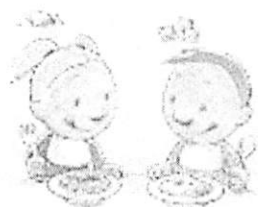
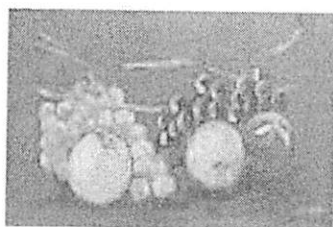
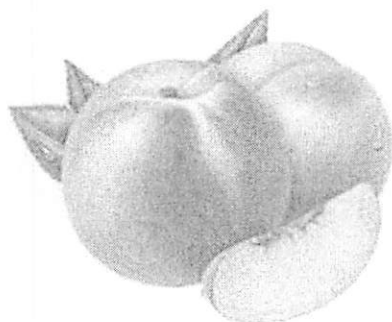


# Scuola Materna



**COMUNE DI MALETTTO**



**Tabella Dietetica**  
**Anni**  
**2013/2014**  
**2014/2015**

Regione Siciliana – Azienda Unità Sanitaria Locale n. 3  
Via Santa Maria La Grande, 5 – 95124 Catania  
Cod. Fisc. e Part. IVA 03196850873

Dipartimento di Prevenzione  
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

## Bromatologico



*[Handwritten signature]*

### Menù materna

|               | Kcal. | Proteine  | Lipidi    | Carboidrati |
|---------------|-------|-----------|-----------|-------------|
| I settimana   | 670   | 25.12 gr. | 20.56 gr. | 102.68 gr.  |
| II settimana  | 676   | 24.33 gr. | 21.50 gr. | 102.55 gr.  |
| III settimana | 669   | 25.04 gr. | 20.24 gr. | 103.21 gr.  |
| IV settimana  | 666   | 24.89 gr. | 20.45 gr. | 101.97 gr.  |

**Lunedì**

1ª Settimana

**Pranzo**

Fusilli al pomodoro

Pollo al forno

Ortaggi trifolati

pasta di semola gr. 60

pomodori maturi gr. 80

olio extra verg. oliva gr. 10

pollo coscia gr. 60

AROMI

Q.B.

zucchine gr. 100

( o cuori di carciofi gr. 60 )

olio extra verg. oliva gr. 5

PREZZEMOLO

Q.B.

pane tipo 0 gr. 50

banane gr. 100

( o Fragole 250 gr. )

( o Arance 220 gr. )



**Martedì**

1ª settimana

**Merc**

1ª Settiman

**Pranzo**

Risotto allo zafferano

Filetti di sogliola/platessa panati

Insalata mista

riso parboiled

gr. 60

burro

gr. 5

ZAFFERANO.

Q.B.

sogliola

gr. 80

pangrattato

gr. 10

olio extra verg. oliva

gr. 5

LIMONE

Q.B.

pomodori da insalata

gr. 50

( o Finocchi 50 gr. )

lattuga

gr. 30

( o carote 30 gr. )

olio extra verg. oliva

gr. 10

pane tipo 0

gr. 50

fragole

gr. 130

( o Pesche 130 gr. )

( o Mele 100 gr. )



**Mercoledì**I<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Farfalle prosciutto e piselli

Omelette di verdure

Insalata di finocchi

|                                |         |
|--------------------------------|---------|
| pasta di semola                | gr. 60  |
| piselli freschi                | gr. 20  |
| prosciutto cotto               | gr. 5   |
| parmigiano                     | gr. 3   |
| burro                          | gr. 5   |
| uovo di gallina intero         | gr. 55  |
| spinaci                        | gr. 40  |
| ( o cuori di Carciofi 50 gr. ) |         |
| olio extra verg. oliva         | gr. 5   |
| finocchi                       | gr. 100 |
| ( o Fagiolini 50 gr. )         |         |
| olio extra verg. oliva         | gr. 5   |
| pane tipo 0                    | gr. 50  |
| pesche                         | gr. 150 |
| ( o Pere 100 gr. )             |         |
| ( o Banane 80 gr. )            |         |



**Giovedì**I<sup>a</sup> Settimana

Ven

I<sup>a</sup> Settim**Pranzo**

Stellina all'olio

Bistecca di maiale dei nebrodi ai ferri/al forno

con patate al forno

Insalata di pomodoro

|                        |        |
|------------------------|--------|
| paŝta di semola        | gr. 60 |
| parmigiano             | gr. 3  |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| maiale bistecca        | gr. 50 |
| patate                 | gr. 80 |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |

|                                             |         |
|---------------------------------------------|---------|
| pomodori da insalata<br>( o Lattuga 60 gr ) | gr. 100 |
| olio extra verg. oliva                      | gr. 5   |
| AROMI                                       |         |

Q.B.

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| pane tipo 0           | gr. 50  |
| arance                | gr. 150 |
| ( o Fragole 180 gr. ) |         |
| ( o Pere 130 gr. )    |         |



**Venerdì**1<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Ditali con ceci / lenticchie

Tuma impanata al forno

Insalata di finocchi

pasta di semola

gr. 50

ceci secchi

gr. 20

olio extra verg. oliva

gr. 5

pecorino fresco

gr. 30

"Tuma"

uovo di gallina intero

gr. 6

pangrattato

gr. 10

finocchi

gr. 100

( o Carote 50 gr. )

olio extra verg. oliva

gr. 5

ACETO O LIMONE

Q.B.

pane tipo 0

gr. 50

arance

gr. 150

( o Banane 80 gr. )

( o Albicocche 200 gr. )



**Lunedì**

2ª Settimana

**Pranzo**

Pennette al pomodoro

Pollo alla pizzaiola

Insalata verde

|                        |        |
|------------------------|--------|
| pasta di semola        | gr. 50 |
| pomodori pelati        | gr. 60 |
| parmigiano             | gr. 5  |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| pollo petto            | gr. 50 |
| pomodori pelati        | gr. 60 |
| cipolle                | gr. 10 |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |
| ORIGANO                | Q.B.   |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| lattuga                | gr. 50 |
| ( o Finocchi 100 gr. ) |        |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |
| ACETO O LIMONE         | Q.B.   |

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| pane tipo 0              | gr. 50  |
| pere                     | gr. 200 |
| ( o Ciliegie 170 gr. )   |         |
| ( o Albicocche 250 gr. ) |         |



**Martedì**2<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Ditali con passato di minestrone

Filetti di sogliola / platessa al vapore

Insalata mista

pasta di semola gr. 50

minestrone surgelato gr. 50

olio extra verg. oliva gr. 5

sogliola gr. 70

olio extra verg. oliva gr. 5

LIMONE E PREZZEMOLO

Q.B.

finocchi gr. 40

carote gr. 30

( o pomodori 100 gr. )

olio extra verg. oliva gr. 10

ACETO O LIMONE

Q.B.

pane tipo 0 gr. 50

banane gr. 100

( o Albicocche 220 gr. )

( o Arance 200 gr. )



**Mercoledì**

2^ Settimana

**Giov**

2^ Settim

**Pranzo**

Fusilli alla norma

Lacerto brasato

Insalata di pomodori

|                                                                        |         |
|------------------------------------------------------------------------|---------|
| pasta di semola                                                        | gr. 60  |
| pomodori pelati                                                        | gr. 80  |
| olio extra verg. oliva                                                 | gr. 5   |
| ricotta di pecora<br>( Ricotta salata )                                | gr. 5   |
| melanzane<br>( o Zucchine 40 gr. )                                     | gr. 30  |
| BASILICO                                                               | Q.B.    |
| bovino adulto magro                                                    | gr. 50  |
| carote                                                                 | gr. 20  |
| sedano                                                                 | gr. 20  |
| olio extra verg. oliva                                                 | gr. 5   |
| AROMI                                                                  | Q.B.    |
| pomodori da insalata<br>( o Lattuga 60 gr. )<br>( o Fagiolini 70 gr. ) | gr. 100 |
| olio extra verg. oliva                                                 | gr. 7   |
| pane tipo 0                                                            | gr. 50  |
| mele                                                                   | gr. 100 |
| ( o Fragole 200 gr. )<br>( o Pere 150 gr. )                            |         |



**Giovedì**2<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Conchiglie con piselli / fagioli freschi

Crocchette di patate e spinaci

Carote stufate

|                 |        |
|-----------------|--------|
| pasta di semola | gr. 40 |
| piselli freschi | gr. 40 |
| cipolle         | gr. 20 |
| parmigiano      | gr. 3  |
| burro           | gr. 5  |

|                        |         |
|------------------------|---------|
| patate                 | gr. 100 |
| prosciutto cotto       | gr. 5   |
| uovo di gallina intero | gr. 20  |
| scamorza               | gr. 5   |
| pangrattato            | gr. 10  |
| spinaci                | gr. 30  |
| burro                  | gr. 5   |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| carote                 | gr. 50 |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |
| PREZZEMOLO             | Q.B.   |

|                        |         |
|------------------------|---------|
| pane tipo 0            | gr. 50  |
| pere                   | gr. 120 |
| ( o Arance 200 gr. )   |         |
| ( o Ciliegie 150 gr. ) |         |



**Venerdi**

2^ Settimana

**Pranzo**

Timballo di riso al forno

Pesce spada ai ferri

Insalata mista

|                        |        |
|------------------------|--------|
| riso parboiled         | gr. 60 |
| pomodori pelati        | gr. 50 |
| mozzarella             | gr. 10 |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| pesce spada            | gr. 70 |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |
| LIMONE E PREZZEMOLO    |        |

Q.B.

|                        |        |
|------------------------|--------|
| finocchi               | gr. 30 |
| carote                 | gr. 30 |
| ( o Lattuga 60 gr. )   |        |
| olio extra verg. oliva | gr. 10 |
| ACETO O LIMONE         |        |

Q.B.

