

Capo Settore P. Educazione  
All-

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE

DATA: 23/05/2017

PROT: 30/San



Al Capo Settore "Politiche per L'educazione"  
Comune di Ispica

EMAIL  
San.ase@aspragusa.it

Oggetto: Menù refezione scolastica Comune di Ispica.

Facendo seguito alla sua richiesta di quanto riportato in oggetto prot.n.  
0014902/c\_366 del 16/05/2017, si trasmette in allegato la tabella dietetica per la  
scuola dell'infanzia da lei richiesta per l'anno scolastico 2017/2018.

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE  
RAGUSA  
DIRIGENTE MEDICO SCOLASTICO  
Dott.ssa G. FERMO

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL' INFANZIA  
MENU' I ° SETTIMANA

A. S. P. T. RAGUSA  
DIPARTIMENTO PREVENZIONE  
SIAN - DISTRETTO DI MEDICINA  
DIPARTIMENTO DI MEDICINA  
DOTT. MICHELE...

pag 1-13

LUNEDI'	Pastina con passata di ceci Mozzarelline Pane Frutta di stagione
MARTEDI'	Pasta con piselli Polpette al forno Insalata mista Pane Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Riso alla zucca gialla Filetti di merluzzo impanati al forno Pane Frutta di stagione
GIOVEDI'	Tortellini al ragù vegetale Prosciutto cotto Pane Frutta di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro Provola fresca ragusana Carote Julienne Pane Frutta di stagione

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE  
RAGUSA  
DIRIGENTE MEDICO SCOLASTICO  
Dott. ssa G. FERMO

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL' INFANZIA  
MENU'II° SETTIMANA

LUNEDI'                      Riso braccio di ferro  
                                 Prosciutto cotto  
                                 Pane  
                                 Frutta di stagione

MARTEDI'                    Filetti di merluzzo impanati al forno  
                                 Patate lesse  
                                 Pane  
                                 Frutta di stagione

MERCOLEDI'                Pasta al ragù  
                                 Provola fresca ragusana  
                                 Pane  
                                 Frutta di stagione

GIOVEDI'                    Pastina con crema di legumi  
                                 Petto di pollo impanato al forno  
                                 Insalata mista di stagione  
                                 Pane  
                                 Frutta di stagione

VENERDI'                    Lasagne al forno  
                                 Carotine lesse  
                                 Pane  
                                 Frutta di stagione

2

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL' INFANZIA  
MENU' III° SETTIMANA

LUNEDI'                      Riso al pomodoro  
                                    Provola fresca ragusana  
                                    Insalata mista di stagione  
                                    Pane  
                                    Frutta di stagione

MARTEDI'                    Pasta e lenticchie  
                                    Prosciutto cotto  
                                    Pane  
                                    Frutta di stagione

MERCOLEDI'                Tortellini di carne al pomodoro  
                                    Spinaci  
                                    Pane  
                                    Frutta di stagione

GIOVEDI'                    Scaloppine di petto di pollo al limone  
                                    Patate al forno  
                                    Pane  
                                    Frutta di stagione

VENERDI'                    Pasta al ragù  
                                    Piselli  
                                    Pane  
                                    Frutta di stagione

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL' INFANZIA  
MENU' IV° SETTIMANA

LUNEDI'	Pastina in brodo vegetale Bastoncini o filetti di merluzzo al forno Pane Frutta di stagione
MARTEDI'	Lasagne al forno Prosciutto cotto Pane Frutta di stagione
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro Mozzarella Pane Frutta di stagione
GIOVEDI'	Riso con zucchine Petto di pollo impanato al forno Insalata mista di stagione Pane Frutta di stagione
VENERDI'	Minestrone con verdure fresche passate Provola fresca ragusana Pane Frutta di stagione

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' I° SETTIMANA

Grammature

LUNEDI'

