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 / 0836.420631
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 Castro (Le) Prot. n. 0008474 del 17/06/2026 - cat. 7 cl. 2 - arrivo

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

1° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON MINESTRONE DI VERDURE (P.S.)				
§ (SP e I): PASTA CON PISELLI VERDI				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Verdure miste fresche di stagione			75	100
Cipolla			Q.B	Q.B
Piselli verdi freschi/surgelati	45	60		
Trito di Cipolla/Carote/prezzemolo	Q.B	Q.B		
FORMAGGIO FRESCO (P.S.)				
§ (SP e I): CROCCHETTE DI ZUCCHINE AL FORNO				
Ricotta vaccina			100	150
Zucchine fresche	40	60		
Patate	15	20		
Parmigiano reggiano	3	3		
Pangrattato	Q.B.	Q.B.		
ZUCCHINE ALL'OLIO (P.S.)				
Zucchine fresche			75	100
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (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 CAROTE E YOGURT				
Riso parboiled	40	50	70	100
Carote	40	60	75	100
Brodo di verdure fresche	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Cipolla	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Yogurt bianco naturale *(facoltativo)*	5	7	10	15
COTOLETTA DI POLLO AL FORNO (I.P.S.)				
§ (SP): POLPETTE DI PESCE AL FORNO				
Petto di pollo		45	80	100
Pangrattato		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Cuori di merluzzo o rana pescatrice	50			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B			
Brodo di verdure fresche *	Q.B			
Patata	10			
INSALATA VERDE (I.P.S) / INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10	20	25	25
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 INTEGRALE (I.P.S.) / PASTA (SP) AL SUGO DI POMODORO				
Pasta di semola di grano duro	40			
Pasta di semola di grano duro integrale		50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
ROTOLO DI FRITTATA CON ZUCCHINE AL FORNO (I.P.S.)				
§ (SP): SCHIACCIATINE DI POLLO IN UMIDO				
Uovo		(n.1) 50	(n.1) 50	(n.1) 50
Zucchine fresche		20	20	20
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
Petto di pollo macinato	35			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B			
Brodo di verdure fresche *	Q.B			
BIETA ALL'OLIO				
Bietola 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: PESCA ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON ZUCCHINE TRIFOLATE				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Zucchine fresche	40	60	75	100
Cipolla	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
MERLUZZO GRATINATO				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
INSALATA DI POMODORI CON BASILICO				
Pomodori	40	60	75	100
Basilico	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: BANANA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIATTO UNICO:				
PASTA E LENTICCHIE				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Lenticchie rosse secche decorticate	15	20	30	40
Trito di carota/ cipolla/prezzemolo	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
POLPETTE DI PATATE E MELANZANE AL FORNO				
Patate	100	100	150	200
Melanzane	40	60	75	100
Pangrattato	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Parmigiano Reggiano	3	3	5	5
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

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 / 0836.420631
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 Castro (LE) Prot. n. [illegible] del 06-08-2026 arrivo Cat. 7 Cl. 2

