



AS FO
Azienda sanitaria
Friuli Occidentale

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

via della Vecchia Ceramica, 1 - 33170 Pordenone (PN) - Italy
C.F. e P.I. 01772890933 PEC: asfo.protgen@certsanita.fvg.it

SSD IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

Responsabile: Dott. ssa Fabiola Stuto

Referente della pratica:

Dott. Dario Conte

telefono +39 0434 237831

mail: dario.conte@asfo.sanita.fvg.it

Responsabile del procedimento:

dott.ssa Fabiola Stuto

telefono: +39 0434 237823 mobile: 3371682191

mail: fabiola.stuto@asfo.sanita.fvg.it

Allegati: tabelle dietetiche e grammature

Scuola dell'infanzia e nido integrato

"S.S. Redentore"

Via Roma, 3

33092 Meduno

Soc. Coop Sociale il Portico

Via Feltre 3

San Donà di Piave (VE)

Oggetto: Tabelle dietetiche stagionali per la Scuola dell'Infanzia con nido integrato "S.S. Redentore" di Meduno. Anno scolastico 2024/25

Si inviano per l'anno scolastico 2024/25, le tabelle dietetiche stagionali (autunno-inverno, primavera-estate) con le rispettive grammature per la Scuola dell'Infanzia (3-6 anni) e nido integrato (12-36 mesi) "S.S. Redentore" di Meduno.

I menù sono stati definiti tenendo in considerazione le Linee guida regionali per la ristorazione scolastica e le esigenze organizzative della struttura.

Si precisa che per dare sapidità alle pietanze è preferibile l'utilizzo delle erbe aromatiche (come rosmarino, salvia ecc) e non delle spezie (come curcuma, curry ecc).

Qualora siano previste le merende, a metà mattina si può somministrare frutta fresca di stagione, eventualmente anticipando quella del pranzo. Mentre nel pomeriggio si potrà variare tra frutta fresca, yogurt, pane speciale (noci, etc.), pane/fette biscottate con marmellata, torta semplice preparata in loco o gelato (max 1 volta/ mese), bruschette all'olio o al pomodoro.

Si rimane a disposizione per ogni eventuale chiarimento e si porgono distinti saluti.



IL RESPONSABILE
SSD IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE
Dott.ssa Fabiola Stuto
(firmato digitalmente)

TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO NIDO INTEGRATO (12-36 MESI) C/O SCUOLA DELL'INFANZIA "S.S. REDENTORE" - MEDUNO

M. D. Gamba
 AZIENDA SANITARIA
 FRIULI OCCIDENTALE
 REGIONE FRIULIA V.G. GIULIANA

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Uova sode o Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di legumi con orzo Formaggio (robiola/casatella) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Uova sode o Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con verdure Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta al pomodoro Petto di pollo /tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure Polpettone di legumi Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote con pasta/orzo Petto di pollo /tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio e parmigiano Hamburger di manzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Crema di lenticchie con pasta/orzo Formaggio (ricotta/robiola) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di zucca con pasta/farro Bocconcini di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di piselli o legumi con pasta/orzo Formaggio (primo sale/caciotta) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Spezzatino di vitello con polenta/patate Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Riso all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Fesa di tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENEDI'	Pasta all'olio e parmigiano Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pesce al forno o al vapore Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di fagioli con pasta Formaggio (ricotta/stracchino) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Polpette di pesce Patate al prezzemolo Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione



TABELLA DIETETICA PRIMAVERA - ESTATE NIDO INTEGRATO (12-36 MESI) C/O SCUOLA DELL'INFANZIA "S.S. REDENTORE" - MEDUNO

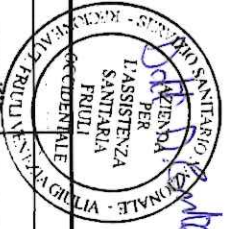
GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Uova sode o Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Formaggio (robiola/stracchino) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Uova sode o Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con verdure Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Cous cous con verdure e pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Polpettone di legumi Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto di basilico fresco Petto di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Fagiolini all'olio Pane Frutta fresca di stagione	Torino di miglio con verdure di stagione Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Crema di piselli con pasta/orzo Formaggio (caciotta/primo sale) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di verdure con pasta/farro Bocconcini di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Fetina di manzo alla pizzaiola Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di legumi con pasta Formaggio (ricotta/primo sale) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Passato di verdure con pasta Hamburger di manzo Patate al prezzemolo Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto/orzotto alle verdure Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Fesa di tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENNERDI'	Pasta al pesto di basilico fresco Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al ragu' vegetale Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di legumi con pasta Formaggio (casatella/caciotta) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di zucchine con pasta/farro Pesce al forno Patate al prezzemolo Pane Frutta fresca di stagione



TABELLA DIETETICA AUTUNNO - INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA "S.S. REDENTORE" - MEDUNO

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Uova sode/Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pizza margherita Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Uova sode/Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con verdure Frittata/Uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta al pomodoro Petto di pollo /tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure Polpettone di legumi Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote con pasta/orzo Petto di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio e parmigiano Hamburger di manzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Crema di lenticchie con pasta/orzo Formaggio (asiago/montasio DOP) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di zucca con pasta/farro Bocconcini di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di piselli o legumi con pasta/orzo Formaggio (primo sale/caciotta) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Spezzatino di vitello con polenta/patate Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata/Uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Riso all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Fesa di tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENEDI'	Pasta all'olio e parmigiano Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di fagioli con pasta Formaggio (ricotta/stracchino) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Polpette di pesce Patate al prezzemolo Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA DELL'INFANZIA "S.S. REDENTORE" - MEDUNO



GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Uova sode/Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Formaggio (robiola/stracchino) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Uova sode/Frittata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con verdure Frittata/Uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Cous cous con verdure e pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Polpettone di legumi Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto di basilico fresco Petto di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Fagiolini all'olio Pane Frutta fresca di stagione	Tortino al miglio con verdure di stagione Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Crema di piselli con pasta/orzo Formaggio (caciotta/montasio DOP) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di verdure con pasta/farro Bocconcini di pollo/tacchino al forno con erbe aromatiche Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Fettina di manzo alla pizzaiola Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di legumi con pasta Formaggio (ricotta/primo sale) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Passato di verdure con pasta Hamburger di manzo Patate al prezzemolo Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata/Uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto/orzotto alle verdure Pesce al forno Piselli Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Fesa di tacchino al forno con erbe aromatiche Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENEDI'	Pasta al pesto di basilico fresco Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù vegetale Pesce al forno o al vapore Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pizza margherita Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di zucchine con pasta/farro Pesce al forno Patate al prezzemolo Pane Frutta fresca di stagione



AS FO
Azienda sanitaria
Friuli Occidentale

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

via della Vecchia Ceramica, 1 - 33170 Pordenone (PN) - Italy
C.F. e P.I. 01772890933 PEC: asfo.protgen@certsanita.fvg.it
SSD Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

GRAMMATURE

Le grammature si riferiscono all'alimento crudo e senza scarti/bambino, tranne per gli alimenti contrassegnati da asterisco* che si intendono "sul piatto". I valori indicati rappresentano riferimenti minimi e massimi per la porzionatura delle pietanze, ottenuti considerando la diversa età dei bambini (6- 36 mesi) e i fabbisogni nutrizionali specifici per le diverse età.