Pastina di grano duro I° qualità	40
Ceci secchi passati	30
Olio	10
Sale,	q.b.
Mozzarella	50
Pane	50
Frutta di stagione	150

MARTEDI'

Pasta grano duro I° qualità	50
Piselli	q.b.
Sale	q.b.
Olio	5
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Carne macinata vitello I° qualità	50
Uovo	1/8
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Latte	q.b.
Pan grattato	q.b.
Insalata mista	60
Olio	5
Pane	50
Frutta di stagione	150

5

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' I° SETTIMANA

Grammature

MERCOLEDI'

Riso	50
Zucca	30
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Cipolla, sale	q.b
Olio	5
Filetti di merluzzo impanati al forno surgelati I° qualità	70
Olio	3
Pane	50
Frutta di stagione	150

GIOVEDI'

Tortellini di carne freschi	100
Pomodori pelati	60
Cipolla	15
Carota	15
Sedano	5
Zucca o zucchine	15
Olio	7
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Prosciutto cotto di coscia senza polifosfati I° qualità	40
Pane	50
Frutta di stagione	150

VENERDI'

Pasta di grano duro I° qualità	60
Passata di pomodoro	60
Olio	5
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Sale, cipolla, aglio	q.b.
Provola fresca ragusana	40
Carote fresche	70
Olio	5
Pane	50
Frutta di stagione	150

6

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' II° SETTIMANA	Grammature
LUNEDI'	
Riso I° qualità	60
Spinaci freschi	40
Cipolla	5
Olio	10
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Prosciutto cotto di coscia senza polifosfati I° qualità	40
Pane	50
Frutta di stagione	150
MARTEDI'	
Filetti di merluzzo impanati al forno surgelati I° qualità	120
Olio	7
Patate fresche	100
Olio	8
Sale	q.b.
Pane	50
Frutta di stagione	150
MERCOLEDI'	
Pasta grano duro I° qualità	60
Carne macinata vitello I° qualità	35
Passata di pomodoro	80
Olio	8
Sale	q.b.
Aromi vari:carote,cipolla,sedano	10
Provola fresca ragusana	40
Pane	50
Frutta di stagione	150

4  
7



ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' II° SETTIMANA

Grammature

GIOVEDI'

Pasta	30
Lenticchie, ceci e fagioli	30
Olio	5
Sale	q.b.
Petto di pollo fresco I° qualità	70
Pan grattato	15
Olio	5
Sale	q.b.
Insalata mista di stagione	60
Olio	5
Pane	50
Frutta di stagione	150

VENERDI'

Lasagne	70
Carne macinata di vitello fresca I° qualità	20
Passata di pomodoro	135
Aromi: carote, cipolle, sedano	10
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano I° scelta	10
Burro	5
Uovo	¼
Carote fresche	70
Olio	8
Sale	q.b.
Pane	50
Frutta di stagione	150



ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' III° SETTIMANA

Grammature

LUNEDI'

Riso I° qualità	60
Passata di pomodoro	60
Olio	5
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Sale, cipolla, aglio	q.b.
Provola fresca ragusana	40
Insalata mista di stagione	60
Olio	5
Pane	50
Frutta di stagione	150

MARTEDI'

Pastina di grano duro I° qualità	40
Lenticchie secche passate	30
Olio	10
Aromi vari: carota, cipolla, sedano pomodoro	25
Sale	q.b.
Prosciutto cotto di coscia senza polifosfati I° qualità	40
Pane	50
Frutta di stagione	150



ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' III° SETTIMANA	Grammature
<b>MERCOLEDI'</b>	
Tortellini di carne freschi	100
Passata di pomodoro	70
Olio	7
Sale, cipolla, aglio	q.b.
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Spinaci freschi	70
Olio	7
Sale	q.b.
Pane	50
Frutta di stagione	150
<b>GIOVEDI'</b>	
Petto di pollo fresco I° qualità	120
Farina	15
Olio	10
Sale	q.b.
Limone	q.b.
Patate al forno	150
Olio	8
Pane	50
Frutta di stagione	150
<b>VENERDI'</b>	
Pasta grano duro I° qualità	60
Carne macinata vitello I° qualità	35
Passata di pomodoro	80
Olio	8
Sale	q.b.
Aromi vari: carote, cipolla, sedano	10
Piselli extrafini freschi o surgelati I° qualità	50
Aromi: cipolla	q.b.
Olio	7
Pane	50
Frutta di stagione	150

