

**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale della Romagna

Dipartimento di Sanità Pubblica

Unità Operativa Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – Rimini

Direttore : Dott. Raffaele De Lorenzi

Spett.le Comune di Cattolica
Dr.ssa Liliana Sanchez
sanchezliliana@cattolica.net

Oggetto: menù autunno-inverno 2024 scuola primaria Comune di Cattolica

Si considera il vostro menù autunno-inverno 2024 scuola primaria, corretto ed equilibrato secondo le indicazioni nutrizionali regionali e nazionali. Qualora venissero apportate sostanziali modifiche alla composizione delle tabelle dietetiche, queste dovranno essere oggetto di nuova richiesta di parere.

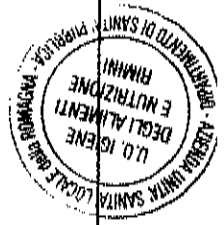
Cordiali saluti



U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2024/2025 PRIMARIE COMUNE DI CATTOLICA

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte.
 Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne.
 Il PANE (piadina, formarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per tutti).
 I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=ovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi
 Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute
 La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata



	5° 30/09 - 04/10	6° 07/10 - 14/10	7° 14/10 - 18/10	8° 21/10 - 25/10
f	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE TRIFOLATE	TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA
u	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO o RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE	CORONCINIA IN MINESTRA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO
n	FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, capponne) ARROSTO	PATATE ARROSTO, AL FORNO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO ARROSTO, AL FORNO	MOZZARELLA
d	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE
m	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	PENNE OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO
a	UOVO A FRITTATA (LATE E PARMIGIANO) ARROTOLATA (CON FONTINA E SPINACI)	POLPETTINE DI PESCE AL FORNO	STRACCHINO CON FORNARINA (FARINA SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	POLPETTINE DI VITELLONE IN BIANCO
e	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA
r	RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO	FUSILLI AL SUGO ROSSO DI VERDURE, PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCAMELLA, PARMIGIANO	PASTA OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO
c	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI	CASATELLA	VERDURE COTTE DI STAGIONE	FORNARINA E SARDONCINI ARROSTO AL FORNO
o	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	VERDURE COTTE CON PISELLI	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA	VERDURE CRUDE DI STAGIONE
i	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO	RISOTTO ALLA PARMIGIANA	PENNETTE INTEGRALI / SEMIINTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	RAVIOLI OLIO E PARMIGIANO
g	PIZZA MARGHERITA	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO -PANE BIANCO-	PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO
l	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE
v	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO, PARMIGIANO	CROSTINI DI PANE (serviti a parte) IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO
e	TACCHINO A FETTINE A SCAL OPPURA AL LIMONE, AL FORNO	PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, capponne) ARROSTO, AL FORNO	UOVO SODO CON SALSA VERDE	POLLO ARROSTO, AL FORNO

LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2024/2025 PRIMARIE COMUNE DI CATTOLICA

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate: nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte.
 Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cetfalo, capponne) a settimane alterne.
 Il PANE (piadina, formarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CERREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (diacche / semi-integrali per noi).
 I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi
 Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute
 La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata



	9°	10°	11°	12°
	28/10 - 01/11	04/11 - 08/11	11/11 - 15/11	18/11 - 22/11
1	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE GRATINATE
2	PASTA INTEGRALE / SEMINTEGRALE AL POMODORO, PARMIGIANO	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA	FARFALLE CON LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA O ALTRA VERDURA DI STAGIONE E AROMI, PARMIGIANO (IN BIANCO)	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO
3	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO --PANE BIANCO--	PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetfalo, capponne) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI PLATESSA ARROSTO	CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO	PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetfalo, capponne) ARROSTO, AL FORNO o FILETTO DI PLATESSA IN CROSTA DI MAIS
4	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE CON FRUTTA SECCA	VERDURE CRUDE IN INSALATA
5	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	PASSATO DI VERDURE CON PASTINA, PARMIGIANO	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO
6	PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetfalo, capponne) ARROSTO	UOVO SODO (no salsa)	FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA	POLPETTINE DI RICCOTTA AL FORNO
7	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	VERDURE COTTE DI STAGIONE	ERBE COTTE (SPINACIBIETE) CON AGLIO	VERDURE COTTE DI STAGIONE
8	PASTINA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE PARMIGIANO	RISOTTO AL POMODORO, PARMIGIANO
9	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE AL FORNO	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO	CASATELLA	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A SCALOPPINA, AL FORNO
10	PISELLI STUFATI	VERDURE CRUDE IN INSALATA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA
11	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO	MINESTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO
12	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON CAROTE	CRESCENZA CON FORMARINA (FARINA SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	POLENTA A FETTE (in sostituzione del pane) E VITELLONE A BRASATO)	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetfalo, capponne) ARROSTO, AL FORNO
13	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	LATTUGA E POMODORO CRUDO (separati)	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE
14	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/ROSTINI DI PANE	GOBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	PENNETTE INTEGRALI / SEMINTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO
15	PIZZA (FARINA SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA	POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO	BURGER DI PESCE + PANE PER HAMBURGER	PATATE E ZUCCA, AL FORNO

LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRÀ ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI METÀ MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO

TABELLA DIETETICA

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificabile, nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cetolo, capponne) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, fomanina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nido);

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute



	13°	14°	15°	16°
VERDURE CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE
FORO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO	MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO	UOVO SODO CON SALSA VERDE
PIZZA MARGHERITA	PATATE ARROSTO	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetolo, capponne) ARROSTO, AL FORNO	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE
ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO
RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO	FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	PATATE GRATINATE, IN FORNO	PATATE GRATINATE, IN FORNO	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO
LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetolo, capponne) ARROSTO, AL FORNO	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE	VERDURE CRUDE IN INSALATA
VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	MALTAGLIATI IN MINISTRINA DI CECI, PARMIGIANO
FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO	MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	POLLO ARROSTO, AL FORNO	POLLO ARROSTO, AL FORNO	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO
POLPETTINE DI PESCE AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	VERDURE CRUDE IN INSALATA	VERDURE CRUDE IN INSALATA	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE
VERDURE CRUDE IN INSALATA	VERDURE TRIFOLATE	RISOTTO ZUCCA E BORLOTTI, PARMIGIANO	RISOTTO ZUCCA E BORLOTTI, PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCAMELLA, PARMIGIANO
CORONCINE IN MINISTRINA DI PATATE E LEGUMI	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA	SQUACQUERONE	SQUACQUERONE	PURE DI PATATE
UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) "VERDE" (con spinaci ben tritati), ARROTOLATA CON FONTINA	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO ARROSTO, AL FORNO	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA
VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	SPAGHETTI AL TONNO, CON POMODORO E CIPOLLA
PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	RISO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO	POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO	POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO	PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cetolo, capponne) ARROSTO, AL FORNO
FUSI DI POLLO ARROSTO, AL FORNO	STRACCHINO CON FORMARINA (FARINA SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)			

LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI MEZZA MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO