

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI SARCONI

MENU REFEZIONE SCOLASTICA

AUTUNNO-INVERNO A.E. 2024 - 2025

| | LUNEDÍ | MARTEDÍ | MERCOLEDÍ | GIOVEDÍ | VENERDÍ |
|---------------|--|--|--|--|---|
| I SETTIMANA | Pasta con passato di fagioli Frittata con patate Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pesto Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Lonza di maiale al latte Verdura di stagione Pane Frutta | Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta |
| II SETTIMANA | Riso con vellutata di piselli Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con vellutata di zucchine Frittata Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta alla bolognese Crescenza Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con passato di verdura Sogliola con pomodorini Patate al forno Pane Frutta |
| III SETTIMANA | Pasta con passato di lenticchie Frittata con spinaci Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Cotoletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta | Riso con zucca Crescenza Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Lonza di maiale al latte Verdura di stagione Pane Frutta | Pastina in brodo vegetale Merluzzo gratinato Verdura di stagione Pane Frutta |
| IV SETTIMANA | Riso con vellutata di ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta | Riso al pomodoro Roastbeef Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pesto Frittata al formaggio Patate al forno Pane Frutta | Pasta al pomodoro Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con passato di verdura Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta |

Il Dietista Dott. ROSA Sabrina



COMUNE DI SARCONI

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
 DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

1° Settimana
 A.E. 2024-25

LUNEDÌ

Pasta con passato di fagioli

Frittata con patate

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---|------------|----------|------------|----------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Fagioli secchi decorticati (passati o schiacciati)</i> | gr. | 15 | gr. | 20 |
| <i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (1/2) | gr. | 30 (1/2) |
| <i>Patate</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Scaloppina di vitello

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Vitello (noce)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Farina</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Burro</i> | gr. | 5 | gr. | 5 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ

Pasta con pesto

Ricotta

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------|------------|----|------------|----|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Pesto</i> | gr. | 5 | gr. | 10 |
| <i>Ricotta</i> | gr. | 50 | gr. | 50 |
| <i>Insalate di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Lonza di maiale al latte

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Maiale magro (lonza, arista)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Latte</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

VENERDÌ

Pastina in brodo vegetale

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure per brodo (carota, sedano..)</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Bastoncini di merluzzo</i> | gr. | n. 1 | gr. | n.2 |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |

COMUNE DI SARCONI
**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
 DELLA SALUTE UMANA**
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

MENÙ AUTUNNO - INVERNO
**2° Settimana
 A.E. 2024-25**
LUNEDÌ
Riso con vellutata di piselli
Prosciutto cotto magro
Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---|------------|----|------------|----|
| <i>Riso</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Piselli freschi/surgelati (passati)</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Prosciutto cotto magro senza polifosfati</i> | gr. | 10 | gr. | 20 |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

MARTEDÌ
Pasta al pomodoro
Fusi di pollo al forno
Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---------------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Pollo (coscia disossata, fusi)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ
Pasta con vellutata di zucchine
Frittata
Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Zucchine</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (½) | gr. | 30 (½) |
| <i>Parmigiano o grana</i> | gr. | 5 | gr. | 5 |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

GIOVEDÌ
Pasta alla bolognese
Crescenza
Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Carne bovina macinata</i> | gr. | 15 | gr. | 20 |
| <i>Crescenza</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

VENERDÌ
Pasta con passato di verdure
Sogliola con pomodorini
Patate al forno

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola o riso</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure di stagione</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Sogliola o platessa</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |
| <i>Pomodorini</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Patate</i> | gr. | 50 | gr. | 80 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI SARCONI

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

3° Settimana
A.E. 2024-25

LUNEDÌ

Pasta con passato di lenticchie

Frittata con spinaci

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|--|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Lenticchie secche decorticate (passate o schiacciate)</i> | gr. | 15 | gr. | 20 |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (½) | gr. | 30 (½) |
| <i>Spinaci</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Cotoletta di pollo

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Petto di pollo</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Pangrattato</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Uovo</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ

Riso con zucca*

Crescenza

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Riso</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Zucca</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Crescenza</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

*(in periodi di non reperibilità la zucca può essere sostituita con altra verdura di stagione)

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Lonza di maiale al latte

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Maiale magro (lonza, arista)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Latte</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

VENERDÌ

Pastina in brodo vegetale

Merluzzo gratinato

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure per brodo (carota, sedano..)</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Filetti di merluzzo</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |
| <i>Pangrattato</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI SARCONI

MENÙ AUTUNNO - INVERNO

4° Settimana A.E.
A.E. 2024-25

LUNEDÌ

Pasta con vellutata di ceci

Prosciutto cotto magro

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|--|------------|----|------------|----|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Ceci secchi decorticati (passati o schiacciati)</i> | gr. | 15 | gr. | 20 |
| <i>Prosciutto cotto magro senza polifosfati</i> | gr. | 10 | gr. | 20 |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

