



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.sian@asl.lodi.it](mailto:nutrizione.sian@asl.lodi.it)

**TABELLA DIETETICA COLLETTIVA**  
**PRIVA DI QUALSIASI TIPOLOGIA DI CARNE AD ECCEZIONE DEI PRODOTTI ITTICI**  
**PRIMAVERA-ESTATE**

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

	<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
<b>1° SETTIMANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta pomodoro e tonno</li> <li>Formaggio</li> <li>Insalata mista</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta al pomodoro e basilico</li> <li>Piselli <b><u>(1) porzione abbondante</u></b></li> <li><b><u>Insalata a foglia</u></b></li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risotto con verdure</li> <li>Uova strapazzate / Frittata alle erbe aromatiche</li> <li>Fagiolini</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passato di verdura, legumi e patate con pasta</li> <li><b><u>Pesce al forno (2)</u></b></li> <li>Patate al forno</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta agli aromi</li> <li>Polpettine di pesce al forno</li> <li>Carote olio e limone</li> <li>Pane comune</li> <li>Yogurt alla frutta / Gelato</li> </ul>
<b>2° SETTIMANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta melanzane e ricotta</li> <li><b><u>Formaggio (2/3)</u></b></li> <li>Fagiolini</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema di zucchine e patate con orzo/riso</li> <li><b><u>Pesce al forno (1)</u></b></li> <li>Pomodori in insalata</li> <li>Pane comune</li> <li>Yogurt alla frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risotto con piselli</li> <li>Sogliola gratinata al prezzemolo</li> <li>Carote olio e limone</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta pomodoro, capperi e olive</li> <li><b><u>Legumi (3) porzione abbondante</u></b></li> <li><b><u>Patate lessate</u></b></li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta al pesto</li> <li>Frittata (con verdure)</li> <li>Fagioli cannellini</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>
<b>3° SETTIMANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta tricolore con besciamella e zafferano</li> <li>Insalata caprese</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risotto zucchine e zafferano</li> <li>Piselli <b><u>(1) porzione abbondante</u></b></li> <li><b><u>Fagiolini</u></b></li> <li>Pane comune</li> <li>Yogurt alla frutta / Dolce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Buffet di verdure e legumi</li> <li>Pizza margherita</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gnocchi al pomodoro</li> <li><b><u>Omelette / Uova strapazzate (3)</u></b></li> <li>Spinaci</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta al sugo di verdure</li> <li>Cuore di nasello dorato al forno</li> <li>Patate prezzemolate</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>
<b>4° SETTIMANA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ravioli di magro olio e salvia</li> <li>Tonno e fagioli</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Risotto allo zafferano</li> <li><b><u>Formaggio (2)</u></b></li> <li>Pomodori e mais</li> <li>Pane comune</li> <li>Yogurt alla frutta / Gelato</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta al pomodoro</li> <li>Pesce al forno</li> <li>Patate al forno</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zuppa toscana con cereali e legumi misti</li> <li><b><u>Omelette / Uova strapazzate (1)</u></b></li> <li>Carote olio e limone</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta con pomodoro e piselli</li> <li>Tortino al forno di patate e fagiolini</li> <li>Insalata mista</li> <li>Pane comune</li> <li>Frutta fresca</li> </ul>

(1) Sostituzione per POLLAME (pollo e tacchino)

(2) Sostituzione per CARNE SUINA (lonza, prosciutto cotto, prosciutto crudo)

(3) Sostituzione per CARNE BOVINA (vitello, vitellone, manzo, bresaola)

**Ingredienti e raccomandazioni 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, ...), banane, prugne e susine (Regina Claudia, Santa Rosa, Stanley, .....,), pesche (a pasta gialla, a pasta bianca, pesche noci, percocche), albicocche, nespole, anguria, uva, .....**