

ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

MENU' PRIMAVERA-ESTATE COMUNE DI MODUGNO -SC.INFANZIA

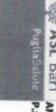
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE DOILSSA MARIA GRAZIA FORTE DIRIGENE MENDO DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

				sett.4					sett.3	-				sett.2					sett.1	Pranzo
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	bietole all'olio	pollo alla pizzaiola	riso primavera	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	melanzane al pomodoro	polpette di tacchino in umido	pasta con crema di asparagi	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	peperoni gratinati	bocconcini di pollo in umido	pasta all'ortolana	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	zucchine al pomodoro	hamburger di tacchino al forno	pasta integrale al pomodoro	LUNEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata di indivia	primo sale	pasta con crema di lenticchie	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	lattuga batavia	ricotta di vacca	pasta e piselli	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata di lollo	giuncata	orzo con crema di ceci	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata verde	scamorza	riso e piselli	MARTEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucchine al vapore		pasta al ragu'	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucchine gratinate		riso al forno con verdure estive	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	fagiolini al pomodoro		lasagna al forno	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	bieta gratinata		pasta al forno con verdure estive	MERCOLEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata verde	frittata di bieta al forno	pasta integrale con pesto di rucola	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata di indivia	sformato di zucchine al forno	pasta al pomodoro	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	lattuga batavia	omelette al pomodoro	pasta integrale con bieta	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata di lollo	frittata al forno	pasta alla crudaiola	GIOVEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	melanzane gratinate	filetto di merluzzo panato al forno	orzo con crema crema di carciofi	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	peperoni grigliati	sogliola al pomodoro	pasta integrale con melanzane	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucchine in umido	cernia gratinata	insalata di riso con verdure estive	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	fagiolini al pomodoro	polpette di platessa al forno	pasta al pesto di zucchine	VENERDI



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE Puglinstura Puzza Chiuriia, 6 Bari

* Ricette presenti in tutti i Pranzi suddivise per ogni giorno

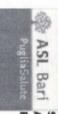


ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE Puglin Saluta P.zza Chiurlia, 6 Bari

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTIVE NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE

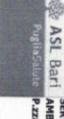
MENU' PRIMAVERA-ESTATE COMUNE DI MODUGNO

				sen.4					sett.3					sett.2					sett.1	Pranzo
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	Dietole all'olio 105g	polio dila pizzaiola /5g	riso primavera 130g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	melanzane al pomodoro 125g	polpette di tacchino in umido 90g	pasta con crema di asparagi 140g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	peperoni gratinati 110g	bocconcini di pollo in umido 75g	pasta all'ortolana 160g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	zucchine al pomodoro 125g	hamburger di tacchino al forno 45g	pasta integrale al pomodoro 80g	LUNEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata di indivia 35g	primo sale 40g	pasta con crema di lenticchie 85g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	lattuga batavia 35g	ricotta di vacca 40g	pasta e piselli 105g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata di lollo 35g	giuncata 40g	orzo con crema di ceci 85g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata verde 35g	scamorza 40g	riso e piselli 105g	MARTEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	zucchine al vapore 105g		pasta al ragu' 130g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	zucchine gratinate 110g		riso al forno con verdure estive 210g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	fagiolini al pomodoro 125g		lasagna al forno 130g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	bieta gratinata 115g		pasta al forno con verdure estive 210g	MERCOLEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata verde 35g	frittata di bieta al forno 150g	pasta integrale con pesto di rucola 70g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata di indivia 35g	sformato di zucchine al forno 165g	pasta al pomodoro 80g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	lattuga batavia 35g	omelette al pomodoro 90g	pasta integrale con bieta 135g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata di lollo 35g	frittata al forno 70g	pasta alla crudaiola 140g	GIOVEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	melanzane gratinate 110g	filetto di merluzzo panato al forno 85g	orzo con crema crema di carciofi 140g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	peperoni grigliati 105g	sogliola al pomodoro 95g	pasta integrale con melanzane 160g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	zucchine in umido 105g	cernia gratinata 85g	insalata di riso con verdure estive 135g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	fagiolini al pomodoro 125g	polpette di platessa al forno 95g	pasta al pesto di zucchine 145g	VENERDI



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE PugliaSalute P.zza Chiurlia, 6 Bari **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

* Ricette presenti in tutti i Pranzi suddivise per ogni giorno con la relativa grammatura



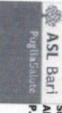
ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA P.zza Chiurlia, 6 Bari **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

Dott.ssa MARIM GRAZIA FORDE DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

