ASL Lecce
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Direttore: dr. Martino Protopapa
Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420630 / 0836.420231
e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

A.S.L. LECCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
AREA SUD MAGLIE

Aggiornamento del 06.08.2026

arrivo cat 7-C
del 06-08-2026
0000474
Comune di Castro (Le) Prot. n.

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

1° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIATTO UNICO:				
PASTA AL RAGÙ DI LENTICCHIE				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Lenticchie rosse secche decorticate	15	20	30	40
Trito di carota/ cipolla/prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B
Pomodori pelati	20	50	50	50
Brodo di verdure fresche *	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B
CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO				
Bietole/Spinaci freschi	40	60	75	100
Patate	15	20	25	30
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B
PANE BIANCO (SP) / FOCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: PERA ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
MERLUZZO GRATINATO				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Pangrattato e prezzemolo	Q.B	Q.B.	Q.B.	Q.B.
BIETA ALL'OLIO				
Bieta fresca	80	120	150	200
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: BANANA ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
ORECCHIETTE CON CREMA DI RAPE (SP)/ ORECCHIETTE CON LE RAPE (I.P.S.)				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Broccoletti di rape	40	60	75	100
Cipolla		Q.B	Q.B	Q.B
Aglio (facoltativo)		Q.B	Q.B.	Q.B
BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO GRATINATO (I.P.S.) § (SP): SCHIACCIATINA DI POLLO AL FORNO				
Petto di pollo *(macinato per SP)*	35	45	80	100
Pangrattato	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3			
Brodo di verdure fresche *	Q.B			
CAROTE A JULIENNE (I.P.S.) / CAROTE LESSE PREZZEMOLATE (SP)				
Carote	40	60	75	100
Prezzemolo	Q.B			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MELA***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA ALLA PIZZAIOLA (I.P.S.) / PASTA AL POMODORO (SP)				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Olive denocciolate e sminuzzate		5	5	5
Cipolla/origano/capperi		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3			
Cipolla	Q.B.			
FRITTATA AL LATTE E PARMIGIANO (I.P.S.) § (SP): POLPETTE DI PLATESSA AL VAPORE				
Uovo		n.1 (50)	n.1 (50)	n.1 (50)
Latte vaccino UHT p.s.		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano		3	5	5
Filetto di platessa	50			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B.			
Brodo di verdure fresche	Q.B.			
Patata	10			
Prezzemolo e succo di limone	Q.B.			
FINOCCHI GRATINATI				
Cuori di finocchio (privi di filamenti)	80	120	150	200
Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: KIWI ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISOTTO CON GLI SPINACI (P.S.) § (SP e I): *PIATTO UNICO:* RISO CON CREMA DI CECI				
Riso parboiled	20	50	70	100
Spinaci freschi			75	100
Cipolla			Q.B	Q.B
Brodo di verdure fresche			Q.B	Q.B
Parmigiano reggiano			5	5
Ceci secchi	15	20		
Trito di carota/cipolla	Q.B	Q.B		
FORMAGGIO FRESCO (P.S.)				
Ricotta vaccina			100	150
INSALATA VERDE (P.S.) / INSALATA VERDE A JULIENNE E PATATE AL FORNO (SP e I)				
Lattuga	10	20	25	25
Patate	100	100		
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MELA***	70	80	100	120

OLIO EVO → *la quantità totale di Olio Extra Vergine d'Oliva da utilizzare a pranzo è pc*
15 g totali da ripartire nelle ricette ***(SP)***
13 g totali da ripartire nelle ricette ***(I)***
15 g totali da ripartire nelle ricette ***(P)***
20 g totali da ripartire nelle ricette ***(S)***

* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta e se necessario anche in altre preparazioni
** É possibile variare almeno 1 (una) volta nella settimana la somministrazione di pane preparato con diverse tipologie di farine e "ricette" (farine di grano 0, 1, 2, integrali; di grano duro, con cereali misti, farro, segale, sorgo etc.)
*** Servire la porzione da consumare durante il pasto già sbucciata

@ Prima della preparazione dei pasti, leggere attentamente le note riportate all'ultima pagina

Legenda
§=Menù differente per.. **(SP)**=Sez.Primavera **(SP e I.)**=Sez.Primavera Infanzia **(P.S.)**=Primaria Secondaria **(I.P.S)**=Infanzia Primaria Secondaria

Settore Nutrizione S.I.A.N. Area Sud
Direttore Dott. M. Protopapa *Dirigente Medico* Dott.ssa A. Mele
Dietisti dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Direttore: dr. Martino Protopapa
Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420630 / 0836.420231
e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

A.S.L. LECCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
AREA SUD MAGLIE

Aggiornamento del 06.08.2026

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

2° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA o PASTA INTEGRALE (I.P. S.) CON MINESTRONE DI VERDURE / PASTA CON PASSATO DI VERDURE (SP)				
Pasta di semola di grano duro / Pasta integrale		25	35	50
Verdure miste fresche di stagione	40	60	75	100
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Pasta di semola di grano duro	40			
SCALOPPINA DI LONZA AL LIMONE (I.P.S.) / POLPETTE DI LONZA AL FORNO (SP)				
Lonza *(macinato per SP)*	35	45	80	100
Farina e limone		Q.B.	Q.B	Q.B
Mollica di pane o pangrattato	Q.B			
Brodo di verdure fresche	Q.B			
Parmigiano reggiano	3			
BASTONCINI DI CAROTE GRATINATE				
Carote	40	60	75	100
Pangrattato	Q.B	Q.B.	Q.B	Q.B
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE:BANANA ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
ANTIPASTO DI FINOCCHI A JULIENNE (I.P.S.)				
Cuori di finocchio (privi di filamenti)		60	75	100
PIATTO UNICO: **PASTA MISTA CON FAGIOLI CANNELLINI (I.P.S.) / PASTA CON PASSATO DI FAGIOLI CANNELLINI (SP)**				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Fagioli cannellini secchi	15	20	30	40
Trito di carota/ cipolla/prezzemolo	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
CROCCHETTE DI PATATE AL FORNO				
Patate	100	100	150	200
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: PERA ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISO AL SUGO DI POMODORO				
Riso parboiled	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
POLPETTE DI PLATESSA AL FORNO (I.P.S.) / POLPETTE DI PLATESSA AL VAPORE (SP)				
Filetto di platessa	50	60	80	150
Mollica di pane o pangrattato	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Brodo di verdure fresche *	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Patata	10	10	10	15
Prezzemolo e limone	Q.B			
BIETA ALL'OLIO				
Bieta fresca	80	120	150	200
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: KIWI ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIZZA MARGHERITA (I.P.S.) **§ (SP): PASTA CON ZUCCA GIALLA**				
Pizza margherita: farina, lievito di birra secco o fresco, sale, mozzarella, pomodori pelati (peso cotto)		150	200	350
Pasta di semola di grano duro	40			
Zucca gialla fresca	40			
MOZZARELLA *O RICOTTA* (I.P.S.) **§ (SP): FRITTATA AL FORNO**				
Uovo	(n.1) 50			
Parmigiano reggiano	3			
Fettine di mozzarella		20	35	50
oppure Ricotta vaccina		*30*	*50*	*75*
INSALATA MISTA (I.P.S) / INSALATA MISTA A JULIENNE (SP)				
Lattuga e radicchio	10	40	50	50
PANE BIANCO (SP)	20			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE : MELA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON SUGO DI POMODORO				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
BOCCONCINI DI PESCE MISTO AL FORNO (I.P.S.) ***o ANELLI DI CALAMARO GRATINATI* (P.S.)** **§ (SP): MERLUZZO IN UMIDO**				
Merluzzo/Rana pescatrice/Platessa		60	80	150
oppure Calamaro			*80*	*150*
Pangrattato e prezzemolo		Q.B	Q.B	Q.B
Cuori di merluzzo	50			
Pomodori pelati	10			
Erbe aromatiche e Brodo di verdure fresche *	Q.B			
CUORI DI CICORIA ALL'OLIO				
Cuori di cicoria freschi	80	120	150	200
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE:ARANCIA ***	70	80	100	120

OLIO EVO → *la quantità totale di Olio Extra Vergine d'Oliva da utilizzare a pranzo è pari a:*
15 g totali da ripartire nelle ricette ***(SP)*** **15 g** totali da ripartire nelle ricette ***(P)***
13 g totali da ripartire nelle ricette ***(I)*** **20 g** totali da ripartire nelle ricette ***(S)***

* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta e se necessario anche in altre preparazioni
** É possibile variare almeno 1 (una) volta nella settimana la somministrazione di pane preparato con diverse tipologie di farine e "ricette" (farine di grano 0, 1, 2, integrali; di grano duro, con cereali misti, farro, segale, sorgo etc.)
*** Servire la porzione da consumare durante il pasto già sbucciata

@ Prima della preparazione dei pasti, leggere attentamente le note riportate all'ultima pagina

Legenda
§=Menù differente per.. **(SP)**=Sez.Primavera **(SP e I.)**=Sez.Primavera Infanzia **(P.S.)**=Primaria Secondaria **(I.P.S)**=Infanzia Primaria Secondaria

Settore Nutrizione S.I.A.N. Area Sud
Direttore Dott. M. Protopapa *Dirigente Medico* Dott.ssa A. Mele
Dietisti dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli

Prot. Uscita Cat 7 del 07-08-2026 0008474 Castro (Le)

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Direttore: dr. Martino Protopapa
Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420630 / 0836.420231
e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

A.S.L. LECCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
AREA SUD MAGLIE

Aggiornamento del 06.08.2026

Comune di Cavallino (Le) Prot. n.0000847 del 06/08/2026 arrivo cl.2

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

3° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISO IN BRODO DI VERDURE FRESCHE (I.P.S.)				
§ (SP): *PIATTO UNICO*: PASTA AL RAGÙ DI CARNE				
Riso parboiled		50	70	100
Cipolla		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Brodo di verdure fresche		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Pasta di semola di grano duro	40			
Pomodori pelati	20			
Magro di vitellone	35			
Sedano/carote/cipolla	Q.B			
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
FRITTATA DI SPINACI (I.P.S.)				
Uovo		n.1 (50)	n.1 (50)	n.1 (50)
Parmigiano reggiano		3	5	5
Spinaci		60	75	100
INSALATA VERDE (I.P.S.)				
INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	20	20	25	25
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MANDARINI ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO (I.P.S.)				
§ (SP): PASTA CON CREMA DI CAVOLFIORE				
Pasta di semola di grano duro		50	70	100
Pomodori pelati		50	50	50
Cipolla		Q.B	Q.B	Q.B
Parmigiano reggiano		3	5	5
Pasta di semola di grano duro	40			
Cavolfiore	40			
Cipolla	Q.B.			
SCALOPPINA DI PLATESSA AL FORNO (I.P.S.)				
§ (SP): SCHIACCIATINA DI PESCE AL FORNO				
Filetto di platessa		60	80	150
Farina/Succo di limone fresco		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Filetto di rana pescatrice (o passera di mare)	50			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B.			
Brodo di verdure fresche *	Q.B.			
Patata	10			
FINOCCHI TRIFOLATI				
Cuori di finocchio (privi di filamenti)	40	120	150	200
Trito di erbe aromatiche	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MELA ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON PATATE				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Patate	30	30	35	40
Cipolla	Q.B.	Q.B	Q.B.	Q.B
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
POLPETTE DI ZUCCA E CECI AL FORNO				
Zucca	40	40	50	60
Ceci secchi	15	20	30	40
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
Pangrattato e rosmarino	Q.B.	Q.B	Q.B.	Q.B
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: PERA ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON CAVOLFIORE E PANGRATTATO TOSTATO (I.P.S.)				
§ (SP): *PIATTO UNICO*: RISO IN BRODO DI PESCE				
Pasta di semola di grano duro		50	70	100
Cavolfiore		60	75	100
Cipolla		Q.B	Q.B	Q.B.
Pangrattato		Q.B	Q.B	Q.B.
Riso parboiled	40			
Verdure fresche miste per brodo	Q.B			
Cuori di merluzzo	50			
ARROSTO DI VITELLONE (I.P.S.)				
Vitellone		45	80	100
Brodo di verdure fresche		Q.B.	Q.B.	Q.B.
CAROTE A JULIENNE (I.P.S.				
§ (SP): BIETA ALL'OLIO				
Carote		60	75	100
Bieta fresca	80			
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: ARANCIA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PITTA DI PATATE (I.P.S.)				
§ (SP): PASTA AL SUGO DI POMODORO				
Patate		100	150	200
Olive denocciolate e sminuzzate		5	5	5
Cipolla		Q.B	Q.B.	Q.B.
Uovo		7	12	15
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
Pomodori pelati	20	30	30	30
Pasta di semola di grano duro	40			
Cipolla	Q.B			
FORMAGGIO FRESCO				
Ricotta vaccina	45	60	100	150
INSALATA VERDE (I.P.S.)				
§ (SP): INSALATA DI PATATE E INSALATA VERDE A JULIENNE				
Lattuga	20	20	50	50
Patate	70			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: KIWI ***	70	80	100	120