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

2° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON MINESTRONE DI VERDURE				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	40
Verdure miste fresche di stagione	40	60	75	100
Cipolla	Q.B.	Q.B	Q.B	Q.B-
SOVRACOSCIA DI POLLO AL FORNO (I.P.S.) § (SP): POLPETTE DI TACCHINO IN UMIDO				
Sovracoscia di pollo (disossata)		45	80	100
Rosmarino		Q.B	Q.B	Q.B
Fesa di tacchino macinata	35			
Parmigiano reggiano	3			
Mollica di pane o pangrattato/Brodo di verdure fresche *	Q.B			
INSALATA DI CAROSELLI o *INSALATA VERDE A JULIENNE*				
Caroselli	40	60	75	100
oppure lattuga	*10*	*20*	*25*	*25*
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
***PIATTO UNICO:* PASTA CON CECI (I.P.S.) / PASTA CON PASSATO DI CECI (SP)**				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	40
Ceci secchi	15	20	30	40
Trito di Carota/cipolla	Q.B	Q.B.	Q.B	Q.B
CROCCHETTE DI MELANZANE AL FORNO				
Melanzane fresche	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) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: FRAGOLE ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO E FAGIOLINI o *PASTA CON CREMA DI PEPERONI* (I.P.S.) / PASTA AL SUGO DI POMODORO (SP)				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Fagiolini freschi o *peperoni gialli e rossi freschi*		60	75	100
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Parmigiano reggiano	3			
BOCCONCINI DI PESCE MISTO AL FORNO (I.P.S.) § (SP): POLPETTE DI PLATESSA AL FORNO				
Merluzzo/Rana pescatrice/Platessa		60	80	150
Pangrattato e prezzemolo		Q.B	Q.B	Q.B
Filetto di platessa	50			
Patata	10			
Mollica di pane o pangrattato/Brodo di verdure fresche *	Q.B			
INSALATA DI POMODORI CON ORIGANO				
Pomodori	80	60	75	100
Origano	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: BANANA ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIZZA MARGHERITA (I.P.S.) § (SP): PASTA CON PASSATO DI VERDURE				
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			
Verdure miste fresche di stagione	40			
Cipolla	Q:B			
MOZZARELLA o RICOTTA (I.P.S.) § (SP): FRITTATA AL FORNO				
Fettine di mozzarella		20	35	50
oppure Ricotta vaccina		*30*	*50*	*75*
Uovo	(n.1) 50			
Parmigiano reggiano	3			
INSALATA MISTA (I.P.S) / INSALATA MISTA A JULIENNE (SP)				
Lattuga e radicchio	10	40	50	50
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE : MELONE ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
ANTIPASTO DI CAROTE CRUDE (I.P.S.)				
Carote		60	75	100
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
MERLUZZO GRATINATO				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Pangrattato	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Prezzemolo	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
ZUCCHINE GRATINATE				
Zucchine fresche	80	60	75	100
Pangrattato	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
PANE BIANCO (SP)	20			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE:PERA ***	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

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 / 0836.420631
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 Castrì (Le) Prot n. 0008471 del 06-08-2026 arrivo cat. 1.1

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti — 3° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON ZUCCHINE TRIFOLATE				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Zucchine fresche	40	60	75	100
Cipolla	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B.
HAMBURGER DI PESCE GRATINATO				
Pescatrice/passera di mare tritata	50	60	80	150
Patata	10	10	10	15
Succo di limone	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
INSALATA DI POMODORI CON BASILICO				
Pomodori	40	60	75	100
Basilico	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: MELONE ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA CON MELANZANE (I.P.S.) **§ (SP): *PIATTO UNICO:* PASTA CON RAGÙ DI CARNE**				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Melanzane		60	75	100
Cipolla		Q.B.	Q.B.	Q.B.
Magro di vitellone	35			
Sedano/carote/cipolla	Q.B.			
Parmigiano reggiano	3			
FRITTATA AL FORNO (I.P.S.)				
Uovo		n.1 (50)	n.1 (50)	n.1 (50)
Parmigiano reggiano		3	5	5
INSALATA DI CAROSELLI O CAROTE (I.P.S.) **§ (SP): BIETOLINE GRATINATE**				
Caroselli o carote		60	75	100
Bietoline fresche	80			
Pangrattato	Q.B.			
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: PESCHE ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIATTO UNICO: **PASTA CON FAGIOLI BORLOTTI (I.P.S./ PASTA CON PASSATO DI FAGIOLI BORLOTTI (SP)**				
Pasta di semola di grano duro	20	35	50	65
Fagioli borlotti freschi o surgelati	45	60	90	120
Trito di Cipolla/Carote/Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
PANZEROTTI DI PATATE AL FORNO				
Patate	100	100	150	200
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
Uovo	5	7	12	15
Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Menta fresca	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
INSALATA VERDE (I.P.S) / INSALATE VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10	20	25	25
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
PIATTO *UNICO:* ORECCHIETTE CON POLPETTE AL SUGO (I.P.S.) **§ (SP): PASTA AL SUGO DI POMODORO E BASILICO**				
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
Basilico	Q.B			
Per le polpette:				
Magro di vitellone		45	80	100
Parmigiano reggiano		3	5	5
Mollica di pane o pangrattato/Brodo di verdure fresche *		Q.B	Q.B	Q.B
POLPETTE DI MERLUZZO IN UMIDO (SP)				
Cuori di merluzzo	50			
Mollica di pane o pangrattato/ Brodo di verdure fresche *	Q.B.			
Patata	5			
VERDURE E ORTAGGI MISTI AL FORNO				
Zucchine fresche	30	40	50	70
Pomodori	30	40	50	70
Peperoni rossi e gialli/Melanzane	20	40	50	60
Basilico/Aglio (facoltativi)	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: ALBICOCCA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISO CON VERDURE MISTE (I.P.S.)/ (SP): RISO CON PASSATO DI VERDURE				
Riso basmati	40	50	70	100
Verdure miste di stagione	40	60	75	100
Cipolla/Brodo di verdure fresche	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
FORMAGGIO FRESCO				
Ricotta vaccina (per SP)	45			
Fettine di mozzarella (per I.P.S.)		40	70	100
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