MENU' PRIMAVERA-ESTATE COMUNE DI MODUGNO

Pranzo	sett.1	sett.1				sett.2				sett.3				sett.4	_	_	-
	Glicidi disposibil	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
LUNEDI	760	76g	209	239	19	919	199	26g	19	949	239	29g	19	859	18g	239	19
MAI		Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
MARTEDI		1019	229	30g	19	839	229	239	19	1029	179	269	9	949	169	239	9
MED		Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibili	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
MERCOLENT	001100	949	159	269	19	84g	159	259	19	899	159	249	19	839	159	249	19
CT		Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
CTOVEDT	24507	839	249	219	19	769	249	229	19	90g	269	259	19	78g	28g	239	19
VEN	457	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
-	ACMENDY	939	239	30g	19	939		239	19	82g	20g	279	19	87g	19g	Z8g	19
1						1											

* Valori componenti bromatologiche dei Pranzi suddivise per ogni giorno



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE P.zza Chiurlia, 6 Bari **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

MENU' PRIMAVERA-ESTATE COMUNE DI MODUGNO

Dott.ssa MARIA GRAZIA FOR TE DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

DIEZOI	sett.1				sett.2				sett.3			1997	sett.4			
LUN	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	disponibil	Lipidi	Te	Sale
LUNEDI	769	20g	239	19	919	199	269	19	94g	239	29g	19	85g	189	239	19
MA	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
MARTEDI	1019	229	30g	19	83g	22g	239	19	1029	179	26g	9	949	169	239	9
MER	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
MERCOLEDI	949	159	26g	19	849	159	259	19	89g	159	249	19	83g	159	249	19
GI	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
GIOVEDI	839	249	219	19	76g	249	229	19	90g	269	25g	19	78g	289	239	19
VEN	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine .	Sale
VENERDI	939		30g	19	939	179	239	19	82g	20g	279	19	87g	199	28g	19



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE P.zza Chiurlia, 6 Bari

* Valori componenti bromatologiche totale giornaliero



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE Puglis Salute P.zza Chiurlia, 6 Bari SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

Somma settimanale delle componenti bromatologiche

	Settimana		Settimana		Settimana		Settimana
					2		
2.265,00	Grammi	2,465,00	Grammi	2.315,00	Grammi	2.335,00	Grammi
426,21	Glicidi disponibil	456,88	Glicidi disponibil	427,38 95,79	Glicidi disponibil	446,06	Glicidi disponibil i
96,15	Lipidi	100,43	Lipidi	95,79	Lipidi	104,66	Lipidii
120,35	Proteine	129,99	Proteine	119,38	Proteine	130,37	Proteine
4,21	Sale	4,53	Sale	4,04	Sale	4,24	Sale

Dott.ssa MARIA (BLAZIA BENERE LA DELENERE) A DIPARTIMENTO DE PREVENDIMENTO



ASL BA

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE

Dirioberto Nedeco DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

Composizione Ricette

Insalata di Iollo Lattuga Olio di oliva extravergine	Grammi 30,00 5,00	Glicidi disponibil disponibil 0,66 0,00	Lipidi 0,03 4,99	Proteine 0,33	Sale 0,01
bieta gratinata	Grammi	Glicidi disponibil i	Lipidi	Proteine	Sale
Pangrattato	10,00	7,78	0,21	1,01	0,10
Bieta	100,00	2,80	0,10	1,30	0,03
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00
Aromi di stagione o b	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
and the sample of the sample o	115,00	10,58	5,30	2,31	0,13
	*SOSTITUIR	E LA BIETA CON	I BROCCOLL N	*SOSTITUIRE LA BIETA CON I BROCCOLI NEL MESE DI APRILE	ILE.
bietole all'olio	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
Bieta	100,00	2,80	0,10	1,30	0,03
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99 5,09	0,00	0,00
	*sostituire la	*sostituire la bieta con i broccoli nel mese di aprile.	coli nel mese di	aprile.	
bocconcini di pollo in umido	Grammi	Glicidi disponibil i	Lipidi	Proteine	Sale
Pornodori - passata	20,00	0,60	0,10	0,24	0,00
Pollo - petto	50,00	0,00	0,40	11,65	0,04
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00
Aromi di stagione q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	75,00	0,60	5,49	11,89	0,05
cemia gratinata	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidii	Proteine	Sale
Pangrattato	10,00	7,78	0,21	1,01	0,10
Meriuzzo o nasello	70,00	0,00	0,21	11,90	0,13
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA

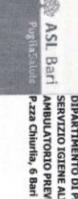
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE ASL BA
DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

Aromi di stagione q.b.