OLIO EVO → *la quantità totale di Olio Extra Vergine d'Oliva da utilizzare a pranzo è pari a:*
15 g totali da ripartire nelle ricette ***(SP)***
13 g totali da ripartire nelle ricette ***(I)***
15 g totali da ripartire nelle ricette ***(P)***
20 g totali da ripartire nelle ricette ***(S)***

* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta e se necessario anche in altre preparazioni
** É possibile variare almeno 1 (una) volta nella settimana la somministrazione di pane preparato con diverse tipologie di farine e "ricette" (farine di grano 0, 1, 2, integrali; di grano duro, con cereali misti, farro, segale, sorgo etc.)
*** Servire la porzione da consumare durante il pasto già sbucciata

@ Prima della preparazione dei pasti, leggere attentamente le note riportate all'ultima pagina

Legenda
§=Menù differente per.. **(SP)**=Sez.Primavera **(SP e I.)**=Sez.Primavera Infanzia **(P.S.)**=Primaria Secondaria **(I.P.S)**=Infanzia Primaria Secondaria

Settore Nutrizione S.I.A.N. Area Sud
Direttore Dott. M. Protopapa *Dirigente Medico* Dott.ssa A. Mele
Dietisti dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli

ASL Lecce
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Direttore: dr. Martino Protopapa
Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420630 / 0836.420231
e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

A.S.L. LECCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
AREA SUD MAGLIE

Aggiornamento del 06.08.2026

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

4° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISOTTO CON ZUCCA (I.P.S.) / CON CREMA DI ZUCCA (SP)				
Riso parboiled	40	50	70	100
Zucca	40	60	75	100
Cipolla	Q.B	Q.B.	Q.B.	Q.B
Brodo di verdure fresche	Q.B	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
SOVRACOSCIA DI POLLO ARROSTO (I.P.S.) § (SP): POLPETTE DI POLLO AL FORNO AL LIMONE				
Sovracoscia di pollo (disossata) *(macinato per SP)*		45	80	100
Rosmarino		Q.B	Q.B	Q.B
Petto di pollo	35			
Parmigiano reggiano	3			
Brodo di verdure fresche *	Q.B			
Succo di limone	Q.B			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B			
CUORI DI CICORIA ALL'OLIO				
Cuori di cicoria freschi	40	60	75	100
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MELA ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO (I.P.S.) § (SP): *PIATTO UNICO*: PASTA CON RAGÙ DI PESCE				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano		3	5	5
Cuori di merluzzo o rana pescatrice	50			
HAMBURGER DI RANA PESCATRICE GRATINATO (I.P.S.)				
Rana pescatrice tritata		60	80	150
Patata		10	10	15
Succo di limone		Q.B.	Q.B.	Q.B.
INSALATA VERDE (I.P.S.) / INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	20	40	50	50
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: BANANA ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
***PIATTO UNICO:* PASTA CON CECI (I.P.S.) / PASTA CON PASSATO DI CECI (SP)**				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Ceci secchi	15	20	30	40
Trito di carota/cipolla	Q.B	Q.B.	Q.B	Q.B
SFORMATO DI VERDURE AL FORNO (I.P.S.) § (SP): PATATE ALL'OLIO SCHIACCIATE				
Patate	100	20	25	30
Bieta fresca		60	75	100
Uovo		7	12	15
Parmigiano reggiano		3	5	5
Pangrattato		Q.B.	Q.B.	Q.B.
BIETOLINA GRATINATA (SP)				
Bieta fresca	40			
Pangrattato	Q.B.			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: KIWI ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIATTO UNICO:* PASTA CON RICOTTA E SUGO DI POMODORO ***				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B.	Q.B.	Q.B	Q.B
Ricotta vaccina	45	60	100	150
CAVOLFIORI E BROCCOLETTI LESSI ALL'OLIO				
Cavolfiore/Broccoletti	80	120	150	200
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: PERA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON PASSATO DI VERDURE				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Verdure miste fresche	40	60	75	100
Cipolla	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Brodo di verdure fresche	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
POLPETTE DI MERLUZZO IN UMIDO				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Brodo di verdure fresche *	Q.B.	Q.B.	Q.B	Q.B
Patate	10	10	10	15
Pomodori pelati	10	10	10	10
CAROTE A JULIENNE				
Carote	40	60	75	100
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: ARANCIA ***	70	80	100	120

