



Regione
Lombardia
ASL Lodi

Dipartimento di Prevenzione Medica
Servizio Igiene degli Alimenti e Nutrizione
Piazza Ospitale, 10 - 26900 LODI
Tel. 0371.5872564/2565
Fax: 0371.5872563
e-mail: nutrizione.siam@asl.lodi.it

TABELLA DIETETICA COLLETTIVA AUTUNNO-INVERNO

PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI 1° GRADO

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro e tonno Frittata con verdure Carote olio e limone Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Crema di legumi misti e patate con pasta Petto di pollo agli aromi Patate prezzemolate Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Buffet di verdure e legumi Pizza margherita Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto allo zafferano Polpettone di vitello Lenticchie al pomodoro Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al sugo di verdure Sogliola dorata al forno Fagiolini Pane comune Yogurt alla frutta
2° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Gnocchi al pesto Grana in scaglie / Raspadura Contorno di erbatte Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta con spezzatino Cavolo cappuccio in insalata Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta pomodoro, capperi e origano Frittata con erbe aromatiche Finocchi in insalata Pane comune Yogurt alla frutta / Budino 	<ul style="list-style-type: none"> Passato di verdure, legumi e patate con pasta Cotoletta di pollo al forno Patate al forno Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con besciamella e zafferano Nasello con pomodoro e olive Piselli Pane comune Fruita fresca
3° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Ravioli di magro olio e salvia Prosciutto crudo / Prosciutto cotto / Bresaola Broccoletti Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto con zucca Bocconcini di tacchino con yogurt Piselli Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al pomodoro e pesto Palombo in salsa di limone Purè di patate Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Zuppa toscana di cereali e legumi misti Fettina di lonza al pomodoro Fagiolini Pane comune Yogurt alla frutta / Dolce 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta tricolore agli aromi Tortino di tonno e patate Insalata mista Pane comune Fruita fresca
4° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Risotto con asparagi Cosce di pollo al rosmarino Finocchi gratinati Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro e basilico Sogliola gratinata al prezzemolo Fagiolini e carote Pane comune Yogurt alla frutta / Budino 	<ul style="list-style-type: none"> Buffet di verdure e legumi Lasagne al ragù di carne Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Minestra di pasta e fagioli Arrostito di lonza al latte Patate al forno Pane comune Fruita fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro, olive e capperi Tortino di riso e formaggio Insalata a foglia Pane comune Fruita fresca

Ingredienti e consigli su materie prime e modalità di preparazione sono specificati nel RICETTARIO

Si raccomanda di calendarizzare mensilmente le proposte di frutta fresca, variando tra: mele (Golden, Delicious, Royal Gala, Renette, ...), pere (Williams, Kaiser, Abate, ...), agrumi (arance, mandaranci, pompelmi, mapo, ...), kiwi, banane, uva (bianca, nera), cachi