PRANZO	grammi	
pasta, riso, cereali per primo piatto asciutto	30	50
pasta di semola per pasticciata (piatto unico) + besciamella*	15+10	40+25
pastina/riso/orzo/crostini per brodi, passati, minestre e zuppe	15	20
legumi secchi per piatto unico	10	20
legumi freschi o surgelati	20	40
polenta */patate per piatto unico	120	200
polenta* / patate da abbinare alle giornate con primo "liquido"	60	120
gnocchi di patate*	90	150
pasta per pizza da farcire	35	70
pizza*	80	150
carne magra	25	30
pesce fresco o scongelato	30	40
formaggio a pasta tenera	25	30
formaggio a pasta dura	15	20
parmigiano reggiano grattugiato	2	2
prosciutto cotto magro	25	30
uova "grandi" (da 63 gr a 73 gr)	½	½
verdura cruda	15	30
verdura cotta	35	70
pane	15	30
olio extra vergine di oliva	7	15
frutta di stagione	60	100
MERENDA META' MATTINA	grammi	
frutta di stagione	60	100
MERENDA META' POMERIGGIO	grammi	
frutta di stagione + pane	60+15	100+20
pane + olio e. v. d'oliva	10+4	20+5
pane speciale (alle noci, olive, fichi, uvetta...)	20	30
pane + latte intero alta qualità	10+60	20+80
fette biscottate/cereali/biscotti + latte intero alta qualità	7 + 60	14+80
pane + marmellata/miele	15+7	30+10
yogurt alla frutta o naturale con frutta fresca	70	125
dolce semplice (torta margherita, allo yogurt, alle mele...)	20	40
gelato	30	60

(Linee d'indirizzo per l'alimentazione nei nidi d'infanzia, Direzione Centrale Salute, Integrazione Sociosanitaria e Politiche Sociali, Regione Friuli Venezia Giulia aprile 2010)



AS FO
Azienda sanitaria
Friuli Occidentale

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIUUA

via della Vecchia Ceramica, 1 - 33170 Pordenone (PN) - Italy
C.F. e P.I. 01772890933 PEC: asfo.protgen@certsanita.fvg.it
SSD IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

GRAMMATURE DELLE PORZIONI PER MENÙ SCOLASTICI SUDDIVISI PER FASCE D'ETÀ

ALIMENTO	Sc. Infanzia
	grammi
Pasta, riso per primo piatto asciutto	60
Ravioli di magro freschi o surgelati	-
Pastina/riso/orzo/crostini per brodi, passati, minestre	30
Legumi secchi per piatto unico	30
Patate da abbinare ad un primo "liquido"	120
Gnocchi di patate	150
Pizza pomodoro e mozzarella	150
Carne magra (pollo, tacchino, suino, bovino)	50
Pesce fresco o surgelato	80
Formaggio a pasta tenera tipo mozzarella, caciotta	40
Formaggio a pasta dura tipo latteria, montasio...	30
Parmigiano grattugiato sul primo piatto	5
Prosciutto cotto	35
Prosciutto crudo magro/ bresaola	45
Uova "medie"	1
Verdura a foglia (tipo insalata, radicchio)	30
Verdura fresca (cruda o cotta, tipo pomodoro, carote)	100
Pane	50
Olio extra vergine d'oliva	15
Frutta di stagione	100



AS FO
Azienda sanitaria
Friuli Occidentale

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA
SSD IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

GRAMMATURE DI ALCUNI ESEMPI DI SPUNTINI E MERENDE

ALIMENTO	Sc. Infanzia grammi	Sc. Primaria (7-8 anni) grammi	Sc. Primaria (8-11 anni) grammi	Sc. Sec. I° (11-14) grammi	Sc. Sec. II° (14-18) grammi
Latte intero	80	80	100	120	150
Biscotti secchi	15	20	25	30	30
Yogurt bianco intero	100	100	125	150	150
Miele	5	5	5	5	5
Frutta fresca (tipo mele, pere ecc.)	20	30	40	50	60
Cornflakes o muesli (senza grassi aggiunti)	5	10	10	15	20
Pane	30	40	50	50	60
Marmellata	15	15	15	20	25
Infuso di frutta					
Torta tipo casalinga	25	30	35	40	50
Frullato di frutta:					
Mele, pere, ecc.	50	60	80	100	100
banane	20	20	30	30	40
Latte intero	50	60	80	80	100
+ mandorle a parte	10	10	10	15	15