 10-  
parmigiano gr 5) + carote all'insalata :  
[ carote 100 gr. - olio 5 gr. - limone q.b.] banana

### **Martedì: Riso al sugo**

Riso gr.50- pomodoro q.b.-olio 5 ml  
Mozzarella gr.100 +zucchine a forno/a vapore:  
[ zucchine 100 gr. - olio 5 gr. - aromi q.b. ] budino 100 gr

### **Mercoledì: Pasta e piselli**

Pasta gr.50- piselli gr.100 - olio. 5 ml  
Platessa impanata gr.80 +patate al forno/al vapore:  
[ patate 120 gr. - olio 5 gr. - aromi q.b.] macedonia di frutta gr.100

### **Giovedì: Gateau di patate**

Patate disidratate gr.100 -prociutto cotto gr.20 -mozzarella gr. 20-uovo gr 15- parmigiano gr 5  
Petto di pollo al sugo (gr. 80 di pollo + 10 gr.pomodoro)+spinaci all' insalata:  
[ spinaci 100 gr. r. - olio 5 gr. Aromi q.b. ] succo di frutta

### **Venerdì: Pasta alla bolognese**

Pasta gr.40- pomodoro gr 40 - macinato bovino magro gr 30 -parmigiano gr 5-olio gr 5  
Prociutto cotto gr.80 + biette in insalata 80 gr.  
Aromi q.b.  
mandarino o altro frutto di stagione

3^ Settimana

**Lunedì: Pasta e fagioli**

Pasta gr. 30-fagioli passati gr.30-olio 5 ml  
merluzzo al sugo( gr.80 di merluzzo +10 gr pomodoro)+spinaci al parmigiano:  
[ spinaci 100 gr. – parmigiano 20 gr. – olio 5 gr..] banana

**Martedì: Riso al sugo**

Riso gr.50 gr.-pomodoro q.b.-olio 5 ml  
Spezzatino di manzo gr. 80 + insalata verde:  
[ insalata 80 gr. – olio 5 gr. – aromi q.b.] crostata di frutta gr.40

**Mercoledì: Pasta al pomodoro**

Pasta gr.50 -pelati gr.100- olio 5 ml  
Prosciutto cotto gr. 80 +patate al forno/vapore:  
[patate 120 gr. – olio 5 gr. – aromi q.b.]succo di frutta

**Giovedì: Focaccia al pomodoro**

Farina gr. 50 –pomodoro gr 50. – parmigiano gr 5-olio 5 ml  
Formaggio spalmabile gr.80 +-carote all' insalata(gr 100 carote  
aromi q.b. – olio 5 gr.) yogurt alla frutta

**Venerdì: Pasta al gratin**

pasta gr.40 –besciamella gr.30 –prociutto cotto gr 10- mozzarella gr.5 –parmigiano gr.5  
cotoletta di pollo gr.80 + zucchine al forno/vapore:  
[ zucchine 100 gr. – olio 5 gr. – aromi q.b.]  
mela

## 4<sup>a</sup> Settimana

### Lunedì: Pasta e lenticchie

Pasta gr.30 - lenticchie passate gr.30 - olio 5 ml  
Hamburger di Tacchino gr. 80 - + carote all'insalata gr.100  
- olio 5 gr. - limone q.b.  
banana

### Martedì: Riso al sugo

Riso gr.50 - pelati gr.100 - olio 5 ml  
Arista di maiale al forno gr 80 - mais dolce  
(80 gr mais - 5 gr olio)  
Budino 100 gr. *uo*

### Mercoledì: Pasta col pesto

Pasta gr.50 - pesto 35 gr. - .olio 5 ml  
Bastoncini di pesce gr.80 + patate al forno/vapore:  
[patate 120 gr. - olio 5 gr. - aromi q.b.]  
mandarino o altro frutto di stagione

### Giovedì: Pasta al sugo

Pasta gr.50 - pelati gr.100 - olio 5 ml  
Polpette al forno ( macinato di bovino magro gr.80 + biete all'insalata gr.80  
olio 5 gr. - aromi q.b. - yogurt alla frutta *uo*

### Venerdì: Focaccia al pomodoro

Farina gr. 50 - pomodoro gr 50. - parmigiano gr 5 - olio 5 ml  
Formaggio spalmabile gr.80 fagiolini in insalata 80 gr.  
aromi q.b. - olio 5 gr. - macedonia di frutta 100 gr.

### Tutti i giorni : panino gr. 50

bottiglietta da ml 250 di acqua oligominerale con beccuccio pull push  
N.B. Il prosciutto cotto deve essere senza polifosfati

Il formaggio e la mozzarella devono essere in confezione sigillata  
L'olio deve essere extravergine di oliva

Il succo di frutta deve essere di 200 ml e contenere almeno il 70 % di frutta  
Il budino vaniglia o cioccolato fondente deve essere a basso contenuto di grassi senza coloranti e conservanti artificiali *uo*

La grammatura per gli alunni della primaria deve essere aumentata del 10%