MARTEDÌ

Riso al pomodoro

Roastbeef

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---|------------|------|------------|------|
| <i>Riso</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Vitello (lombata, controfiletto)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ

Pasta con pesto

Frittata

Patate al forno

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---------------------------|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Pesto</i> | gr. | 5 | gr. | 10 |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (½) | gr. | 30 (½) |
| <i>Parmigiano o grana</i> | gr. | 5 | gr. | 5 |
| <i>Patate</i> | gr. | 50 | gr. | 80 |

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Ricotta

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ricotta</i> | gr. | 50 | gr. | 50 |
| <i>Crescenza</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

VENERDÌ

Pasta con passato di verdure

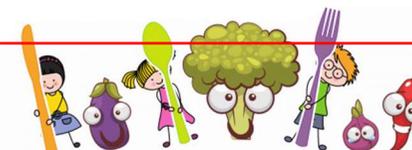
Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure di stagione</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Bastoncini di merluzzo</i> | gr. | n. 1 | gr. | n. 2 |
| <i>Pangrattato</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |



**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA**

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI SARCONI

MENU REFEZIONE SCOLASTICA PRIMAVERA - ESTATE A.E. 2024 - 2025

| | LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' |
|---------------|---|---|--|--|---|
| I SETTIMANA | Pasta con crema di zucchine Frittata Piselli stufati Pane Frutta | Pasta con pomodorini Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta | Risotto alle verdure Merluzzo gratinato Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pesto Ricotta Insalata di patate Pane Frutta |
| II SETTIMANA | Pasta con passato di ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pesto di fagiolini e patate Formaggio spalmabile Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pomodorini Frittata al formaggio Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta all'ortolana Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta |
| III SETTIMANA | Pasta con vellutata di piselli Frittata con spinaci Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Roastbeef Verdura di stagione Pane Frutta | Risotto alle verdure Ricotta Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Lonza di maiale al latte Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con crema di zucchine Bastoncini di merluzzo Insalata di patate Pane Frutta |
| IV SETTIMANA | Riso con verdure e legumi Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta al pomodoro Cotoletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta all'ortolana Frittata con patate Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pomodorini Crescenza Verdura di stagione Pane Frutta | Pasta con pesto Sogliola al forno gratinata Verdura di stagione Pane Frutta |



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
BASILICATA
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI SARCONI

MENÙ PRIMAVERA - ESTATE

1° Settimana
A.E. 2024-25

LUNEDÌ

Pasta con crema di zucchine

Frittata

Piselli stufati

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------------|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Zucchine</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Aromi</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (½) | gr. | 30 (½) |
| <i>Piselli freschi/surgelati</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |

MARTEDÌ

Pasta con pomodorini

Fuselli di pollo al forno

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---------------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Pollo (coscia, fusi disossati)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ

Risotto alle verdure

Merluzzo gratinato

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|--------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Riso</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure miste</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Filetti di merluzzo</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |
| <i>Pangrattato, prezzemolo</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Lonza di maiale al latte

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Maiale magro (lonza, arista)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Latte</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

VENERDÌ

Pasta con pesto

Ricotta

Insalata di patate

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Pesto</i> | gr. | 5 | gr. | 10 |
| <i>Pomodorini</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ricotta</i> | gr. | 50 | gr. | 50 |
| <i>Patate</i> | gr. | 50 | gr. | 80 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
BASILICATA
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI PIETRAGALLA

MENÙ PRIMAVERA - ESTATE

2° Settimana
A.E. 2024-25

LUNEDÌ

Pasta con passato di ceci

Prosciutto cotto magro

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|--|------------|----|------------|----|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Ceci secchi decorticati (passati o schiacciati)</i> | gr. | 15 | gr. | 20 |
| <i>Prosciutto cotto magro senza polifosfati</i> | gr. | 10 | gr. | 20 |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Scaloppina di vitello

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Vitello (noce)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Farina</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Burro</i> | gr. | 5 | gr. | 5 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ

Pasta con pesto di fagiolini e patate

Formaggio spalmabile

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Patate</i> | gr. | 50 | gr. | 50 |
| <i>Fagiolini</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Formaggio spalmabile</i> | gr. | 40 | gr. | 40 |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Frittata

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (½) | gr. | 30 (½) |
| <i>Parmigiano o grana</i> | gr. | 5 | gr. | 5 |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

VENERDÌ

Pasta all'ortolana

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure di stagione</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Bastoncini di merluzzo</i> | gr. | n. 1 | gr. | n. 2 |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |



DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

COMUNE DI SARCONI

MENÙ PRIMAVERA - ESTATE

**3° Settimana
A.E. 2024-25**

LUNEDÌ

Pasta con vellutata di piselli

Frittata di spinaci

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------------|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 20 | gr. | 30 |
| <i>Piselli freschi/surgelati</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Uovo</i> | gr. | 30 (½) | gr. | 30 (½) |
| <i>Spinaci</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Roastbeef

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|---|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Vitello (lombata, controfiletto)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Aromi</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ortaggi</i> | gr. | 50 | gr. | 60 |

MERCOLEDÌ

Risotto alle verdure

Ricotta

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|--|------------|------|------------|------|
| <i>Riso</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Verdure di stagione a tocchetti</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Ricotta</i> | gr. | 50 | gr. | 50 |
| <i>Insalata di stagione</i> | gr. | 20 | gr. | 20 |

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Lonza di maiale al latte

Verdura di stagione

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Maiale magro (lonza, arista)</i> | gr. | 40 | gr. | 50 |
| <i>Latte</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Verdura cotta</i> | gr. | 70 | gr. | 80 |

VENERDÌ

Pasta con crema di zucchine

Bastoncini di merluzzo al forno

Insalata di patate

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-------------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | gr. | 30 | gr. | 40 |
| <i>Zucchine</i> | gr. | q.b. | gr. | q.b. |
| <i>Bastoncini di merluzzo</i> | gr. | n. 1 | gr. | n. 2 |
| <i>Patate</i> | gr. | 50 | gr. | 80 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | gr. | 30 | gr. | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | gr. | 100 | gr. | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | gr. | 10 | gr. | 10 |

COMUNE DI SARCONI
**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA
 DELLA SALUTE UMANA**
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

MENÙ PRIMAVERA - ESTATE
**4° Settimana
 A.E. 2024-25**
LUNEDÌ**Riso con verdure e legumi****Prosciutto cotto magro****Verdura di stagione**

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|--|------------|------|------------|------|
| <i>Riso</i> | <i>gr.</i> | 20 | <i>gr.</i> | 30 |
| <i>Verdure di stagione</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Legumi secchi decorticati (schiacciati o passati)</i> | <i>gr.</i> | 15 | <i>gr.</i> | 20 |
| <i>Prosciutto cotto magro senza polifosfati</i> | <i>gr.</i> | 10 | <i>gr.</i> | 20 |
| <i>Verdura cotta</i> | <i>gr.</i> | 70 | <i>gr.</i> | 80 |

MARTEDÌ**Pasta al pomodoro****Cotoletta di pollo****Verdura di stagione**

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | <i>gr.</i> | 30 | <i>gr.</i> | 40 |
| <i>Passata di pomodoro</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Petto di pollo</i> | <i>gr.</i> | 40 | <i>gr.</i> | 50 |
| <i>Pangrattato</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Uovo</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Ortaggi</i> | <i>gr.</i> | 50 | <i>gr.</i> | 60 |

MERCOLEDÌ**Pasta all'ortolana****Frittata con patate****Verdura di stagione**

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------|------------|--------|------------|--------|
| <i>Pasta di semola</i> | <i>gr.</i> | 30 | <i>gr.</i> | 40 |
| <i>Verdure di stagione</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Uovo</i> | <i>gr.</i> | 30 (½) | <i>gr.</i> | 30 (½) |
| <i>Patate</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Insalata di stagione</i> | <i>gr.</i> | 20 | <i>gr.</i> | 21 |

GIOVEDÌ**Pasta con pomodorini****Crescenza****Verdura di stagione**

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | <i>gr.</i> | 30 | <i>gr.</i> | 40 |
| <i>Pomodorini</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Crescenza</i> | <i>gr.</i> | 30 | <i>gr.</i> | 40 |
| <i>Verdura cotta</i> | <i>gr.</i> | 70 | <i>gr.</i> | 80 |

VENERDÌ**Pasta con pesto****Sogliola al forno gratinata****Verdura di stagione**

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|----------------------------|------------|------|------------|------|
| <i>Pasta di semola</i> | <i>gr.</i> | 30 | <i>gr.</i> | 40 |
| <i>Pesto</i> | <i>gr.</i> | 5 | <i>gr.</i> | 10 |
| <i>Filetti di sogliola</i> | <i>gr.</i> | 50 | <i>gr.</i> | 60 |
| <i>Pangrattato</i> | <i>gr.</i> | q.b. | <i>gr.</i> | q.b. |
| <i>Ortaggi</i> | <i>gr.</i> | 50 | <i>gr.</i> | 60 |

OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

| | 12-24 MESI | | 24-36 MESI | |
|-----------------------------------|------------|-----|------------|-----|
| <i>Pane</i> | <i>gr.</i> | 30 | <i>gr.</i> | 30 |
| <i>Frutta di stagione</i> | <i>gr.</i> | 100 | <i>gr.</i> | 100 |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | <i>gr.</i> | 10 | <i>gr.</i> | 10 |