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

@ 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 / 0836.420631
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 PRIMAVERA-ESTATE – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

4° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISOTTO CON BIETOLE FRESCHE (I.P.S.) / RISOTTO CON CREMA DI BIETOLE (SP)				
Riso parboiled	40	50	70	100
Bietole fresche	40	60	75	100
Cipolla/Brodo di verdure fresche	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
FRITTATA AL FORNO				
Uovo	(n.1) 50	(n.1) 50	(n.1) 50	(n.1) 50
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
CAROTE A JULIENNE				
Carote	40	60	75	100
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE:ALBICOCCA ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
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 Cipolla/Carota	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO				
Fagiolini 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) / 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
ANTIPASTO DI CAROTE CRUDE O CAROSELLO (I.P.S.)				
Carote o carosello		60	75	100
PASTA ALLA PIZZAIOLA				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Olive denocciolate e sminuzzate	3	5	5	5
Cipolla/origano/capperi	Q.B	Q.B.	Q.B.	Q.B
POLPETTE DI PLATESSA AL VAPORE				
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 succo di limone	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
ZUCCHINE ALL'OLIO				
Zucchina fresca	80	60	75	100
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: SUSINE ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA ALL'ORTOLANA				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Verdure miste fresche (melanzane/carote/zucchine)	40	60	75	100
Cipolla/Menta fresca	Q.B	Q.B.	Q.B.	Q.B.
SCALOPPINA DI TACCHINO AL LIMONE (I.P.S.) § (SP): POLPETTONE DI TACCHINO AL FORNO				
Fesa di tacchino *(macinato per SP)*	35	45	80	100
Parmigiano reggiano	3			
Mollica di pane o pangrattato	Q.B			
Brodo di verdure fresche*	Q.B	Q.B.	Q.B	Q.B.
Prezzemolo	Q.B			
Farina e limone		Q.B.	Q.B	Q.B.
INSALATA VERDE (I.P.S) / INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10	20	25	25
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE : PESCA ***	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
MERLUZZO GRATINATO				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Pangrattato	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
Prezzemolo	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
INSALATA DI PATATE, CAROTE ROSSE E ORTAGGI (I.P.S) § (SP): CAROTE ROSSE ALL'OLIO				
Patate		30	50	65
Carote rosse fresche	80	40	50	65
Pomodori e caroselli		40	50	65
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE:MELONE ***	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

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

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 / 0836.420631
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