	or sagrore q.b.	no or orea extravergine	anount - passalla	Pomodori			giolini al pomodoro			Aromi di stagione q.b.
125,00	0,00	5,00	20,00	100,00			Grammi		85,00	0,00
3,00	0,00	0,00	0,60	2,40	1	disponibil	Glicidi		7,78	0,00
5,19	0,00	4,99	0,10	0,10			Lipidii		5,41	0,00
2,34	0,00	0,00	0,24	2,10			Proteine	1	12,91	0,00
0,01	0,00	0,00	0,00	0,00			Sale		0,23	0,00
									Durge He Wiedyco	Discount division

frittata al forno	***************************************		Atomical stagione q.o.	Aromi di shadayergine	Olio di Olio di Assello	Modern Q.D.	Failglattato	Dancestata	filetto di meriuzzo panato al forno
Grammi		85,00	0,00	5,00	70,00	0,00	10,00		Grammi
Glicidi		7,78	0,00	0,00	0,00	0,00	7,78	l asponiair	Glicidi
Lipidi		5,41	0,00	4,99	0,21	0,00	0,21		Lipidii
Proteine		12,91	0,00	0,00	11,90	0,00	1,01		Proteine
Sale		0,23	0,00	0,00	0,13	0,00	0,10		Sale

	worm or stagione q.b.	Annual di stratagnite	Olfo di olio anti-	lious de callina	Parmigiano grattugiato		frittata di bieta al forno		Arom di Stagione q.b.	One of other extravergine	Cove or gamma	ramigano granugiano	Disservation and the second		rrittata ai forno
150,00	0,00	5,00	60,00	80,00	5,00		Grammi	70,00	0,00	5,00	60,00	5,00			Grammi
2,36	0,00	0,00	0,12	2,24	0,00	l	Glicidi	0,12	0,00	0,00	0,12	0,00	1	disponibil	Glicidi
11,70	0,00	4,99	5,22	0,08	1,40		Lipidi	11,62	0,00	4,99	5,22	1,40			Lipidi
10,15	0,00	0,00	7,44	1,04	1,67		Proteine	9,12	0,00	0,00	7,44	1,67			Proteine
0.30	0,00	0,00	0,21	0,02	0,08		Sale	0,28	0,00	0,00	0,21	0,08			Sale

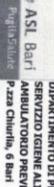


SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

Dott.ssa MARIA) GRAZIA FORUS DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

*sostituire la bieta con gli agretti nel mese di aprile.

Aftern or stagionis thos	71000	Riso	Olio di oliva extravergine	Pomodori - maturi	Zucchine	Peperoni		insalata di riso con verdure estive		Olio di oliva extravergine	Indivia	· ·	insalata di indivia		Aromi di stagione q.b.	Tacchino - petto	Olio di oliva extravergine	hamburger di tacchino al forno			Formaggi freschi a medio tenore calorico	giuncata			Frutta fresca		frutta fresca di stagione
135,00	000	50,00	5,00	30,00	30,00	20,00		Grammi	35,00	5,00	30,00		Grammi	45,00	0,00	40,00	5,00	Grammi		40,00	40,00			150,00	150,00		Grammi
42,16	0.00	39,85	0,00	1,05	0,42	0,84	disponibil i	Glicidi	0,81	0,00	18,0	disponibil I	Glicidi	0,16	0,00	0,16	0,00	disponibil I		0,82	0,82	disponibil	Glicial	14,37	14,37	disponibil	Glicidi
5,58	0.00	0,43	4,99	0,06	0,03	0,06		Lipidi	5,08	4,99	0,09		Lipidi	6,95	0,00	1,96	4,99	Lipidi		7,97	7,97	a principal	Linidi	0,25	0,25		Lipidi
4,47	0.00	3,60	0,00	0,30	0,39	0,18		Proteine	0,27	0,00	0,27		Proteine	8,80	0,00	8,80	0,00	Proteine	Broadeline	6,49	6,49		Profeire	1,02	1,02		Proteine
0,03	0,00	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00		Sale	0,01	0,00	0,01		Sale	0,05	0,00	0,05	0,00	Sare	Pala	0,29	0,29		Sale	0,01	10,0		Sale



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE

SERVIZIO IGIENE AL DAVI E INC. HIZIONE DIPARTIMENTO & OPENENZIONE

lasagna al forno Grammi Glicidi Lipidi Proteine Sale disponibili	0,00 5,08 0,30	30,00 0,00 0,09 0,30 0,01	5,00 0,00 4,99 0,00		Grammi Glicidi Lipidi Proteine Sale	insalata verde
Sale	0,01	0,01	0,00	1001	Salve Dirigante Medico	DOTLSSA MARM GRATIA FORTE

asagna ai forno	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
		-			
Bovino adulto o vitellone - carne magra	50,00	0,00	1,55	10,65	0,11
Paringlano grattugiato	5,00	0,00	1,40	1,67	0,08
Passa di semola	50,00	39,55	0,70	5,45	0,00
Pomodon - passata	20,00	0,60	0,04	0,26	0,08
ONO OF OTHER EXTRAVERSINE	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00
Arons of stagione q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	130,00	40,15	8,69	18,03	0,27

secusion metable	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale
Lattuga	20.00	-			
Clic di chi	30,00	0,66	0,12	0,54	10,01
Ollo di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00
	35,00	0,66	5,11	0,54	0.01

