



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore: dr G. Ricciardelli

SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI e DELLA NUTRIZIONE

Via del Feudo di San Martino, 10 – 81100 Caserta **tel. 0823.350934 - 32** pec: direzione.sian@pec.aslcaserta.it

MENU' PRIMARIA INVERNALE

	<u>1° SETTIMANA</u>	<u>2° SETTIMANA</u>	<u>3° SETTIMANA</u>	<u>4° SETTIMANA</u>
<u>LUNEDI'</u>	<p>Pasta o riso al pomodoro (riso 50-70 g o pasta, pomodori pelati 50g, olio 4g, parmigiano 6 g)</p> <p>Prosciutto cotto senza polifosfati aggiunti 50 g</p> <p>Sformato di verdure (verdure 100g parmigiano 4-6 g, burro 6g, sale qb)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Minestra di verdure e legumi con riso (legumi secchi 30g, verdure miste fresche 60g, riso 30-40g g, olio extravergine d'oliva 4-6g, parmigiano 7g, sale qb)</p> <p>Petto di pollo o tacchino al limone (carne 70 g, limone , aromi e sale qb, olio extravergine d'oliva 4-6g)</p> <p>Insalata mista (pomodoro 80g, lattuga 20 g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Pasta con salsa bolognese (50- 70g di pasta, 40 g di salsa bolognese (carne,cipolla,carota); parmigiano 7g; olio 4-6 g)</p> <p>Mozzarella fiordilatte o formaggio spalmabile 60-70g</p> <p>Insalata di Pomodori (pomodori 100g, olio extravergine d'oliva)</p> <p>Pane 50 g</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p>	<p>Riso con zucca o zucchine (50-70g, zucca o zucchine 60g, olio extravergine d'oliva 6g, sale e cipolla qb)</p> <p>Nasello alla livornese (pesce 110g, pomodori pelati 50g, olio extravergine di oliva 6g, capperi-olive denocciolate e aromi qb)</p> <p>Insalata di carote alla julienne (carote 100g, olio extravergine d'oliva 5 g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>
<u>MARTEDI'</u>	<p>Pasta al tonno (50-70g di pasta, tonno sgocciolato 50 g, pomodoro 50g, olio 4 g)</p> <p>Frittata (1 uovo, latte qb, parmigiano 7 g, olio 4-6g,sale qb)</p> <p>Spinaci lessati (spinaci 120g, olio 5 g, sale qb)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Pasta olio e parmigiano (pasta 50-70g, olio extravergine di olive 7 g, parmigiano 5g, sale qb)</p> <p>-Merluzzo alla pizzaiola (cuori di merluzzo 100g, pomodori pelati 50g, olio extravergine di oliva 4-6g, aromi qb)</p> <p>Spinaci saltati (spinaci 120g, olio 5 g, sale qb)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Minestra di riso con patate e verza (riso 30-40g, 50g di patate, 30 g di verza, olio extravergine d'oliva 4-6, sale qb)</p> <p>Spezzatino con carne di bovino o tacchino o suino (carne magra 70g, pomodoro pelato 30g, cipolle e sale qb, olio extravergine d'oliva 4-6g)</p> <p>Fagiolini al pomodoro (fagiolini 120g, pomodoro qb, olio extravergine d'oliva 4-6g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50g</p>	<p>Pasta al tonno (50-70g di pasta tonno sgocciolato 50g)</p> <p>Frittata di patate (1 uovo, patate 100g, olio extravergine d'oliva qb, parmigiano 7g, sale qb, latte qb)</p> <p>Insalata di carote alla julienne (carote 100g, olio extravergine d'oliva 5g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>





DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore: dr G. Ricciardelli

SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI e DELLA NUTRIZIONE

Via del Feudo di San Martino, 10 – 81100 Caserta tel. 0823.350934 - 32 pec: direzione.sian@pec.aslcaserta.it

MENU' PRIMARIA INVERNALE

	<u>1° SETTIMANA</u>	<u>2° SETTIMANA</u>	<u>3° SETTIMANA</u>	<u>4° SETTIMANA</u>
<u>MERCOLEDI'</u>	<p>Riso con zucca o zucchine (50-70g, zucca o zucchine 60g, olio extravergine d'oliva 4-6g, sale e cipolla qb)</p> <p>Coscia di pollo al forno (pollo 70g-80g, olio extravergine di oliva 4-6, sale qb)+patate al forno 80g</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Risotto con cavolfiore (50g di riso, cavolfiore 30g, olio extravergine d'oliva 6 g, cipolle, brodo vegetale, cipolla e sale qb)</p> <p>-Hamburger di vitello al forno (80 g)</p> <p>Fagiolini al pomodoro (fagiolini 120g, pomodoro qb, olio extravergine d'oliva 4-6g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Pasta al pesto (pasta 50-70g, olio extravergine d'oliva 6g e basilico e pinoli qb)</p> <p>Merluzzo al pomodoro (120g di merluzzo, pomodori 50 g, olio 4-6 g)</p> <p>Spinaci lessi (spinaci 120g, olio extravergine d'oliva 5g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Minestrone o passato di verdure con pasta (pasta 30- 50g; patate 80g; verdure fresche 70g; parmigiano 10g, brodo, acqua aromi e sale qb)</p> <p>Prosciutto cotto 30g e parmigiano 20g</p> <p>Insalata mista verde 60g</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>
<u>GIOVEDI'</u>	<p>Minestra di verdure con pasta (pasta 50- 70g, verdure miste 60g, olio extravergine di oliva 6g, aromi qb)</p> <p>Arrosto di tacchino (fesa di tacchino 90g, olio extravergine d'oliva 5g, sale e aromi qb)</p> <p>Insalata mista (pomodori 80g, lattuga 40 g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Gnocchetti di patate al pomodoro (gnocchi 200-220g, pomodori pelati 40g, olio extravergine d'oliva 6g)</p> <p>Mozzarella o formaggio spalmabile 60-70g</p> <p>Insalata di pomodori (pomodori 100g, olio extravergine d'oliva)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Pasta al pomodoro (50-70g di pasta, 50g di pomodori pelati, olio d'oliva 4-6 g, parmigiano 7 g)</p> <p>Platessa impanata al forno (pesce 110g, olio extravergine d'oliva 6g, sale qb, aromi e pan grattato qb qb)</p> <p>Insalata di carote alla julienne (carote 100g, olio extravergine d'oliva 5 g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Pasta al ragù (50-70 g di pasta; carne di manzo magra 60 g; pomodoro pelati 70g)</p> <p>Ricotta di vacca 100 g</p> <p>Insalata mista (pomodoro 80 g e lattuga 40g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>



UNI EN ISO 9001



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Direttore: dr G. Ricciardelli

SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI e DELLA NUTRIZIONE

Via del Feudo di San Martino, 10 – 81100 Caserta tel. 0823.350934 - 32 pec: direzione.sian@pec.aslcaserta.it

MENU' PRIMARIA INVERNALE

	<u>1° SETTIMANA</u>	<u>2° SETTIMANA</u>	<u>3°SETTIMANA</u>	<u>4°SETTIMANA</u>
<u>VENERDI'</u>	<p>Pasta al pesto (pasta 50- 70g, olio extravergine d'oliva 4-6g e basilico e pinoli qb)</p> <p>Bastoncini di merluzzo al forno (100 g i merluzzo, pangrattato qb, farina qb, uovo qb)</p> <p>Insalata di pomodori (pomodori 100g, olio extravergine d'oliva 5g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Riso con crema di lenticchie (riso 40-50 g lenticchie 50 g, olio extravergine d'oliva 6 g, sale qb)</p> <p>Frittata (1 uovo, latte qb, parmigiano 7 g, olio 4-6g, sale qb)</p> <p>Insalata di bietoline (bietoline 60g, olio extravergine d'oliva 5 g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Crema di legumi e patate con pasta (30g di pasta, 40g di patate, 25g di legumi secchi, parmigiano 7g, olio 4-6 g; brodo vegetale e aromi qb)</p> <p>Petto di pollo o tacchino al limone (carne 70 g, limone , aromi e sale qb, olio 4-6g)</p> <p>Spinaci saltati (spinaci 100g, olio extravergine d'oliva o burro 5 g)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>	<p>Minestra di verdure e legumi con pasta (legumi secchi 20g, verdure miste fresche 60g, pasta 30-40 g, olio extravergine d'oliva 4-6g, parmigiano 7g, aromi qb)</p> <p>Lonza di suino in umido (carne 70 g, sale qb, olio extravergine d'oliva 4-6g, pomodori pelati 30g)</p> <p>Sfornato di verdure (verdure 100g, parmigiano 7g, burro 8g, sale qb)</p> <p>Frutta fresca di stagione 150g</p> <p>Pane 50 g</p>



MENU' PRIMARIA INVERNALE

Colazione al sacco



Panino 50-70 g con prosciutto cotto 50/60 g oppure con prosciutto crudo magro 50/60g

Oppure

Panino 50-70g con formaggio fresco 60/70g

**Frutta fresca di stagione 150 g già sbucciata e confezionata secondo le corrette procedure o
succo di frutta 200 ml**

Acqua minerale naturale 500ml

Dir. Medico UOPC

dr.ssa Teodora Lacaria

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi art.3 comma 2D.Lgs 33/93*

Dir. Medico SIAN

Dott. Antonio Barecchia

Firma autografa sostituita a mezzo stampa

ai sensi art.3 comma 2D.Lgs 33/93