*ao*

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' IV° SETTIMANA	Grammature
<b>LUNEDI'</b>	
Pasta	40
Cipolla, carota, sedano, patate	30
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Olio	5
Sale	q.b.
Bastoncini di merluzzo o filetti di merluzzo surgelati I° qualità	70
Olio	5
Pane	50
Frutta di stagione	150
<b>MARTEDI'</b>	
Lasagne	70
Carne macinata di vitello fresca I° qualità	20
Passata di pomodoro	135
Aromi: carote, cipolle, sedano	10
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano I° scelta	10
Burro	5
Uovo	¼
Prosciutto cotto di coscia senza polifosfati I° qualità	40
Pane	50
Frutta di stagione	150
<b>MERCOLEDI'</b>	
Pasta di grano duro I° qualità	70
Passata di pomodoro	60
Olio	8
Sale, cipolla, aglio	q.b.
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Mozzarella	50
Pane	50
Frutta di stagione	150

*M*

ASP RAGUSA  
SIAN - U. O. MEDICINA SCOLASTICA  
TABELLA DIETETICA    SCUOLA DELL' INFANZIA

DESCRIZIONE MENU' IV° SETTIMANA	Grammature
GIOVEDI'	
Riso	50
Zucchine	30
Cipolla, sale	q.b.
Olio	5
Parmigiano reggiano I° scelta	5
Petto di pollo fresco I° qualità	70
Pan grattato	15
Olio	5
Sale	q.b.
Insalata mista di stagione	60
Olio	5
Sale	q.b.
Pane	50
Frutta di stagione	150
VENERDI'	
Pastina grano duro I° qualità	40
Carote	10
Cipolla	5
Patate	10
Sedano	7
Pomodoro	30
Zucchine	10
Spinaci	10
Piselli	10
Misto legumi	10
Olio	10
Sale	q.b.
Provola fresca ragusana	40
Pane	50
Frutta di stagione	150

*AE*

FRUTTA DI STAGIONE 1° CATEGORIA: MELA-PERA-ARANCIA-MANDARANCI-KIVI


PANE FRESCO DI GIORNATA

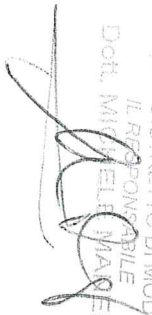
OLIO DA USARE: EXTRAVERGINE DI OLIVA

Qualora nel corso dell'anno sorgessero dei problemi riguardanti l'indice di gradimento di alcuni piatti da parte dei bambini, è ammessa la possibilità di intervento con le opportune modifiche.

NUM. IDENTIFICAZIONE

Nato il: \_\_\_\_\_ Età: \_\_\_\_\_ Sesso: \_\_\_\_\_ Indirizzo: \_\_\_\_\_  
CAP: \_\_\_\_\_ Provincia: \_\_\_\_\_ Località: \_\_\_\_\_ Telefono: \_\_\_\_\_  
Cellulare: \_\_\_\_\_ FAX: \_\_\_\_\_ e-m@li: \_\_\_\_\_  
Commenti: \_\_\_\_\_

AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE  
RAGUSA  
DIRIGENTE MEDICO SCOLASTICO  
Dott.ssa G. FERMO  