meianzane al pomodoro	Melanzane	romodon - passata	Olio di oliva extravergine	wom a stagione q.b.			melanzane gratinate	Pangrattato	Melanzane	One of oliva extravergine	Hotte di stagione q.b.
Grammi	100,00	20,00	5,00	0,00	125,00	*sostituire le	Grammi	5.00	100,00	5,00	0,00
Glicidi disponibil	2,60	0,60	0,00	0,00	3,20	e melanzane con	Glicidi disponibil	1 1 1	2,60	0,00	0,00
Lipidi	0,40	0,10	4,99	0,00	5,49	il cavolo verza	Lipidi	010	0,40	4,99	0,00
Proteine	1,10	0,24	0,00	0,00	1,34	*sostituire le melanzane con il cavolo verza nel mese di aprile.	Proteine	0.50	1.10	0,00	0,00
Sale	0,06	0,00	0,00	0,00	0,07		Sale		0.06	0,00	0,00



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE PugliaSalute P.zza Chiurlia, 6 Bari **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

Dott.ssa MARIA GRAZER FOR E DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

*SOSTITUIRE LE MELANZANE CON IL BROCCOLO IL MESE DI APRILE. 110,00

pane di tipo integrale		Pane di tipo 0		pane di tipo 0		Orzo	Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Ceci secchi	ALSO COLL CLERING AL CAPA	orzo con croma di caci			Orzo	Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Carclofi	Parmigiano grattugiato		orzo con crema crema di carclofi		Aremi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Uovo di gallina	Pomodori - passata	Parmigiano grattugiato		omelette al pomodoro
Grammi	40,00	40,00		Grammi	85,00	40,00	0,00	5,00	40,00		Grammi	*SOSTITUTI SOS*	140,00	50,00	0,00	5,00	80,00	5,00		Grammi	90,00	0,00	5,00	60,00	20,00	5,00		Grammi
Glicidi	25,40	25,40	disponibil I	Glicidi	41,96	23,20	0,00	0,00	18,76	disponibil i	Glicidi	RE I CARCIOFI O	31,00	29,00	0,00	0,00	2,00	0,00	disponibil	Glicidi	0,72	0,00	0,00	0,12	0,60	0,00	/	Glicidi
Lipidi	0,20	0,20		Lipidi	8,31	0,80	0,00	4,99	2,52	- Prince	Lipidi	ON I PEPERON	7,56	1,00	0,00	4,99	0,16	1,40		Lipidi	11,66	0,00	4,99	5,22	0,04	1,40		Lipidi
Proteine	3,24	3,24		Proteine	11,96	3,60	0,00	0,00	8,36		Proteine	I NEI MESI DA L	8,34	4,50	0,00	0,00	2,16	1,67		Proteine	9,38	0,00	0,00	7,44	0,26	1,67		Proteine
Sale	0,29	0,29		Sale	0,03	0,02	0,00	0,00	0,01		Sale	*SOSTITUIRE I CARCIOFI CON I PEPERONI NEI MESI DA LUGLIO A SETTEMBRE	0,37	0,03	0,00	0,00	0,27	0,08		Sale	0,36	0,00	0,00	0,21	0,08	0,08		Sale



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE PugliaSalute P.zza Chiurlia, 6 Bari

ASL BA

SERVIZIO IGIENE ALIMENTE MOTRIZIONE Dott.ssa MARIAJGRAZIA DIPARTIMENTO A PREVENZIONE Dirigepte N

Grammi 50,00 50,00 Glicidi disponibil 26,90 26,90 Lipidi 0,65 0,65 Proteine 3,75 3,75 Sale 0,67 0,67

pasta al forno con verdure estive

Pane integrale

	and the second second	Aromi di stagione a h	Olio di oliva extravernine	Pomodori - nascata	Zucchine	Melanzane	Pasta di semola	Parmidiano graffugiato	Boyino adulto o vitalloga - como mone
210,00	0,00	5,00	20,00	40,00	40,00	50,00	5,00	50,00	
			0,60						-
8,89	0,00	4,99	0,04	0,04	0,16	0,70	1,40	1,55	
 18,99	0,00	0,00	0,26	0,52	0,44	5,45	1,67	10,65	
 0.32	0,00	0,00	0,08	0,02	0,03	0,00	0,08	0,11	

*sostituire le melanzane e le zucchine con broccoli (80 gr.) nel mesi di aprile e maggio.

