



Sede Legale Torre del Greco
Via Marconi, 66 – 80059
www.aslnapoli3sud.it

Dipartimento di Prevenzione

UOC SIAN

Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Via Montedoro 47 – Torre del Greco (NA)

Tel. 081/8490157 – 081/8490143

e-mail: siaen@aslnapoli3sud.it - PEC: siaen@pec.aslnapoli3sud.it

**Al Dirigente Area IV
Dott. Nicola Anaclerio**

**Al Funzionario E.Q.
Dott. Alessandro Malafronte**

**Area IV - Servizio Pubblica Istruzione
Comune di Torre Annunziata (NA)**

SEDE

Oggetto: Variazione Tabelle dietetiche standard a.s. 2024/2025.

Con riferimento alla VS nota prot. n. 51501 del 25.11.2024 Comune di Torre Annunziata (NA), si inviano in allegato le Tabelle dietetiche standard con le modifiche che sono state accolte per la Scuola dell'Infanzia (3-6 anni) e Scuola Primaria (6-11 anni).

Si coglie l'occasione per **ribadire il fondamentale ruolo educativo, da un punto di vista della promozione di una sana e corretta alimentazione, che riveste la ristorazione scolastica e che potrebbe essere sminuito, se non del tutto annullato, da una scelta alimentare basata sull'esclusione di taluni alimenti o su preferenze personali.**

Distinti saluti.

Il Direttore UOC SIAN

Dott. Pierluigi Pecoraro

TABELLE DIETETICHE
Prima settimana



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Lunedì	g	g
Pasta e piselli		
Pasta di semola	50	50
Piselli	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Frittata di uova		
Uovo intero	50	50
Parmigiano	2	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Patate lesse o al forno	80	80
Olio extravergine d'oliva	5	6
Martedì		
Riso con cavolo verza		
Riso parboiled	50	60
Cavolo verza	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Petto di tacchino	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Carote cotte o crude in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Mercoledì		
Pasta e fagioli		
Pasta di semola	40	40
Fagioli secchi	30	40
Olio extravergine d'oliva	5	6
Mozzarella	40	60
Zucca a tocchetti al forno	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono

TABELLE DIETETICHE
Prima settimana



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Giovedì	g	g
Pasta al pomodoro		
Pasta di semola	60	70
Pomodoro	q.b.	q.b.
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2	n. 3
Spinaci al burro	100	120
Burro	5	7
Venerdì		
Pastina con minestrone		
Pastina di semola	50	60
Minestrone surgelato	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Polpette al pomodoro	60	70
Manzo magro	50	60
Pomodoro	q.b.	q.b.
Pane	10	10
Uova	3	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Lattuga o indivia in insalata	50	70
Olio extravergine d'oliva	5	6
Dolcetto non farcito o con marmellata	30	30

Tutti i giorni		
Frutta di stagione	100	150
Panino	30	50
Acqua medio-minerale	Mezzo litro	

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono



TABELLE DIETETICHE
Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Lunedì	g	g
Pasta e lenticchie		
Pasta di semola	40	40
Lenticchie secche	30	40
Olio extravergine d'oliva	5	6
Formaggio fuso	30	40
Carote cotte o crude in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Martedì		
Pasta con patate		
Pasta di semola	50	60
Patate	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Frittata di uova		
Uovo intero	50	50
Parmigiano	2	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Spinaci in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Mercoledì		
Pasta al pomodoro		
Pasta di semola	60	70
Pomodoro	q.b.	q.b.
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Filetti di sogliola o platessa	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Finocchi cotti o crudi in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono

**TABELLE DIETETICHE
 Seconda settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Giovedì	g	g
Pasta con zucca		
Pasta di semola	50	60
Zucca	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Polpette in umido	60	70
Manzo magro	50	60
Pane	10	10
Uova	3	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Lattuga o indivia in insalata	50	70
Olio extravergine d'oliva	5	6
Venerdì		
Riso con fagioli		
Riso parboiled	40	40
Fagioli secchi	30	40
Olio extravergine d'oliva	5	6
Prosciutto cotto magro	30	40
Purè di patate	100	100
Patate	80	80
Latte scremato	10	10
Parmigiano	2	2
Burro	5	5

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono

Tutti i giorni		
Frutta di stagione	100	150
Panino	30	50
Acqua medio-minerale	Mezzo litro	

TABELLE DIETETICHE
Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Lunedì	g	g
Pasta al pomodoro		
Pasta di semola	60	70
Pomodoro	q.b.	q.b.
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Mozzarella	40	60
Carote cotte o crude in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Martedì		
Pasta e ceci		
Pasta di semola	30	40
Ceci secchi	30	40
Olio extravergine d'oliva	5	6
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2	n. 3
Bietoline in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Mercoledì		
Pasta con broccoletti		
Pasta di semola	50	60
Broccoletti	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Polpette al pomodoro	60	70
Manzo magro	50	60
Pomodoro	q.b.	q.b.
Pane	10	10
Uova	3	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Lattuga o indivia in insalata	50	70
Olio extravergine d'oliva	5	6

