

**TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE  
ANNO SCOLASTICO 2017/2018**

CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:	
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA
<b><u>INSALATA MISTA:</u></b> Lattuga iceberg Radicchio Carote Olio extra vergine di oliva Sale	Gr. 30 Gr. 30 Gr. 30 Gr. 5 q.b.	Gr. 40 Gr. 40 Gr. 40 Gr. 5 q.b.	<b><u>INSALATA VERDE CON CAROTE JULIENNE</u></b> Lattuga iceberg Carote julienne Olio extravergine di oliva Sale e odori	Gr. 30 Gr. 30 Gr. 5 q.b.	Gr. 40 Gr. 40 Gr. 5 q.b.
<b><u>INSALATA DI *POMODORI</u></b> *Pomodori freschi Olio extra vergine di oliva Sale	Gr. 80 Gr. 5 q.b.	Gr. 90 Gr. 5 q.b.	<b><u>PATATE LESSE PREZZEMOLATE:</u></b> Patate fresche lesse Olio extravergine di oliva Sale e odori	Gr. 100 Gr.5 q.b.	Gr. 110 Gr. 5 q.b.
<b><u>PATATE AL FORNO:</u></b> Patate fresche Olio extravergine di oliva Sale e odori	Gr. 100 Gr. 5 q.b.	Gr. 110 Gr. 5 q.b.	<b><u>INSALATA DI *POMODORI E PATATE:</u></b> *Pomodori freschi Patate fresche Olio extravergine di oliva Sale	Gr. 50 Gr. 50 Gr. 5 q.b.	Gr. 60 Gr. 60 Gr. 5 q.b.
<b><u>** CAVOLFIORI O **CAROTE GRATINATE AL FORNO</u></b> ** Cavolfiori ** Carote Olio extravergine di oliva Parmigiano o grana Mollica di pane Sale	Gr. 70 Gr. 70 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.	Gr. 80 Gr. 80 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.	<b><u>** ZUCCHINE E **CAROTE GRATINATE</u></b> ** Zucchine ** Carote Olio extravergine di oliva Parmigiano o grana Mollica di pane Sale	Gr. 40 Gr. 40 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.	Gr. 50 Gr. 50 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.
			<b><u>** ZUCCHINE GRATINATE</u></b> ** Zucchine Olio extravergine di oliva Parmigiano o grana Mollica di pane Sale	Gr. 70 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.	Gr. 80 Gr. 5 Gr. 5 q.b. q.b.
<b><u>**CAROTE TRIFOLATE:</u></b> Carote Olio extra vergine di oliva Sale	Gr. 60 Gr. 5 q.b.	Gr. 70 Gr. 5 q.b.	<b><u>**PISELLI IN UMIDO</u></b> **Piselli Olio extra vergine di oliva Sale e odori	Gr. 70 Gr. 5 q.b.	Gr. 80 Gr. 5 q.b.
<b><u>**PISELLI E **CAROTE IN UMIDO:</u></b> **Piselli **Carote Olio extra vergine di oliva	Gr. 50 Gr. 40 Gr. 5	Gr. 60 Gr. 50 Gr. 5	<b><u>***PEPERONI E PATATE:</u></b> Patate fresche Peperoni freschi Olio extra vergine di oliva Sale e odori	Gr. 60 Gr. 60 Gr. 5 q.b.	Gr. 70 Gr. 70 Gr. 5 q.b.
<b><u>**SPINACI O **BIETOLA O **FAGIOLINI O ** ZUCCHINE SALTATE</u></b> **Spinaci ** Bietola ** Fagiolini **Zucchine Olio extravergine di oliva Sale	Gr. 70 Gr. 70 Gr. 70 Gr. 70 Gr. 5 q.b.	Gr. 80 Gr. 80 Gr. 80 Gr. 80 Gr. 5 q.b.	<b><u>INSALATA DI **FAGIOLINI:</u></b> **Fagiolini Olio extra vergine di oliva Sale	Gr. 70 Gr. 5 q.b.	Gr. 80 Gr. 5 q.b.

**TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE PER FASCE SCOLASTICHE  
ANNO SCOLASTICO 2017/2018**

ALIMENTI VARI:	QUANTITA' PER:		ALIMENTI VARI:	QUANTITA' PER:	
	BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA		BAMBINI INFANZIA	BAMBINI PRIMARIA
<u>PANINO</u>	GR. 60	GR. 80	<u>FRUTTA</u> La frutta deve essere di stagione	GR. 120	GR. 150
<u>***TURDILLI O PANDORO</u>	N° 1 N° 1 FETTA	N° 1 N° 1 FETTA	<u>***COLOMBA PASQUALE</u>	N° 1 FETTA	N° 1 FETTA
<u>***CHIACCHIERE</u>	N° 1	N° 1	<u>SUCCO DI FRUTTA IN BRICK</u>	200 ML	200 ML
<u>PUREA DI FRUTTA</u> (100% polpa di frutta)	100 GR	100 GR			

- A) Per la scuola materna la pasta deve essere di tipo corto
- B) Per la scuola materna i legumi e il minestrone devono essere passati
- C) \* L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale
- D) \*\* Prodotto preferibilmente fresco o surgelato
- E) \*\*\* Piatti tipici del territorio
- F) Per quanto riguarda il consumo di verdure e frutta fresca o di IV gamma, si raccomanda di tener conto del possesso, da parte della Ditta destinataria del servizio, delle dovute attrezzature riservate al lavaggio ottimale di tali prodotti per come specificato nel piano di autocontrollo
- G) E' preferibile per la scuola materna utilizzare il prosciutto cotto senza polifosfati al posto del prosciutto crudo o della bresaola, per il minore contenuto di sale e la minore difficoltà legata alla masticazione e deglutizione. Si raccomanda inoltre, di non sostituire la bresaola di cavallo con la bresaola di manzo laddove fossero presenti bambini affetti da allergia/intolleranza al latte e derivati
- H) Sarebbe preferibile utilizzare pane a ridotto contenuto di sale e comunque sempre iodato: pane con contenuto di sale non superiore all'1.8% - 1.7% riferito alla farina. La produzione e vendita di pane con ridotto contenuto di sale, rispettando gusto, fragranza e qualità, è promossa dal Ministero della Salute e persegue un obiettivo di salute pubblica di estrema importanza, contribuendo alla diminuzione della prevalenza/incidenza delle malattie cronico-degenerative
- I) Accertarsi che i filetti di pesce serviti a mensa siano deliscati accuratamente secondo quanto previsto dal Piano di Autocontrollo
- J) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente previa cottura
- K) Le grammature per le diete speciali rimangono invariate
- L) Per le diete speciali vengono rispettati rigorosamente tutti gli ingredienti dei menù che vengono stilati e vidimati in base alle patologie degli utenti
- M) Le preparazioni delle diete speciali vengono eseguite in contesti separati o con differenziazione temporale e con utensileria contraddistinta soprattutto per i celiaci
- N) Verificare sempre l'etichettatura dei Prodotti Alimentari: Regolamento UE 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che modifica i regolamenti (CE) n. 1924/2006 e (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio e abroga la direttiva 87/250/CEE della Commissione, la direttiva 90/496/CEE del Consiglio, la direttiva 1999/10/CE della Commissione, la direttiva 2000/13/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, le direttive 2002/67/CE e 2008/5/CE della Commissione e il regolamento (CE) n. 608/2004 della Commissione
- O) Prevedere un'offerta di almeno due varietà di frutta nella medesima settimana
- P) Due volte al mese può essere previsto il succo di frutta da 200 ml in sostituzione alla frutta di stagione
- Q) Due volte al mese può essere prevista in sostituzione alla frutta di stagione una purea di frutta