A. S. P. DI RAGUSA  
DIPARTIMENTO PREVENZIONE  
SAN. - DISTRETTO DI MODICA  
IL RESPONSABILE  
Dott. MIRELLA MAURENTI  


## Pranzo

Pasta di semola	40 gr
Ceci, secchi	30 gr
Olio di oliva extravergine	10 gr
Mozzarella	50 gr
Olio di oliva extravergine	5 gr
Pane di grano duro	50 gr
Arance	150 gr

(Circa 187,5gr. con lo scarto)

## Tabella dietetica Scuola Infanzia Unità Operativa Med-Scolastica-Serv-Ig-Alim. Nutrizione-Distretto Modica

## Martedi

## Pranzo

Pasta di semola	50 gr
Olio di oliva extravergine	10 gr
Piselli surgelati	40 gr
Parmigiano	5 gr
<i>Grattugiato</i>	
Vitellone, carne semigrassa	50 gr
<i>macinata</i>	
Uovo di gallina, intero	10 gr
Parmigiano	5 gr
<i>Grattugiato</i>	
Latte di vacca, intero	10 gr
Pane grattugiato	10 gr
Olio di oliva extravergine	5 gr
Lattuga	60 gr
<i>finocchi, rucola</i>	
Pane di grano duro	50 gr
Arance	150 gr
<i>Frutta di stagione</i>	

(Circa 11,2gr. con lo scarto)

(Circa 75,0gr. con lo scarto)

(Circa 187,5gr. con lo scarto)



**Mercoledì****Pranzo**

Riso, brillato	50 gr	
<i>Filetti</i>		
Zucca gialla	30 gr	(Circa 37,0gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Cipolle, secche	10 gr	
<i>Carote, sedano, zucchine</i>		
Parmigiano	5 gr	
<i>Grattugiato</i>		
Merluzzo	70 gr	(Circa 92,1gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Pane di grano duro	50 gr	
Arance	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
<i>Frutta di stagione</i>		

## Tabella dietetica Scuola Infanzia Unità Operativa Med-Scolastica-Serv-Ig-Alim.Nutrizione-Distretto Modica

**Giovedì****Pranzo**

Tortellini, freschi	100 gr	
Carote	15 gr	(Circa 15,8gr. con lo scarto)
<i>sedano</i>		
Pomodori, pelati, in scatola con liquido	60 gr	
Parmigiano	5 gr	
<i>Grattugiato</i>		
Zucchine	15 gr	(Circa 17,0gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Cipolle	50 gr	(Circa 60,2gr. con lo scarto)
<i>carota, sedano, zucchine</i>		
Prosciutto cotto	40 gr	
Pane di grano duro	50 gr	
Arance	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
<i>Frutta di stagione</i>		

**VENERDI****Pranzo**

Pasta di semola	60 gr	
Pomodoro, concentrato (sostanza secca)	60 gr	
<i>Cotti e passati</i>		
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Parmigiano	5 gr	
<i>Grattugiato</i>		
Cipolle	50 gr	(Circa 60,2gr. con lo scarto)
<i>carota, sedano, zucchine</i>		
Provoloncino dolce	40 gr	
Carote	70 gr	(Circa 73,7gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Pane di grano duro	50 gr	
Arance	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
<i>frutta di stagione locale</i>		

**Tabella dietetica Scuola Infanzia Unità Operativa  
Med-Scolastica-Serv-Ig-Alim.Nutrizione-Distretto Modica**

**Lunedì****Pranzo**

Riso, brillato	60 gr	
Spinaci	40 gr	(Circa 48,2gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Cipolle	10 gr	(Circa 12,0gr. con lo scarto)
<i>carota</i>		
Parmigiano	5 gr	
<i>Grattugiato</i>		
Prosciutto cotto	40 gr	
Pane di grano duro	50 gr	
Arance	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
<i>frutta di stagione locale</i>		

**Tabella dietetica Scuola Infanzia Unità Operativa  
Med-Scolastica-Serv-Ig-Alim.Nutrizione-Distretto Modica**

**Martedì****Pranzo**

Merluzzo	120 gr	(Circa 157,9gr. con lo scarto)
Patate	100 gr	(Circa 120,5gr. con lo scarto)
<i>Grattugiato</i>		
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Pane di grano duro	50 gr	
Arance	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
<i>Frutta di stagione</i>		

## Pranzo

Pasta di semola	60 gr	
Pomodoro, concentrato (sostanza secca)	70 gr	
Vitellone, carne semigrassa <i>Macinata</i>	35 gr	
Olio di oliva extravergine	5 gr	(Circa 12,0gr. con lo scarto)
Cipolle	10 gr	
<i>Carote, sedano</i>	40 gr	
Provola affumicata <i>provola fresca</i>	50 gr	
Pane di grano duro	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
Arance		
<i>Frutta di stagione</i>		

## Tabella dietetica Scuola Infanzia Unità Operativa Med-Scolastica-Serv-Ig-Alim.Nutrizione-Distretto Modica

## Giovedì

## Pranzo

Pasta di semola	30 gr	
Lenticchie, secche	30 gr	
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Pollo, petto <i>10 ar</i>	70 gr	
Pane grattugiato	15 gr	
Lattuga <i>finocchio, rucola ecc.</i>	60 gr	(Circa 75,0gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Pane di grano duro	50 gr	
Arance	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)
<i>Frutta di stagione</i>		

## Pranzo

Pasta di semola <i>lasagne</i>	70 gr	
Vitellone, carne semigrassa <i>Macinata</i>	20 gr	
Pomodoro, concentrato (sostanza secca <i>carote, cipolle, sedano</i> )	130 gr	
Parmigiano <i>Grattugiato</i>	10 gr	
Burro	5 gr	
Uovo di gallina, intero	20 gr	(Circa 22,5gr. con lo scarto)
Olio di oliva extravergine	5 gr	
Carote	70 gr	(Circa 73,7gr. con lo scarto)
Pane di grano duro	50 gr	
Arance <i>frutta di stagione locale</i>	150 gr	(Circa 187,5gr. con lo scarto)

Componente	Quantità	% Apporto energetico
Energia (KCal)	615,10	
Energia (KJ)	2.573,35	
Proteine Totali (g)	27,75	18,05%
Proteine Animali (g)	13,98	
Proteine Vegetali (g)	13,77	
Lipidi Totali (g)	18,18	26,60%
Lipidi Animali (g)	7,42	10,86%
Lipidi Vegetali (g)	10,77	15,76%
Acidi Grassi Saturi Totali (g)	5,59	8,18%
Acidi Grassi Monoinsaturi Totali (g)	9,26	13,54%
Acidi Grassi Polinsaturi Totali (g)	2,17	3,17%
Rapp. Polins./Sat.	0,39	
Colesterolo (mg)	74,65	
Glucidi Disponibili (Carboidrati) (g)	90,79	55,35%
Amido (g)	69,75	42,52%
Glucidi Solubili (g)	20,84	12,71%
Alcool (g)	0,00	0,00%
Fibra Alimentare (g)	11,46	
Calcio (mg)	274,92	
Fosforo (mg)	488,06	
Potassio (mg)	1.051,39	
Sodio (mg)	630,51	
Ferro (mg)	4,35	
Zinco (mg)	5,10	
Tiamina (mg)	0,49	
Riboflavina (mg)	0,39	
Niacina (mg)	6,60	
Retinolo equivalente (µg)	695,78	
Retinolo (µg)	51,69	
Vitamina C (mg)	90,66	
Vitamina B6 (mg)	0,87	
Acido Linoleico (g)	1,82	
Acido Linolenico (g)	0,28	
Acido Oleico (g)	8,83	
Vitamina E (mg)	4,71	
Altri Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,07	
Vitamina D (µg)	0,22	
β-carotene equivalente (µg)	3.865,50	
Acido Folico (µg)	137,95	
Acqua (g)	282,06	