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono

TABELLE DIETETICHE
Terza settimana



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Giovedì	g	g
Riso con minestrone		
Riso parboiled	50	60
Minestrone surgelato	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Petto di pollo	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Spinaci in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Venerdì		
Pasta e piselli		
Pasta di semola	50	50
Piselli	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Frittata di uova		
Uovo intero	50	50
Parmigiano	2	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Patate lesse o al forno	80	80
Olio extravergine d'oliva	5	6
Dolcetto non farcito o con marmellata	30	30

Tutti i giorni		
Frutta di stagione	100	150
Panino	30	50
Acqua medio-minerale	Mezzo litro	

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono



TABELLE DIETETICHE
Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Lunedì	g	g
Pizza al pomodoro		
Farina di grano tenero	100	120
Parmigiano	10	15
Pomodoro	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5	6
Prosciutto cotto magro	30	40
Carote cotte o crude in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Martedì		
Pasta e lenticchie		
Pasta di semola	40	40
Lenticchie secche	30	40
Olio extravergine d'oliva	5	6
Formaggio spalmabile	30	40
Spinaci in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6
Mercoledì		
Pasta al pomodoro		
Pasta di semola	60	70
Pomodoro	q.b.	q.b.
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Filetti di merluzzo	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Cavolfiore gratinato al forno		
Cavolfiore (cimette)	100	120
Parmigiano	3	4
Pane grattugiato	q.b.	q.b.
Olio extravergine d'oliva	5	6

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono

TABELLE DIETETICHE
Quarta settimana



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Giovedì	g	g
Pasta e fagioli		
Pasta di semola	40	40
Fagioli secchi	30	40
Olio extravergine d'oliva	5	6
Frittata di uova		
Uovo intero	50	50
Parmigiano	2	3
Olio extravergine d'oliva	3	3
Patate lesse o al forno	80	80
Olio extravergine d'oliva	5	6
Venerdì		
Riso con spinaci		
Riso parboiled	50	60
Spinaci	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6
Hamburger di manzo	50	60
Olio extravergine d'oliva	5	6
Lattuga o indivia in insalata	50	70
Olio extravergine d'oliva	5	6

Tutti i giorni		
Frutta di stagione	100	150
Panino	30	50
Acqua medio-minerale	Mezzo litro	

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono



Variazioni per il periodo primavera - estate

- Sostituire “riso con cavolo verza”/ “pasta con zucca” con “pasta con zucchine”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Martedì – I settimana e Giovedì - II settimana	g	g
Pasta con zucchine		
Pasta di semola	50	60
Zucchine	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6

- Sostituire “pastina”/ “riso con minestrone” con “pasta all’ortolana”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Venerdì – I settimana e Giovedì - III settimana	g	g
Pasta all’ortolana		
Pasta di semola	50	60
Melanzane, peperoni, zucchine e pomodori	50	60
Parmigiano	3	5
Olio extravergine d'oliva	5	6

- Sostituire “zucca in tocchetti al forno” con “zucchine all’olio”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Mercoledì – I settimana	g	g
Zucchine all’olio		
Zucchine	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6

- Sostituire “bietoline” con “fagiolini all’olio”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Martedì – III settimana	g	g
Fagiolini all’olio		
Fagiolini	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono



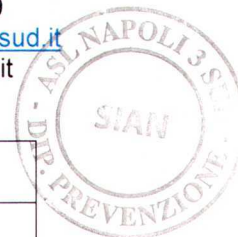
- Sostituire “pasta con broccoletti” con “pasta con pesto di basilico”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Mercoledì - III settimana	g	g
Pasta con pesto di basilico		
Pasta di semola	60	70
Pesto di basilico	5	8
Olio extravergine d'oliva	5	6

- Sostituire “finocchi cotti o crudi in insalata” con “pomodori in insalata”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Mercoledì - II settimana	g	g
Pomodori in insalata	100	120
Olio extravergine d'oliva	5	6

ASLNAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Dirigente Biologo
 Teresa Mastantuono



Computo nutrizionale		
	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Kcal	575	730
Proteine	g. 22; % 15	g. 28; % 15
Glucidi	g. 81 % 56	g. 106; % 58
Lipidi	g. 18; % 29	g. 22; % 27
Fibra	g. 9	g. 12
Ferro	mg. 4	mg. 5
Calcio	mg. 296	mg. 351

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 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).

ASL NAPOLI 3 SUD
 UOC SIAN
 Il Dirigente Biologo
 Dott.ssa Teresa Mastantuono