0,08

Parmigiano grattugiato Parmigiano grattugiato Pasta di semola Pomodori - passata Olio di oliva extravergine	5,00 50,00 20,00	Glicidi disponibil f 0,00 39,55 0,60	Lipidi 1,40 0,70 0,04	Proteine 1,67 5,45 0,26	0,08 0,08
divo exidovergine	5,00	0,00	4,99	0,00	
and an available dept	0,00	0,00	0,00	0,00	
	80,00	40,15	7,14	7,38	
nach al rand					
And the second s	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE Puglish Salute P.zza Chiurlia, 6 Bari SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

ASL BA

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE

Diretto la Angela Con Le DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

	pasta alla crudaiola		Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Pasta di semola	Parmigiano grattugiato	Bovino adulto o vitellone - came magra
	Grammi	130,00	0,00	5,00	20,00	50,00	5,00	50,00
disponibi	Glicidi	40,15	0,00	0,00	0,60	39,55	0,00	0,00
-	Lipidi	8,69	0,00	4,99	0,04	0,70	1,40	1,55
	Proteine	18,03	0,00	0,00	0,26	5,45	1,67	10,65
	Sale	0,27	0,00	0,00	0,08	0,00	0,08	0,11

Ollo di oliva extravergine

5,00 5,00 80,00

0,00 0,03 2,80

0,00 0,60 0,80

0,00

0,00

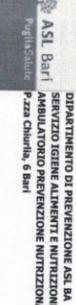
0,16 4,99

50,00

Cacioricotta di capra Pomodori - maturi Pasta di semola

	Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Zucchine	Peperani	Melanzane	Pasta di semola	Parmigiano grattugiato	pasta all'ortolana		Aromi di stagione q.b.
160,00	0,00	5,00	20,00	30,00	20,00	30,00	50,00	5,00	Grammi	140,00	0,00
42,19	0,00	0,00	0,60	0,42	0,84	0,78	39,55	0,00	Glicidi disponibil	42,37	0,00
7,35	0,00	4,99	0,04	0,03	0,06	0,12	0,70	1,40	Lipidi	6,57	0,00
8,28	0,00	0,00	0,26	0,39	0,18	0,33	5,45	1,67	Proteine	6,84	0,00
0,20	0,00	0,00	0,08	0,02	0,00	0,02	0,00	0,08	Sale	0,02	0,00

	*sostituire pe	peroni, melanza	ne e zucchine c	con fagiolini (80g	sostituire peperoni, melanzane e zucchine con fagiolini (80gr) nei mesi di aprile e maggi
pasta con crema di asparagi	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
		-			
Parmigiano grattugiato	5,00	0,00	1,40	1,67	0,08
Pasta di semola	50,00	39,55	0,70	5,45	0,00
Asparagi di campo	80,00	2,64	0,16	2,88	0,01
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00
Aromi di stagione q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	140,00	42,19	7,26	10,00	0,09



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA Puglia Salute P.zza Chiurlia, 6 Bari

DIPARTIMENTO A DECVENZIONE ASL BA

Dott.ssa MARIA SIRAZIA FORKE

Pasta di semola Lenticchie secche Olio di oliva extravergine Aromi di stagione q.b. Pasta di semola Pasta di semola Piselli Olio di oliva extravergine Aromi di stagione q.b.	Grammi 40,00 40,00 5,00 0,00 85,00 40,00 60,00 5,00 0,00 105,00	Gilicidi disponibil 1 31,54 20,44 0,00 0,00 52,08 Gilicidi disponibil 1 31,54 28,92 0,00 0,00 60,58	Lipidii 0,56 0,40 4,99 0,00 6,96 Lipidii 1,20 4,99 0,00 6,76	Proteine 4,36 9,08 0,00 13,44 Proteine 4,36 13,02 0,00 0,00 0,00 17,38	Sale Sale Sale Sale 0,00 0,01 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	
semola iliva extravergine stagione q.b.	40,00 60,00 5,00 0,00	31,54 28,92 0,00	0,56 1,20 4,99	4,36 13,02 0,00	00,00	
pasta integrale al pomodoro	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
Pasta integrale Parmigiano	5,00	33,10	1,25	6,70	0,16	
Pomodori - passata	20,00	0,60	0,04	0,26	0,08	
Aromi di stagione q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	80,00	33,70	7,69	8,63	0,32	
pasta integrale con bieta	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	•
rasta integrale	50,00	33,10	1,25	6,70	0,16	6
Bieta	80,00	2,24	0,08	1,04	0,02	2
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
evoni a sagione qui.	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	. 0
	*SOSTITUIRE	LA BIETA CON O	CREMA DI ASPA	*SOSTITUIRE LA BIETA CON CREMA DI ASPARAGI NEL MESE DI APRILE	DI APRI	E
pasta integrale con melanzane	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	



Dott.ssa MARIA GRAZIA FORKE SERVIZIO IGIENE ALIMENȚI E NUTRIZIONE DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

0,00 5,00 20,00 80,00 5,00 50,00 SOSTITUIRE LE MELANZANE CON IL CAVOLO VERZA IL MESE DI APRILE 0,00 0,60 2,08 0,00 33,10 8,01 0,04 1,40 4,99 0,00 0,00 1,67 0,26 0,88 0,00 0,00 0,08 0,05 0,08 0,37

