



ASL Brindisi

PugliaSalute

Tablette dietetiche

Primavera/Estate

Scuola dell'Infanzia

Oria (Br)

Anno scolastico 2022-23

Valide fino all'a.s.2025-26

Lunedì

Insalata di cereali	g
Riso o orzo o farro*	50
Pomodorini	30
Olive denocc.	10
Fagiolini	20
Olio evo	5
Straccetti o bocconcini di pollo	
Petto di pollo	50
Olio evo	5
Pangrattato	q.b.
Carote all'olio	
Carote	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

* o mix dei tre cereali

Giovedì

Pasta al sugo di pomodoro fresco	g
Pasta	50
Pomodori per salsa	80
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Scaloppina di vitello	
Vitello	50
Farina	q.b.
Olio evo	5
Zucchine all'olio e menta	
Zucchine	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Martedì

Antipasto di barrattieri	g
Barrattieri	50
Orecchiette al forno	
Orecchiette fresche	80
Pomodoro pelato	60
Macinato di vitello	30
Fontina	20
Olio evo	3
Insalata bicolore	
Insalata verde	30
Carote	20
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Venerdì

Purè di fave con crostini	g
Fave secche	30
Patata	10
Crostini di pane	20
Olio evo	5
Robiola o giuncata	40-80
Bietola e/o cicoria all'olio	
Bietola e/o cicoria	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Mercoledì

Risotto di spinaci	g
Riso	50
Spinaci	30
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Polpette di pesce	
Totani o calamari	50
Patata	20
Uovo	1/10
pangrattato	q.b.
Olio evo	3
Fagiolini all'olio	
Fagiolini	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Prima settimana

a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli
e dott.ssa R. Peschechera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Igiene della Nutrizione
Il Responsabile
Dr. Pasquale FINA - C.Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.



ASL Brindisi

PugliaSalute

Tablette dietetiche

Primavera/Estate

Scuola dell'Infanzia

Oria (Br)

Anno scolastico 2022-23

Valide fino all'a.s.2025-26

Lunedì

Pasta e zucchine	g
Pasta	50
Zucchine	50
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Scamorza o ricotta di mucca	
Scamorza	40
O ricotta di mucca	80
Pomodori gratinati	
Pomodori	60
Grana o parmigiano	3
Olio evo	3
Pangrattato	q.b.
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Martedì

Pasta al sugo di pomodoro fresco	g
Pasta	50
Pomodori per salsa	80
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Petto di pollo dorato	
Petto di pollo	50
Olio evo	5
Pangrattato	q.b.
Fantasia di insalata estiva	
Insalata verde	20
Carote	20
Caroselle	20
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Mercoledì

Riso o orzo con lenticchie	g
Riso o orzo perlato	30
Lenticchie secche	30
Olio evo	5
Frittata semplice	
Uovo	n.1
Grana o parmigiano	3
Latte	q.b.
Pangrattato	q.b.
Fagiolini all'olio	
Fagiolini	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Giovedì

Pasta al sugo con melanzane	g
Pasta	50
Pomodoro pelato	60
Melanzane	50
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Filetto di nasello al limone	
Filetto di nasello	60
Olio evo	3
Pangrattato	q.b.
Carote* all'olio	
Carote	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150
* Cotte o crude a julienne	

Venerdì

Trofie integrali al pesto di basilico	g
Trofie fresche integrali	80
Pesto	60
Polpette di legumi	
Piselli	50
O lenticchie	30
Patate	20
Uovo	1/10
Olio evo	3
Pangrattato	q.b.
Insalata di pomodori	
Pomodori	60
Olio evo	5
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Seconda settimana

a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli
e dott.ssa R. Pescechiera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Igiene della Nutrizione
Il Responsabile
Dr. Pasquale FINA - C.Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.