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| pane tipo 0              | gr. 50  |
| pere                     | gr. 150 |
| ( o Pesche 225 gr. )     |         |
| ( o Ciliegie 160 gr. )   |         |
| ( o Albicocche 220 gr. ) |         |

**Lunedì**

3^ Settimana

**Lunedì**3<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Fusilli finocchietto e mollica

Bistecca ai ferri

Insalata di lattuga

|                          |      |         |
|--------------------------|------|---------|
| pasta di semola          |      | gr. 60  |
| pomodori pelati          |      | gr. 40  |
| FINOCCHIETTO SELVATICO   | Q.B. |         |
| pangrattato              |      | gr. 10  |
| olio extra verg. oliva   |      | gr. 5   |
| vitellone magro          |      | gr. 50  |
| olio extra verg. oliva   |      | gr. 5   |
| ACETO O LIMONE           | Q.B. |         |
| AROMI                    | Q.B. |         |
| lattuga                  |      | gr. 50  |
| ( o Finocchi 100 gr. )   |      |         |
| ( o Pomodori 50 gr. )    |      |         |
| olio extra verg. oliva   |      | gr. 7   |
| ACETO O LIMONE           | Q.B. |         |
| pane tipo 0              |      | gr. 50  |
| arance                   |      | gr. 120 |
| ( o Pesche 150 gr. )     |      |         |
| ( o Albicocche 145 gr. ) |      |         |
| ( o Mele 100 gr. )       |      |         |



**Martedì**3<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Sedanini al sugo

Polpette al sugo

Fagiolini all'agro

pasta di semola gr. 50

pomodori pelati gr. 60

olio extra verg. oliva gr. 5

vitello gr. 50

pangrattato gr. 10

uovo di gallina intero gr. 10

olio extra verg. oliva gr. 3

fagiolini gr. 100

( o Finocchi 200 gr. )

( o Cuori di carciofo 80 gr. )

olio extra verg. oliva gr. 10

LIMONE

Q.B.

pane tipo 0 gr. 50

mandarini gr. 100

( o Banane 100 gr. )

( o Albicocche 200 gr. )



**Mercoledì**3<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Orecchiette con i broccoli

Filetti di merluzzo al pomodoro

Palatine fritte

|                                                    |         |
|----------------------------------------------------|---------|
| pasta di semola                                    | gr. 50  |
| broccolo a testa                                   | gr. 60  |
| ( o Cavolfiore 60 gr. )                            | -       |
| cipolle                                            | gr. 20  |
| pecorino                                           | gr. 3   |
| olio extra verg. oliva                             | gr. 10  |
| merluzzo o nasello                                 | gr. 60  |
| pomodori pelati                                    | gr. 50  |
| olio extra verg. oliva                             | gr. 5   |
| patate fritte                                      | gr. 60  |
| ( Frittura con olio extra vergine di oliva 5 gr. ) |         |
| pane tipo 0                                        | gr. 50  |
| pesche                                             | gr. 120 |
| ( o Arance 100 gr. )                               |         |
| ( o Pere 100 gr. )                                 |         |



**Giovedì**3<sup>a</sup> Settimana

Vene

3<sup>a</sup> Settim**Pranzo**

Gnocchi al pomodoro

Rollè di tacchino al forno

Carote brasate

|                        |         |
|------------------------|---------|
| gnocchi di patate      | gr. 150 |
| pomodori pelati        | gr. 60  |
| parmigiano             | gr. 3   |
| olio extra verg. oliva | gr. 5   |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| tacchino petto         | gr. 50 |
| spinaci                | gr. 30 |
| cipolle                | gr. 5  |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |
| BRODO VEGETALE         |        |

Q.B.

|                        |        |
|------------------------|--------|
| carote                 | gr. 50 |
| ( spinaci 50 gr. )     |        |
| olio extra verg. oliva | gr. 5  |

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| pane tipo 0              | gr. 50  |
| arance                   | gr. 150 |
| ( o Pere 130 gr. )       |         |
| ( o Albicocche 200 gr. ) |         |

*Alife*

**Venerdì**3<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

\* Scacciata col cavolfiore

Insalata verde

|                        |             |
|------------------------|-------------|
| pasta per pizza        | gr. 200     |
| patate                 | gr. 20      |
| cavolfiore             | gr. 40      |
| scamorza               | gr. 30      |
| olio extra verg. oliva | gr. 5       |
| <br>lattuga            | <br>gr. 50  |
| ( Pomodori 100 gr. )   |             |
| olio extra verg. oliva | gr. 10      |
| <br>pere               | <br>gr. 120 |

**\* 0 PIZZA MARGHERITA :**

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| PASTA PER PIZZA           | gr. 200 |
| MOZZARELLA                | gr. 30  |
| POMODORI PELATI           | gr. 50  |
| olio extra verg. di Oliva | gr. 5   |



*[Handwritten signature]*

**Lunedì**

4^ Settimana

Mar

4^ Set

**Pranzo**

Farfalle con crema di spinaci

Hamburger ai ferri

Insalata mista

|                             |         |
|-----------------------------|---------|
| pasta di semola             | gr. 70  |
| spinaci                     | gr. 30  |
| cipolle                     | gr. 20  |
| latte parzialmente scremato | gr. 10  |
| parmigiano                  | gr. 5   |
| burro                       | gr. 10  |
| vitello                     | gr. 50  |
| olio extra verg. oliva      | gr. 3   |
| lattuga                     | gr. 30  |
| pomodori da insalata        | gr. 50  |
| olio extra verg. oliva      | gr. 5   |
| ACETO O LIMONE              | Q.B.    |
| pane tipo 0                 | gr. 50  |
| mele                        | gr. 100 |
| ( o Pesche 190 gr. )        |         |



VERSIONE NON REG

AZIENDA UNITA' SANITARIA N.  
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione - tel.

**Martedì**4<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Corallino in brodo vegetale

Pesce spada ai ferri

Patate prezzemolate

pasta di semola

BRODO VEGETALE

Q.B.

gr. 50

parmigiano

gr. 5

olio extra verg. oliva

gr. 5

pesce spada

gr. 60

olio extra verg. oliva

gr. 5

limoni succo

gr. 10

PREZZEMOLO, AGLIO

Q.B.

patate

gr. 100

olio extra verg. oliva

gr. 5

PREZZEMOLO

Q.B.

pane tipo 0

gr. 50

arance

gr. 120

( o Mele 100 gr. )

( o Pesche 125 gr. )



**Mercoledì**4<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Ditali col minestrone

Petto di pollo alla pizzaiola

Insalata di pomodori

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| pasta di semola         | gr. 50  |
| minestrone surgelato    | gr. 50  |
| olio extra verg. oliva  | gr. 10  |
| pollo petto             | gr. 50  |
| pomodori pelati         | gr. 50  |
| cipolle                 | gr. 10  |
| ORIGANO                 | Q.B.    |
| olio extra verg. oliva  | gr. 5   |
| pomodori da insalata    | gr. 100 |
| ( o Fagiolino 100 gr. ) |         |
| ( o Carote 50 gr. )     |         |
| olio extra verg. oliva  | gr. 5   |
| pane tipo 0             | gr. 50  |
| pesche                  | gr. 150 |
| ( o Ciliegie 100 gr. )  |         |
| ( o Pere 100 gr. )      |         |



**Giovedì**

Settimana

**Pranzo**

Ravioli al pomodoro

Crocchette di verdura

Creme caramel

|                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| ravioli di magro                    | gr. 80  |
| pomodori pelati                     | gr. 80  |
| olio extra verg. oliva              | gr. 5   |
| uovo di gallina intero              | gr. 50  |
| bieta                               | gr. 100 |
| ( o Finocchietto selvatico 50 gr. ) |         |
| ( o Spinaci 100 gr. )               |         |
| pangrattato                         | gr. 25  |
| PREZZEMOLO                          |         |
| olio extra verg. oliva              | gr. 3   |
| pane tipo 0                         | gr. 50  |
| creme caramel                       | gr. 120 |

Q.B.



**Venerdì**4<sup>a</sup> Settimana**Pranzo**

Riso e ceci

Prosciutto crudo di Parma

Insalata mista

|                        |         |
|------------------------|---------|
| riso parboiled         | gr. 50" |
| ceci secchi            | gr. 30  |
| cipolle                | gr. 10  |
| carote                 | gr. 10  |
| sedano                 | gr. 10  |
| olio extra verg. oliva | gr. 7   |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| prosciutto crudo magro | gr. 20 |
|------------------------|--------|

|                        |        |
|------------------------|--------|
| lattuga                | gr. 20 |
| carote                 | gr. 20 |
| finocchi               | gr. 20 |
| olio extra verg. oliva | gr. 10 |
| ACETO O LIMONE         | Q.B.   |

|                        |         |
|------------------------|---------|
| pane tipo 0            | gr. 50  |
| pere                   | gr. 120 |
| ( o Arance 150 gr. )   |         |
| ( o Ciliegie 120 gr. ) |         |



A handwritten signature in dark ink, appearing to read "Alfieri".