Aromi di stagione q.b. Olio di oliva extravergine

Pomodori - passata Melanzane Pasta integrale

Parmigiano grattugiato

pasta integrale con pesto di rucola	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale
		1			
Pasta integrale	50,00	33,10	1,25	6,70	0,16
Pesto alla genovese *	20,00	2,60	10,00	1,20	0,00
	70,00	35,70	11,25	7,90	0,16

*sostituire la rucola con le zucchine nel mese di settembre.
Ricetta per vasetto: rucola 80 g, olio evo 150 g, parmigiano grattuggiato 50 g, pecorino fresco 30 g , pinoli 30 g ,aglio q.b.. Frullare

accuratamente

	gio.	si di aprile e mag	avolfiore nei me	peperoni con il c	*sostituire i p	
	0,06	1,40	5,40	8,09	110,00 8,09 5,40 1,40	
	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Aromi di stagione q.b.
	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
21	0,00	0,90	0,30	4,20	100,00	Peperoni
	0,05	0,50	0,10	3,89	5,00	Pangrattato
				disponibil		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	peperoni gratinati

Aromi di stagione q.b. q.b.	Origano q.b.	Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	pollo alla pizzaiola		Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Peperoni	beherom ginjinan	managed autolisti
0,00	0,00	5,00	20,00	Grammi	105,00	0,00	5,00	100,000	Granis	Comment
0,00	0,00	0,00	0,60	Glicidi disponibil i	4,20	0,00	0,00	4,20	disponibil	Chicidi
0,00	0,00	4,99	0,04	Lipidi	5,29	0,00	4,99	0,30	ripine	I desired
0,00	0,00	0,00	0,26	Proteine	0,90	0,00	0,00	0,90	Proteine	Dentains
0,00	0,00	0,00	80,0	Sale	0,01	0,00	0,00	0,00	MISC	Cala

ASL BA

Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE DIPARTIMENTO & PREVENZIONE Dirigente Mer

75,00	50,00	
0,60	0,00	
5,43	0,40	
11,91	11,65	
0,12	0,04	

Grammi

Glicidi disponibil

Lipidi

Proteine

Sale

polpette di platessa al forno

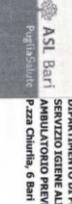
Pollo - petto

riso al forno con verdure estive			Ricotta di vacca	District.		ricotta di vacca		rormaggi ireschi a basso tenore calorico	Compani famili - Land	primo sale		romodon - passata	Crigato Co.	Original Grattugato	One of other extravergine	Ollowing	Panorathaka Banorathaka	loco de cello	Tacking		polpette di tacchino in umido		Promi or stagione q.o.	riotesso passera	Olo di diva extravergine	Coro or gamila	lous di colle	DannesHate
Grammi	- Contract	40.00	40,00			Grammi	40,00	40,00		Grammi	90,00	20,00	0,00	5,00	5,00	10,00	10,00	40,00			Grammi	95,00	0,00	70,00	5,00	10,00	10,00	
Glicidi	1,40	4	1.40	-	disponibil	Glicidi	1,17	1,17	1	Glicidi	8,56	0,60	0,00	0,00	0,00	7,78	0,02	0,16	1	disponibil	Glicidi	7,80	0,00	0,00	0,00	0,02	7,78	1
Lipidi	4,30	200	4.36			Lintell	4,13	4,13		Lipidi	9,54	0,10	0,00	1,40	4,99	0,21	0,87	1,96			Lipidi	7,54	0,00	1,47	4,99	0,87	0,21	
Proteine	3,52	2000	CSE			Dentaina	4,57	4,57		Proteine	12,97	0,24	0,00	1,67	0,00	1,01	1,24	8,80			Profeine	13,17	0,00	10,92	0,00	1,24	1,01	
Sale	0,08	0,00	80.0		one	Cala	0,14	0,14		Sale	0,26	0,00	0,00	0,08	0,00	0,10	0,03	0,05		date	Cala	0,34	0,00	0,21	0,00	0,03	0,10	

Glicidi disponib//

Lipidi

Sale



Dirional Marion O	Dott sea MARIA GRAZA FORTE	DIPARTIMENTO DI FILENZIONE	PIDADTIMENTO di DDEVENZIONE	ASI BA
1	0	.,		

Bovino adulto o vitellone - carne magra 50,00 0,00 5,00 20,00 40,00 40,00 5,00 0,00 0,00 39,85 0,56 0,60 1,04 0,16 0,04 0,04 1,40 8,62 0,43 4,99 0,00 0,00 0,26 0,52 0,44 3,60 0,00 0,01 0,00 0,08 0,02

Aromi di stagione q.b.

Olio di oliva extravergine

Pomodori - passata Zucchine Melanzane Parmigiano grattugiato

*sostituire le melanzane e le zucchine con broccoli (80 gr.) nel mesi di aprile e maggio.