ASL Brindisi

PugliaSalute

Tabelle dietetiche

Primavera/Estate

Scuola dell'Infanzia

Oria (Br)

Anno scolastico 2022-23

Valide fino all'a.s.2025-26

Lunedì

Pasta con verdure estive croccanti *	g
Pasta	50
Pomodorini, zucchine, melanzane al forno o saltate	20-20-20
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Arrosto di tacchino	
Fesa di tacchino	50
Olio evo	3
Fagiolini all'olio	
Fagiolini	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

* Da servire fredda o tiepida

Martedì

Riso integrale e patate	g
Riso integrale	40
Patate	50
Pomodoro pelato	60
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Filetto di platessa al forno	
Filetto di platessa	60
Olio evo	3
Pangrattato	q.b.
Carote e piselli al vapore	
Carote e piselli	40-10
Olio evo	5
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Mercoledì

Pasta e ceci	g
Pasta	30
Ceci	30
Olio evo	3
Giuncata o form. fresco spalm. 80-40	
Insalata di pomodori	
Pomodori	60
Olio evo	3
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Giovedì

Maritati integrali al pomodoro g	
Pasta fresca integrale	80
Pomodoro pelato	60
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Polpette al sugo	
Macinato di vitello	40
Grana o parmigiano	3
Pane	q.b.
Olio evo	3
Caroselli	60
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Venerdì

Risotto di zucchine g	
Riso	50
Zucchine	50
Grana o parmigiano	3
Olio evo	5
Hamburger di legumi	
Lenticchie rosse	20
Grana o parmigiano	5
Olio evo	3
Pane	q.b.
Carote e pomodori	q.b.
Purè di patate	
Patate	80
Grana o parmigiano	3
Olio evo	3
Latte	q.b.
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Terza settimana

a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli
e dott.ssa R. Peschechera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Agiene della Nutrizione
Irresponsabile
Dr. Pasquale FINA - C.Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

Lunedì

Martedì

Mercoledì



ASL Brindisi

PugliaSalute

Tablette dietetiche

Primavera/Estate

Scuola dell'Infanzia

Oria (Br)

Anno scolastico 2022-23

Valide fino all'a.s.2025-26

Pasta al pesto di basilico	g
Pasta	50
Pesto	60

Omelette o rotolo saporito

Uovo	½
Prosciutto cotto	5
Fontina	10
Grana o parmigiano	3
Olio evo	3

Insalata bicolore

Insalata verde	30
Carote	20
Olio evo	3

Pane semintegrale 40

Frutta di stagione 150

Risotto con verdure di stagione

Riso	50
Verdure di stagione (carciofi, carote, spinaci, asparagi, fiori di zucca)	50

Grana o parmigiano	3
Olio evo	3

Petto di pollo dorato

Petto di pollo	50
Olio evo	5
Pangrattato	q.b.

Fagiolini all'olio

Fagiolini	60
Olio evo	3

Pane semintegrale 40

Frutta di stagione 150

Antipasto di barrattieri 50

Pizza col pomodoro

Impasto per pizza	80
Salsa di pomodoro	15
Olio evo	3
Mozzarella o burratina 60	
Insalata verde	
Insalata verde	40
Olio evo	3

Pane semintegrale 40

Frutta di stagione 150

Venerdì

Pasta e piselli	g
Pasta	30
Piselli	40
Olio evo	3

Crocchette di spinaci e ricotta

Spinaci	10
Patate	40
Ricotta di mucca	20
uova	1/10
Grana o parmigiano	5
Olio evo	3
Pangrattato	q.b.

Insalata di pomodori

Pomodori	60
Olio evo	3

Pane semintegrale 40

Frutta di stagione 150

Giovedì

Pasta e fagiolini con cacioricotta g

Pasta	50
Fagiolini	30
Pomodoro pelato	60
Cacioricotta	5
Olio evo	5

Merluzzo alla mediterranea

Filetto di merluzzo	60
Olio evo	3
Pangrattato	q.b.
tomodori, olive, origano	q.b.

Carote* all'olio

Carote	60
Olio evo	3

Pane semintegrale 40

Frutta di stagione 150

* Cotte o crude a julienne

Quarta settimana

a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli
e dott.ssa R. Peschechera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Agiene della Nutrizione
Il Responsabile
Dr. Pasquale FINA - C.Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.