



Dipartimento di Prevenzione  
U.O.C. SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE  
UOS Igiene della Nutrizione  
Via Nilde Iotti 17 – Pomigliano D'Arco(NA)  
Tel.0813173132/58 -Fax:0813173112  
e-mail: p.pecoraro@aslnapoli3sud.it

Sede Legale Torre del Greco  
Via Marconi, 66 –CAP 80059  
[www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

Prot. 84/2017 del 13 MAR. 2017

Comune di Poggiomarino (NA)  
Settore Attività Sociali  
Responsabile AVV. Luisa Belcuore  
Sede

**Oggetto:** tabelle dietetiche refezione scolastica anni 2017/2019.

Con riferimento alla VS richiesta prot. n. 5002 del 21/02/2017, pervenuta al Servizio scrivente in data 27/02/2017 con prot. n. 627/SIAN, si fa presente che la precedente richiesta era relativa agli anni 2016-2019, pertanto non essendo intervenuta, ad oggi, nessuna segnalazione negativa, si confermano le stesse tabelle dietetiche.

In fine per quanto attiene alla stagionalità delle materie prime, questa può essere relativa alla frutta, per quale il menù prevede una ampia scelta, oppure alle verdure per le quali si è preferito includere anche la possibilità dei prodotti surgelati, sempre al fine di assicurare la massima variabilità.

Per la tipicità dei piatti tipici locali, si può evincere come il menù sia stato elaborato su base tipica del modello mediterraneo includendo tra le altre pietanze a base di legumi e verdure anche la pizza.

Restando comunque disponibile ad accogliere specifici suggerimenti, compatibili con le linea guida per una sana e corretta alimentazione ed alle specifiche linee guida per le refezioni scolastiche,

si porgono cordiali saluti.

Il Responsabile  
UOS Igiene della Nutrizione  
Dott. Pierluigi Pecoraro

Il Direttore del SIAN  
Dott. Silvestre Principato

cn/27



ASL NA 3 Sud "CERTIFICATO N° 572SGQ00



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

### TABELLE DIETETICHE Prima settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>
Pasta e piselli	
Pasta di semola	30
Piselli	50
Olio extravergine d'oliva	3
Frittata di uova	
Uovo intero	50
Olio extravergine d'oliva	3
Patate lesse	100
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Martedì</b>	
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Parmigiano	3
Petto di tacchino	50
Olio extravergine d'oliva	5
Carote in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Mercoledì</b>	
Pasta e fagioli	
Pasta di semola	30
Fagioli	30
Olio extravergine d'oliva	3
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2
Fagiolini in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5





## DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132: – Fax 081/3173112:

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)TABELLE DIETETICHE  
Prima settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>
<b>Riso al pomodoro</b>	
Riso	60
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Mozzarella	40
Spinaci al burro	80
Burro	4
<b>Venerdì</b>	
<b>Pasta con zucca o zucchine</b>	
Pasta di semola	50
Zucca o zucchine	50
Olio extravergine d'oliva	3
Polpette al pomodoro	50
Manzo magro	50
Parmigiano	2
Pomodoro	q.b.
Pane	10
Uova	3
Olio extravergine d'oliva	3
Lattuga in insalata	50
Olio extravergine d'oliva	5
Dolcetto non farcito o con marmellata	30



Tutti i giorni	
Frutta di stagione	100 g
Panino	50 g
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

## TABELLE DIETETICHE

## Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>
Pasta e lenticchie	
Pasta di semola	30
Lenticchie secche	30
Olio extravergine d'oliva	5
Formaggio fuso	30
Pomodori in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Martedì</b>	
Pasta e patate	
Pasta di semola	30
Patate	80
Olio extravergine d'oliva	5
Uova sode al pomodoro	
Uovo intero	50
Pomodoro	q.b.
Zucchine	100
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Mercoledì</b>	
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	60
Pomodoro	q.b.
Parmigiano	3
Olio extravergine d'oliva	5
Filetti di sogliola o platessa	50
Olio extravergine d'oliva	5
Spinaci in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5





DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

### TABELLE DIETETICHE Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>
<b>Riso con minestrone</b>	
Riso	60
Minestrone misto	50
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Hamburger di manzo magro</b>	50
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Finocchi cotti o crudi in insalata</b>	80
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Venerdì</b>	
<b>Pasta e fagioli</b>	
Pasta di semola	30
Fagioli secchi	30
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Arista di maiale magro</b>	50
<b>Purè di patate</b>	90
Patate	80
Latte scremato	10
Burro	5



<b>Tutti i giorni</b>	
<b>Frutta di stagione</b>	100 g
<b>Panino</b>	50 g
<b>Acqua oligominerale</b>	Monoconfezione da mezzo litro



## DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

## UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

## TABELLE DIETETICHE

## Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>
Pasta al pomodoro	
Pasta di semola	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Parmigiano	3
Petto di pollo	50
Olio extravergine d'oliva	5
Carote in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Martedì</b>	
Pasta e ceci	
Pasta di semola	30
Ceci secchi	30
Olio extravergine d'oliva	3
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2
Fagiolini al pomodoro	80
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Mercoledì</b>	
Pasta con zucca o zucchine	
Pasta di semola	50
Zucca o zucchine	50
Olio extravergine d'oliva	5
Polpette al pomodoro	50
Manzo magro	50
Pomodoro	q.b.
Pane	10
Uova	3
Olio extravergine d'oliva	5
Indivia o lattuga in insalata	50
Olio extravergine d'oliva	5





## DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

## UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

## TABELLE DIETETICHE

## Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>
Riso al pomodoro	
Riso	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Ricotta vaccina fresca	80
Spinaci in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Venerdì</b>	
Pasta e piselli	
Pasta	30
Piselli	50
Olio extravergine d'oliva	3
Frittata di uova	
Uovo intero	50
Olio extravergine d'oliva	3
Patate al forno	100
Olio extravergine d'oliva	5
Dolcetto non farcito o con marmellata	30



Tutti i giorni	
Frutta di stagione	100 g
Panino	50 g
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

## TABELLE DIETETICHE

## Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>
<b>Pizza con mozzarella e prosciutto cotto</b>	
Farina	80
Mozzarella	20
Prosciutto cotto	20
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Spinaci in insalata	100
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Martedì</b>	
<b>Pasta e ceci</b>	
Pasta di semola	30
Ceci secchi	30
Olio extravergine d'oliva	5
Formaggio fuso	30
Lattuga in insalata	50
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Mercoledì</b>	
<b>Pasta al pomodoro</b>	
Pasta di semola	50
Pomodoro	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5
Parmigiano	3
Filetti di cernia o di platessa	80
Olio extravergine d'oliva	5
Finocchi cotti o crudi in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5







DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

### TABELLE DIETETICHE

#### Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>
Pastina con minestrone	
Pastina	60
Minestrone misto	50
Olio extravergine d'oliva	5
Hamburger di manzo	50
Pomodori in insalata	80
Olio extravergine d'oliva	5
<b>Venerdì</b>	
Riso con lenticchie	
Riso	30
Lenticchie secche	30
Olio extravergine d'oliva	5
Prosciutto cotto magro	30
Patate lesse	80
Olio extravergine d'oliva	5



<b>Tutti i giorni</b>	
Frutta di stagione	100 g
Panino	50 g
Acqua oligominerale	Monoconfezione da mezzo litro



## DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – SIAN

## UOS Igiene della Nutrizione

Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro

Via Nilde Iotti, Pomigliano D'Arco (NA)

Tel. 081/3173132; – Fax 081/3173112;

E-mail [p.pecoraro@aslnapoli3sud.it](mailto:p.pecoraro@aslnapoli3sud.it)Sito: [www.aslnapoli3sud.it](http://www.aslnapoli3sud.it)

Computo nutrizionale	
	SCUOLA INFANZIA
Kcal	610
Proteine	g.24; %16
Glucidi	g.93; %57
Lipidi	g.18; %27



## Raccomandazioni

Le grammature degli alimentari si intendono relative al prodotto crudo al netto delle parti non edibili.

Frutta di stagione preferibilmente mele, pere, arance, mandarini, mandaranci/clementine, banane, pesche, albicocche, kiwi, ananas, assicurare variabilità.

Ortaggi e legumi: gli ortaggi devono essere rappresentati da prodotti freschi o, in alternativa, da prodotti surgelati.

Per la preparazione del minestrone, si potrà fare ricorso a specifico prodotto surgelato, verdure miste per minestrone, purché privo di patate e legumi.

I ceci, le lenticchie ed i fagioli devono essere rappresentati da prodotto secco, i piselli devono essere surgelati extrafini o quelli in conserva privati del liquido di governo.

I legumi e gli ortaggi costituenti le minestre, possono anche essere sottoposti a trattamenti di trasformazione in modo da renderli cremosi.

Prodotti ittici: il pesce deve essere rappresentato da prodotto surgelato privo di parti non commestibili sotto forma di prodotto impanato o filetto al naturale.

Carni: le carni di bovino e quelle avicole, devono essere fresche e refrigerate.

Il prosciutto cotto deve essere privo di polifosfati.

Prodotti da cereali: la pasta alimentare secca di tipo corto o piccolo.

Il riso deve essere brillato o parboiled.

Ricotta e mozzarella deve provenire da latte vaccino.

Uova: devono essere di categoria di freschezza extra o A.

Grassi di condimento e cottura: olio extravergine di oliva, burro.

Per la preparazione ed il condimento delle pietanze, è consentito l'utilizzo di limone anche sotto forma di succo e di erbe aromatiche (basilico, maggiorana, origano, prezzemolo, sedano, salvia, ecc).

Si consiglia di utilizzare moderatamente sale iodato nelle fasi di preparazione e condimento delle pietanze.

Metodi di cottura utilizzabili Cottura al forno, arrosto (in forno, in tegame, in teglia, in padella), bollitura, sbianchitura e sbollentatura, cottura a vapore, frittura in padella non in immersione, cotture miste (brasatura, in casseruola e stufatura).