28,92 1,20 13,02 0,00 4,99 0,00 31,88 0,35 2,88 0,00 0,00 0,00 0,00 0 60,80 0,54 15,90 Glicidi Lipidi Proteine disponibil
28,92 1,20 13,02 0,00 4,99 0,00 31,88 0,35 2,88 0,00 0,00 0,00 9 60,80 6,54 15,90 disponibil 1 0,00 1,40 1,67

disponibil Lipidi	mibil L
Lipidi	Lipidi Proteine
	Proteine

40,00 40,00

0,40

10,24 10,24

10,00

0,15 0,15

10,00

0,40

Grammi

Glicidi

Lipidi

Proteine

Sale

disponibil

scamorza

Scamorza fresca



ASL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA **DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA**

P.zza Chiurlia, 6 Bari

10,00

*sostituire le zucchine con gli agretti nel mese di aprile e maggio. 9,02 7,78 0,00 0,12 0,00 4,99 5,22 0,21 0,00 1,04 7,44 1,01 0,00 0,04 0,15

0,00 5,00 60,00 80,00 10,00

Aromi di stagione q.b. Olio di oliva extravergine Uovo di gallina Zucchine Pangrattato Parmigiano grattugiato

> SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTA DIPARTIMENTO di PREVENZIONE ASL BA

Zucchine al vapore Grammi Zucchine 100,00 Olio di oliva extravergine 5,00 *sostituir *sostituir Zucchine Grammi Pangrattato 5,00 Zucchine 100,00 Olio di oliva extravergine 5,00 Aromi di stagione q.b. 0,00	Pomodori - passata Soglicia . Ollo di oliva extravergine Aromi di stagione q.b. Zucchine Pomodori - passata Olio di oliva extravergine Aromi di stagione q.b.	Grammi 20,00 70,00 5,00 0,00 95,00 100,00 20,00 5,00 0,00 125,00	Glicidi disponibil i 0,60 0,56 0,00 0,00 1,16 disponibil i 1,40 0,60 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	Lipidii 0,10 0,98 4,99 0,00 6,07 Lipidii 0,10 0,10 0,04 4,99 0,00 5,13	Prote 0,24 11,8 0,00 0,00 12,0 1,30 0,26 0,00 1,56	Proteine 0,24 11,83 0,00 0,00 12,07 1,30 1,30 0,26 0,00
gine	zucchine ai pomodoro	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	,	Proteine
gine gine	Zucchine	100,00	1,40	0.10		38
gine	Pomodori - passata	20,00	0,60	0,04	0	26
gine	Ollo di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0
gine	Aromi di stagione q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
gine		125,00	2,00	5,13	1,58	
gine	zucchine al vapore	Grammi	Glicidi disponibil i	Lipidi	Proteine	۰
ine	Zucchine	100,00	1,40	0,10	1,30	-
ine	cito di dire extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	
ine		105,00	1,40	5,09	1,30	
ine		*sostituire le :	*sostituire le zucchine con i carciofi nei mesi di aprile e maggio.	arciofi nei mesi	di aprile e	maggi
ne	zucchine gratinate	Grammi	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	ine
ne	Pangrattato	500	1	5		
ne	Zucchine	100,00	1,40	0,10	1,30	
	Ollo di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	
	and the standard of the standa	0,00	0,00	0,00	0,00	0



*sostituire le zucchine con i finocchi nei mesi di aprile e maggio. 110,00 5,29 0,11

Grammi	100,00	5,00	105.00
disponibil	1,40	0,00	1.40
Lipidi	0,10	4,99	5.09
Proteine	1,30	0,00	1.30
Sales	0,05	0,00	0.06

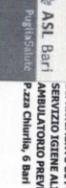
zucchine in umido

Olio di oliva extravergine

*sostituire le zucchine con il cavolfiore nei mesi di aprile e maggio.

ASL BA

Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE DIPARTIMENTO di PREVENZIONE



A SL Bari AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE

CONTROLLI QUANTITATIVI

٠	Apport Raccomandati	Minim	o Massimo
) H	Energia (Kcai) relativa al 35% dell'energia giornaliera	440,00	
0 1	Proceile (g) corrispondenti ai 10-15% dell'energia del pasto	11,00	
4 0	Rapporto da proteine animali e vegetali	0,66	
n 4	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto	15,00	
	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto di cui saturi	5,00	
0	carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto	60.00	
-	Carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto di cui zuccheri semplici	11,00	
0 0	retro (mg)	5,00	
D 4	Calco (mg)	280,0	
6	(9)	5,00	7,50

CONTROLLI QUALITATIVI

Alimento/Gruppi di Alimenti 1 Carni	Frequenze di Consumo 1-2 volte a settimana
2 Cereali(pasta,riso,orzo,ecc.)	Una porzione tutti i giorni
3 Formaggi	Una porzione a settimana
4 Frutta	Una porzione tutti i giorni
5 Legumi	1-2 voite a settimana
6 Pane	Una porzione tutti i giorni
7 Patate	0-1 volta a settimana
8 Pesce	1-2 volte a settimana
9 Piatto Unico	1 volta a settimana
10 Salumi	2 volte al mese
II Uova	1 volta a settimana
12 Vegetali	Una porzione tutti i giorni



DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE - SIAN AREA METROPOLITANA AMBULATORIO PREVENZIONE NUTRIZIONALE EDUCAZIONE ALIMENTARE P.zza Chiurlia, 6 Bari

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA GENEZIA FORTA Dirigente Maria Di

SCUOLA DELL'INFANZIA

I menù sono stati stilati secondo quanto previsto dalle linee guida per la ristorazione scolastica "Linee di indirizzo" regionale per la ristorazione scolastica e aziendale" DGR nazionale per la ristorazione scolastica" Gazzetta Ufficiale n. 134 11.06.2010 e dei "Livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione italiana -1435 del 02 agosto 2018 - aggiornamento alla DGR 276 del 19.03.2002 e secondo quanto previsto dalle linee guida nazionali per la ristorazione scolastica "Linee di indirizzo 2014"; tenendo conto delle indicazioni della SIP (Società Italiana di Pediatria).

I menù sono articolati in due versioni: una invernale, per i mesi da ottobre a marzo, ed una estiva, per i mesi da aprile a settembre contenenti entrambi almeno 4 settimane.

I contorni proposti nel piano nutrizionale possono essere sostituiti con altre tipologie di verdure tenendo conto della stagionalità allegata

La frutta deve essere proposta in almeno tre varietà nella medesima settimana, rispettando la stagionalità allegata

I metodi di cottura da utilizzare devono consentire il più possibile il mantenimento del valore nutritivo ed organolettico dei cibi

La scelta di alimenti di tipo integrale, da alternare a quelli abitualmente utilizzati, è dettata dal garantire un sufficiente apporto di fibre e macronutrienti. È consigliato l'utilizzo cereali a basso indice glicemico, come ad es. il Riso Giglio o l'Orzo mondo.

I legumi e le verdure possono essere consumati interi o sotto forma di passato.

Il pesce da utilizzare in tutte le preparazioni è da consumare in filetti e privato delle lische. Tra le varietà di pesce magro è possibile prevedere sostituzioni tra: merluzzo o nasello, sogliola, passera, platessa, rana pescatrice, rombo, palombo, cernia e coda di rospo. Qualora tra le specie ittiche di acquacoltura siano reperibili altre varietà (ad es. la spigola) è possibile introdurle come alternative al pesce indicato nel piano nutrizionale.

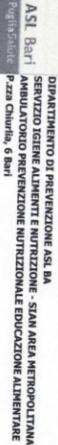
sostituzione con carne avicola (pollo, tacchino), coniglio e carne suina La scelta delle carni dovrebbe orientarsi verso allevamenti non intensivi. Per la carne bovina le categorie previste sono: vitello, vitellone e bovino adulto. Possibile la

Le uova da privilegiare sono quelle provenienti da allevamenti liberi a terra.

L'utilizzo di olio evo a crudo e biologico sarebbe auspicabile.

Si consiglia di ridurre il consumo di sale da cucina, utilizzando aromi di stagione (ad es. aglio, cipolla, basilico, sedano, carote, prezzemolo, ecc.).

fagioli e tutti i legumi, le patate Nota: alcuni prodotti possono trovarsi tutto l'anno (o quasi), perché adatti alla conservazione naturale dopo la raccolta, quali: l'aglio, le cipolle, le arance, le mele e le pere, i



In alternativa al piatto unico, due volte al mese, è possibile la sostituzione con un primo e un secondo piatto con una composizione simile rispetto ai fabbisogni energetici e nutrizionali, nel dettaglio:

extravergine, aromi q.b.), quale primo piatto, e vitello alla piastra (50 g di bovino adulto o vitellone- carne magra, 5g olio di oliva extravergine, aromi q.b.); - Lasagna al forno: è possibile la sostituzione con pasta di semola (50 g di pasta di semola, pomodoro -passata 20g, 5g di parmigiano grattugiato, 5g olio di oliva

aromi q.b.), quale primo piatto, e vitello alla piastra (50 g di bovino adulto o vitellone- carne magra, 5g olio di oliva extravergine, aromi q.b.); - Pasta al ragù: è possibile la sostituzione con pasta di semola (50 g di pasta di semola, pomodoro -passata 20g, 5g di parmigiano grattugiato, 5g olio di oliva extravergine,

In presenza di disturbi gastrointestinali, il menù del giorno può essere sostituito con una dieta in bianco. Il pasto sarà costituito da un primo piatto e un secondo piatto

 carne bianca o pesce cotti al vapore, lessati o al forno. pasta o riso con olio extra vergine d'oliva e parmigiano grattugiato;

Dott.ssa Maria Grazia Forte - Dirigente Medico Dott.ssa Maria Caterina Lovero – Dietista

Dott.ssa MARIAGERIZIA FORDE DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

