

REGIONE SICILIANA

Azienda Sanitaria Locale n. 5 MESSINA
Servizio di Igiene Pubblica e Territorio
SEDE DI MIRTO

TABELLA DIETETICA STANDARD SCUOLA MATERNA

LUNEDI';

1° piatto: farfalle all'olio con prosciutto

farfalle gr. 60
olio extra vergine di oliva gr. 10
prosciutto gr. 20

2° piatto: polpette di carne

carne tritat gr. 80
olio extra vergine di oliva gr. 10

Pane

gr. 50

Frutta

gr. 100

acqua

cc. 200

MARTEDI';

1° piatto: pasta con pomodoro

pasta gr. 70
olio extra vergine di oliva gr. 5
pelati gr. 40

2° piatto: frittata con patate

patate gr. 80
uovo 1
olio extra vergine di oliva gr. 10

Pane

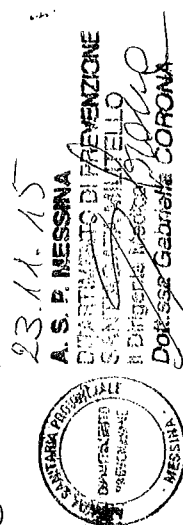
gr. 50

Frutta

gr. 100

acqua

cc. 200



Dott. Antonino Castrovinci Cercatore
MEDICO-CHIRURGO
Via Umberto, 16 - 98070 MIRTO (ME)
Cod. Reg. 31023/6 - Ord. Med. 5399
P.IVA 01457048830
Cod. Fisc. CST NINN 57CSG 07935

MERCOLEDI';

1° piatto: minestrone con pasta

pasta gr. 70
patate gr. 10
carote gr. 10
fagioli gr. 10
zucchine gr. 10
parmigiano gr. 10
olio extra vergine di oliva gr. 10
pelati gr. 20


2° piatto: cotoletta

carne primo taglio gr. 80
uova 1
pangrattato q.b
olio extra vergine di oliva gr. 10
insalata di pomodoro gr. 100
o
patate lesse gr. 80

Pane
Frutta
acqua

gr. 50
gr. 100
cc. 200

23.11.15
A.S. P. MESSINA
CONTRASTO ALLA PREVENZIONE
DEI RISK FACTORS
IN CARTELLI
DOTT. SEBASTIANO CORONA



GIOVEDI';

1° piatto: pasta con pomodoro

pasta gr. 70
olio extra vergine di oliva gr. 5
pelati gr. 10
parmigiano gr. 10

2° piatto: bastoncini al forno

bastoncini di pesce gr. 50
olio extra vergine di oliva gr. 10
patate o verdure gr. 100

Pane
Frutta
acqua

gr. 50
gr. 100
cc. 200

Dott. Antonino Castrovinci Cercatore
MEDICO CHIRURGO
Via Umberto, 16 - 98070 MIRTO (ME)
Cod. Reg. 31023/8 - Ord. Med. 5399
P.IVA 0145504830
Cod. Fisc. CST NNN 57039 07905

VENERDI':

1° piatto: pasta con legumi

pasta gr. 60
lenticchie o fagioli gr. 60
olio extra vergine di oliva gr. 10
pelati gr. 20
carote o sedano gr. 20
patate o pomodori gr. 100

2° piatto: formaggio tipo belpaese o mozzarella e prosciutto

formaggio gr. 70
mozzarella gr. 40
prosciutto gr. 30

Pane

gr. 50

Frutta

gr. 100

acqua

cc. 200

23.11.15
Dott. Antonino Castrovinci
MEDICO CHIRURGO
CORSO GARIBOLDI 10
MIRTO (ME)

La tabella di cui sopra potrà essere modificata alternandola con i seguenti alimenti:

LUNEDI': risotto al burro o tortellini al pomodoro al posto delle farfalle, hamburger o polpetta di patate al posto delle polepette di carne.

MARTEDI': cotoletta di pollo al posto della frittata di patate con verdure o purea di patate.

NERCOLEDI': carne alla pizzaiola al posto della cotoletta.

GIOVEDI': gnocchi al pomodoro al posto della pasta.

VENERDI': platessa o merluzzo al posto dei bastoncini.

La grammatura del sale e degli aromi non è stata riportata e lasciata a discrezione dell'operatore ed ai gusti degli utenti, la grammatura delle verdure si intende per parte edibile.

Per la frittura si consiglia olio di arachidi o olio extravergine d'oliva.

Dott. Antonino Castrovinci Cercatore
MEDICO CHIRURGO
Via Umberto, 16 - 98070 MIRTO (ME)
Cod. Reg. 31023/8 - Ord. Med. 5399
Part. IVA 01455048630
Cod. Fisc. 031 NNN 57050 07933