Comuneli Cat. Prot. 0008474 del 06-08-2026 arrivo

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE – 2026/2027

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

5° SETTIMANA

LUNEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
INSALATA DI RISO (I.P.S.)				
§ (SP): PASTA AL SUGO DI POMODORO				
Riso parboiled		50	70	100
Pomodori a dadini/Carote a julienne		60	75	100
Olive denocciolate e sminuzzate		5	5	5
Pasta di semola di grano duro	40			
Parmigiano reggiano	3			
Pomodori pelati	20			
Cipolla	Q.B			
STRACCETTI DI LONZA GRATINATI (I.P.S.) / BURGER DI LONZA IN UMIDO (SP)				
Lonza *(macinato per SP)*	35	45	80	100
Pangrattato		Q.B.	Q.B	Q.B
Erbe aromatiche (rosmarino/timo/menta/)		Q.B.	Q.B	Q.B
Mollica di pane o pangrattato	Q.B			
Brodo di verdure fresche*	Q.B			
Parmigiano reggiano	3			
ZUCCHINE TRIFOLATE				
Zucchine fresche	80	60	75	100
Prezzemolo/Cipolla	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: PRUGNA ***	70	80	100	120

MARTEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO (P.S.)				
§ (SP e I): PASTA CON PASSATO DI PISELLI VERDI				
Pasta di semola di grano duro	20	25	70	100
Pomodori pelati			50	50
Parmigiano reggiano			5	5
Cipolla			Q.B	Q.B
Piselli verdi freschi/surgelati	45	60		
Trito di carota/ cipolla/prezzemolo	Q.B.	Q.B.		
INSALATA DI CECI, CAROSELLI E POMODORI (P.S.)				
§ (SP e I): CROCCHETTE DI MELANZANE AL FORNO				
Ceci secchi			30	40
Caroselli e pomodori			75	100
Origano/basilico			Q.B.	Q.B.
Melanzane	40	60		
Patate	15	20		
Parmigiano reggiano	3	3		
Pangrattato	Q.B.	Q.B.		
PANE BIANCO (SP) / PANE CON FARINA DI TIPO 1 (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: MELONE ***	70	80	100	120

MERCOLEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
RISOTTO CON ZUCCHINE				
Riso parboiled	40	50	70	100
Zucchine 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.
FRITTATA AL FORNO				
Uovo	(n.1) 50	(n.1) 50	(n.1) 50	(n.1) 50
Parmigiano reggiano	3	3	5	5
INSALATA VERDE (I.P.S) / INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10	20	25	25
PANE BIANCO (SP) / PUCCETTA CON OLIVE NERE DENOCCIOLATE (I.P.S.) **	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE: ALBICOCCA ***	70	80	100	120

GIOVEDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PASTA AL SUGO DI POMODORO E FAGIOLINI (I.P.S.) / PASTA AL SUGO DI POMODORO (SP)				
Pasta di semola di grano duro	40	50	70	100
Pomodori pelati	20	50	50	50
Fagiolini freschi		60	75	100
Cipolla	Q.B.	Q.B	Q.B	Q.B
Parmigiano reggiano	3			
MERLUZZO GRATINATO				
Cuori di merluzzo	50	60	80	150
Pangrattato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
ZUCCHINE E POMODORI GRATINATI				
Zucchine e pomodori	80	60	75	100
Pangrattato e menta fresca	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: BANANA ***	70	80	100	120

VENERDÌ	Sez. Primavera	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
PIATTO UNICO:				
PASTA E LENTICCHIE				
Pasta di semola di grano duro	20	25	35	50
Lenticchie rosse secche decorticate	15	20	30	40
Trito di carota/ cipolla/prezzemolo	Q.B	Q.B	Q.B	Q.B
POLPETTE DI PATATE (I.P.S.) /				
PATATE SCHIACCIATE ALL'OLIO (SP)				
Patate	100	100	150	200
Pangrattato		Q.B	Q.B	Q.B
Parmigiano Reggiano		3	5	5
INSALATA VERDE (I.P.S) / INSALATA VERDE A JULIENNE (SP)				
Lattuga	10	20	25	25
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

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 / 0836.420631
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 Castro (Le) Prot. n. 0008474 del 06-08-2026 arrivo Cat. 7 Cl. 2

@ 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***

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