OLIO EVO → *la quantità totale di Olio Extra Vergine d'Oliva da utilizzare a pranzo è pari a:*

15 g totali da ripartire nelle ricette ***(SP)*** — **15 g** totali da ripartire nelle ricette ***(P)***
13 g totali da ripartire nelle ricette ***(I)*** — **20 g** totali da ripartire nelle ricette ***(S)***

* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta e se necessario anche in altre preparazioni
** È possibile variare almeno 1 (una) volta nella settimana la somministrazione di pane preparato con diverse tipologie di farine e "ricette" (farine di grano 0, 1, 2, integrali; di grano duro, con cereali misti, farro, segale, sorgo etc.)
*** Servire la porzione da consumare durante il pasto già sbucciata
**** A discrezione degli utenti si ha la facoltà di separare il piatto unico in un primo (pasta al sugo di pomodoro) e in un secondo (ricotta vaccina), rispettando le grammature indicate

@ Prima della preparazione dei pasti, leggere attentamente le note riportate all'ultima pagina

Legenda
§=Menù differente per.. **(SP)**=Sez.Primavera **(SP e I.)**=Sez.Primavera Infanzia **(P.S.)**=Primaria Secondaria **(I.P.S)**=Infanzia Primaria Secondaria

Settore Nutrizione S.I.A.N. Area Sud
Direttore Dott. M. Protopapa *Dirigente Medico* Dott.ssa A. Mele
Dietisti dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli

Cod. Prot. 0008424 del 06/08/2026 ore 17.20

ASL Lecce
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Direttore: dr. Martino Protopapa
Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420630 / 0836.420231
e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

A.S.L. LECCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
AREA SUD MAGLIE

Aggiornamento del 06.08.2026

Prot. n. 0008472 del 06-08-2026 Arrivo Cat. 12 Comune di Castrignano de' Greci (LE)

TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

5° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA ALLA PIZZAIOLA (I.P.S.)				
§ (SP): PASTA AL SUGO DI POMODORO				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Olive denocciolate e sminuzzate		5	5	5
Cipolla/origano/capperi		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Cipolla	Q.B.			
Parmigiano reggiano	3			
MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Farina di mais	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
PETALI DI ZUCCA GRATINATI AL FORNO (I.P.S.)/VELLUTATA DI ZUCCA (SP)				
Zucca fresca	80	120	150	200
Rosmarino		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Pangrattato		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Cipolla/Brodo di verdure fresche*	Q.B.			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: KIWI ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISOTTO CON CREMA DI CARCIOFI O PUNTE DI ASPARAGI				
Riso parboiled	40	50	70	100
Cuori di carciofi/Punte di asparagi	40	60	75	100
Cipolla	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Brodo di verdure fresche	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
FRITTATA AL FORNO (P.S.)				
§ (SP e I): BURGER DI PATATE E LENTICCHIE				
Uovo			n.1 (50)	n.1 (50)
Parmigiano reggiano			5	5
Lenticchie rosse decorticate	15	20		
Patate	20	25		
Parmigiano reggiano	3	3		
Pangrattato/Prezzemolo	Q.B.	Q.B.		
INSALATA MISTA (P.S.)				
Lattuga e radicchio			25	25
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MANDARINI ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON MINESTRONE DI VERDURE (I.P.S) / PASTA CON PASSATO DI VERDURE (SP)				
Pasta di semola di grano duro	40	35	50	65
Verdure miste fresche di stagione	40	60	75	100
Cipolla	Q.B.	Q.B.	Q.B	Q.B
SCHIACCIATINE DI VITELLONE AL FORNO				
Vitellone macinato	35	45	80	100
Brodo di verdure fresche*/Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
CAROTE A JULIENNE				
Carote	40	60	75	100
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: PERA ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
ANTIPASTO DI FINOCCHI A JULIENNE (I.P.S.)				
Cuori di finocchio (privi di filamenti)		60	75	100
***PIATTO UNICO:* PASTA MISTA CON FAGIOLI CANNELLINI (I.P.S.) / PASTA CON PASSATO DI FAGIOLI CANNELLINI (SP)**				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Fagioli cannellini secchi	15	20	30	40
Trito di carota/ cipolla/prezzemolo	Q.B	Q.B.	Q.B	Q.B
PATATE AL FORNO				
Patate	100	100	150	200
Rosmarino (facoltativo)	Q.B.	Q.B.	Q.B	Q.B
INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MELA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
MOZZARELLA (I.P.S.)				
§ (SP): POLPETTE DI PLATESSA AL FORNO				
Fettine di mozzarella		40	70	100
Filetto di platessa	50			
Brodo di verdure fresche *	Q.B.			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B.			
Patate	10			
SPINACI ALL'OLIO				
Spinaci freschi	80	120	150	200
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: ARANCIA ***	70	80	100	120

la quantità totale di Olio Extra Vergine d'Oliva da utilizzare a pranzo è pari a:

OLIO EVO →

15 g totali da ripartire nelle ricette ***(SP)***
13 g totali da ripartire nelle ricette ***(I)***
15 g totali da ripartire nelle ricette ***(P)***
20 g totali da ripartire nelle ricette ***(S)***

* Il cuoco ha facoltà di utilizzare "brodo di verdure fresche" nella ricetta e se necessario anche in altre preparazioni
** É possibile variare almeno 1 (una) volta nella settimana la somministrazione di pane preparato con diverse tipologie di farine e "ricette" (farine di grano 0, 1, 2, integrali; di grano duro, con cereali misti, farro, segale, sorgo etc.)
*** Servire la porzione da consumare durante il pasto già sbucciata

@ Prima della preparazione dei pasti, leggere attentamente le note riportate all'ultima pagina

Legenda
§=Menù differente per.. **(SP)**=Sez.Primavera **(SP e I.)**=Sez.Primavera Infanzia **(P.S.)**=Primaria Secondaria **(I.P.S)**=Infanzia Primaria Secondaria

Settore Nutrizione
S.I.A.N. Area Sud
Direttore Dott. M. Protopapa *Dirigente Medico* Dott.ssa A. Mele
Dietisti dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE
Direttore: dr. Martino Protopapa
Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420630 / 0836.420231
e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

A.S.L. LECCE
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
AREA SUD MAGLIE

Aggiornamento del 06.08.2026

@ Note:

- ◊ Si raccomanda un'attenta lettura delle etichette del ***pesce*** al fine di verificare l'assenza di spine accompagnata da un accurato controllo visivo e manuale durante il processo di lavorazione del prodotto
- ◊ ***Non è consentita la somministrazione di "carne ricomposta" o "pesce ricomposto",*** né prefritto, preimpanato, o che abbia subito analoghe lavorazioni da imprese diverse dall'aggiudicatario
- ◊ ***Preparare e proporre gli alimenti/pasti in forma e consistenza adatte alle esigenze della fascia d'età*** (Vedi Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica).
- ◊ ***Adattare il formato di pasta alla ricetta e alle esigenze della fascia d'età. Scegliere i formati più piccoli per Sez. Prim. e Inf.*** (Vedi Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica). *Variare OGNI GIORNO il formato di pasta*.
- È consentita, previa comunicazione all'ente appaltante e al S.I.A.N. Area Sud, la ***flessibilità delle ricette in base alla disponibilità di prodotto locale*** se ciò prevede più varietà e specie di ortofrutta, di legumi e di cereali dalle caratteristiche nutrizionali simili
- **L'*ortofrutta dev'essere fresca di stagione*** secondo il calendario di stagionalità di cui all'Allegato A dei CAM 2020 (DM n.65 del 10 marzo 2020), oppure secondo i calendari regionali. *Qualora non disponibile ortofrutta fresca di stagione sono ammessi solo: piselli, fagiolini, spinaci, bieta, cuori di carciofi e fagioli borlotti surgelati; frutta non stagionale nel mese di maggio*
- ***Utilizzare con moderazione il sale*, sia per la cottura che come condimento, preferendo il sale iodato**
- ***Si raccomanda l'utilizzo di latte e prodotti lattiero caseari non a latte crudo***

Comune di Castro (Le) Prot. n. 0008474 del 06-08-2026 arrivo Cat. 7 Cl. 2

Legenda
§=Menù differente per.. **(SP)**=Sez.Primavera **(SP e I.)**=Sez.Primavera Infanzia **(P.S.)**=Primaria Secondaria **(I.P.S)**=Infanzia Primaria Secondaria

Settore Nutrizione S.I.A.N. Area Sud
Direttore Dott. M. Protopapa *Dirigente Medico* Dott.ssa A. Mele
Dietisti dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli