



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

SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

Responsabile: dott. Fabio de Battisti

Referente della pratica

dott.ssa Fabiola Stuto

telefono: +39 0434 237823 mobile: 3371682191

mail: fabiola.stuto@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

Sig Sindaco
del comune di
SESTO AL REGHENA

Soc. Coop Sociale il Portico
Via Feltre 3
San Donà di Piave (VE)

Oggetto: Tabelle dietetiche stagionali per Nido del Comunale di Sesto al Reghena, gestito dalla Coop sociale "Il Portico". Anno educativo 2023/24

Si inviano per l'anno educativo 2023/24, le tabelle dietetiche stagionali (autunno-inverno, primavera-estate) e le grammature per il Nido del Comune di Sesto al Reghena (età 6-12 mesi; 12-36 mesi), sito a Ramuscello.

I menù sono stati definiti tenendo in considerazione le Linee di Indirizzo per l'alimentazione nei nidi d'infanzia, le esigenze organizzative della struttura.

Lo spuntino di metà mattina sarà composto da frutta fresca di stagione, frullata o a pezzi in rapporto alle capacità masticatorie dei bambini, eventualmente anticipando quella prevista per il pranzo. Mentre per la merenda del pomeriggio, si potrà variare tra frutta fresca, yogurt, latte e biscotti, pane con marmellata, bruschetta, pane speciale (zucca, noci etc.), torta semplice preparata "in loco" (max 1 volta/mese in occasione del "Complemesé"), gelato (max 1 volta/mese in estate).

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



IL DIRIGENTE
AREA IGIENE DELLA NUTRIZIONE
Dott.ssa Fabiola Stuto
(firmato digitalmente)

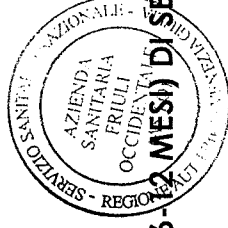
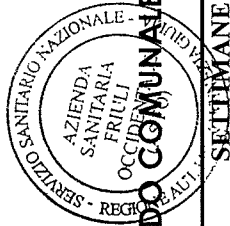


TABELLA DIETETICA NIDO COMUNALE (6-12 MESI) DI SESTO AL REGHENA

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
Spuntino di metà mattina LUNEDI'	Frutta fresca frullata Riso in brodo vegetale Stornato di verdure e uovo	Frutta fresca frullata Crema di legumi con orzo Formaggio purea di verdure	Frutta fresca frullata Pastina al pomodoro Stornato di verdure e uovo	Frutta fresca frullata Crema di verdure con riso Stornato di verdure e uovo
Spuntino di metà mattina MARTEDI'	Frutta fresca frullata Pastina al pomodoro Pollo o tacchino al forno purea di verdure	Frutta fresca frullata Semolino in brodo vegetale Vitello al forno purea di verdure	Frutta fresca frullata Passato di verdure con orzo Pollo o tacchino al forno purea di verdure	Frutta fresca frullata Pastina all'olio Pollo al vapore purea di verdure
Spuntino di metà mattina MERCOLEDI'	Frutta fresca frullata Crema di legumi con orzo Formaggio purea di verdure	Frutta fresca frullata Passato di verdure con pastina Pollo o Tacchino al vapore Purea di patate	Frutta fresca frullata Semolino in brodo vegetale Vitello al forno Purea di verdure	Frutta fresca frullata Crema di legumi con orzo Formaggio purea di verdure
Spuntino di metà mattina GIOVEDI'	Frutta fresca frullata Passato di verdure con pastina Vitello al forno purea di patate	Frutta fresca frullata Riso in brodo vegetale Stornato di verdure e uovo	Frutta fresca frullata Riso in brodo vegetale Pesce al vapore purea di verdure	Frutta fresca frullata Semolino in brodo vegetale Tacchino al vapore purea di verdure
Spuntino di metà mattina VENERDI'	Frutta fresca frullata Semolino in brodo vegetale Pesce al vapore purea di verdure	Frutta fresca frullata Pastina al pomodoro Pesce al vapore purea di verdure	Frutta fresca frullata Crema di legumi con pastina Formaggio purea di verdure	Frutta fresca frullata Passato di verdure con pastina Pesce al vapore purea di patate

TABELLA DIETETICA AUTUNNO – INVERNO NIDO COMUNALE (12-36 MESI) DI SESTO AL REGHEMO

AZIENDA PER L'ASSISTENZA SANITARIA
n. 5 Friuli Occidentale
Dipartimento di Prevenzione
della SpA Fabiola Sestini
Specialista in Nutrizione
e Alimentazione



SETTIMANE

GIORNI	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 Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure Polpettone /hamburger di manzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote con pasta/orzo Petto di pollo /tacchino al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio e parmigiano Straccetti di pollo 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 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 Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	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	Crema di zucca con pasta/farro Pesce al forno Patate al prezzemolo Pane Frutta fresca di stagione

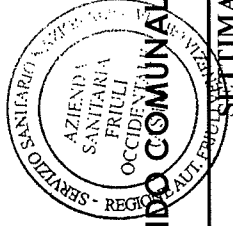


TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE NIDO COMUNALE (12-36 MESI) DI SESTO AL REGHENNA di Prevenzione
Settimane

GIORNI	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 (robioia/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'	Pasta al pomodoro Petto di pollo /tacchino al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Polpettone di manzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto di basilico fresco Petto di pollo/tacchino al forno Fagiolini all'olio Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio e parmigiano Straccetti di pollo 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 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 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 Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	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 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 zucchini 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

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione-Area Igiene 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)