



ATSSardegna
Azienda Tutela Salute
ASSL Sassari

**Dipartimento
di Prevenzione**

**Servizio Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione**

Al comune di

Pozzomaggiore

mail : protocollo@pec.comune.pozzomaggiore.ss.it

OGGETTO : Vidimazione tabella dietetica/menu' scuola dell'infanzia e primaria .

Si trasmette in allegato il menù vidimato , con le relative grammature , da adottare nelle mense della scuola dell'infanzia e primaria .

Si fa presente che sono state pubblicate sul sito della Regione Sardegna le Linee Guida per la Ristorazione Scolastica (Det.1567 del 05/12/2016) alle quali si può fare riferimento per procedure , grammature , diete speciali e per qualsiasi variazione .

Si richiama l'attenzione sul fatto che per la prevenzione delle malattie tiroidee da carenza di Iodio è auspicabile preferire l'uso del sale iodato al posto del sale comune .

Distinti saluti.

IL DIRIGENTE MEDICO

(Dott.ssa M. Franca Mameli)



Comune di Pozzomaggiore - Prot. 0005728 del 27-07-2020

www.atssardegna.it

Dipartimento di Prevenzione
Via Rizzeddu, 21/B - Pal. F - 07100 - Sassari
Tel.: 079/2062897, Fax: 079/2062897
e-mail: dipartimento.prevenzione@aslsassari.it

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via Rizzeddu, 21/B - Pal. B - 07100 Sassari
Tel. 079/2062861
e-mail: sian.responsabile.ss@aslsassari.it
PEC: serv.ian@pec.aslsassari.it

COMUNE DI POZZOMAGGIORE MENSA SCOLASTICA - MENÙ AUTUNNO/INVERNO

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Tortellini di carne al pomodoro; ▶ Formaggio dolce; ▶ Insalata fresca; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto alla parmigiana; ▶ Filetti di pesce panati al forno; ▶ Insalata di verdure cotte; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al ragù; ▶ Prosciutto cotto; ▶ Insalata fresca mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdure con legumi e pasta; ▶ Arista al forno; ▶ Patate; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta in bianco o con verdure, ▶ Spezzatino di bovino; ▶ Insalata fresca; ▶ Pane bianco. ▶ Frutta fresca di stagione.
2° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta con panna e prosciutto cotto; ▶ Uovo sodo; ▶ Insalata fresca mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto allo zafferano; ▶ Cosce di pollo al forno; ▶ Insalata di verdure cotte; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al sugo; ▶ Filetto di platessa alla parmigiana; ▶ Insalata fresca; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Minestra in brodo vegetale; ▶ Polpette al forno o al sugo; ▶ Patate; ▶ Pane bianco. ▶ Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al sugo; ▶ Prosciutto cotto; ▶ Insalata fresca mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco.
3° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gnocchetti olio e parmigiano; ▶ Frittata al formaggio e pomodoro o con prosciutto e verdure; ▶ Insalata fresca; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al sugo; ▶ Hamburger di bovino; ▶ Insalata di verdure cotte; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Minestra in brodo di pollo; ▶ Petto di pollo al limone; ▶ Insalata fresca mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Riso al ragù; ▶ Formaggio dolce o mozzarella; ▶ Insalata fresca; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdure con legumi e pasta; ▶ Pesce panato al forno; ▶ Patate; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco.
4° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al tonno; ▶ Cotoletta di pollo e spinaci; ▶ Insalata fresca; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al sugo; ▶ Fettine di bovino alla pizzaiola; ▶ Insalata di verdure cotte; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pizza; ▶ Prosciutto cotto; ▶ Insalata fresca mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdure con legumi e pasta; ▶ Merluzzo panato al forno; ▶ Patate; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ravioli di ricotta al sugo; ▶ Spezzatino di carne bianca con olive; ▶ Insalata fresca; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco.

La frutta, una volta la settimana, potrà essere sostituita da un dolce.
 Il formato della pasta dovrà essere differente di volta in volta.

Si approva con granuniviera allegare (secondo LLGGRS Reproud.)

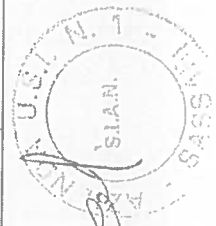


COMUNE DI POZZOMAGGIORE MENSA SCOLASTICA - MENÙ PRIMAVERA/ESTATE

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gnocchetti sardi al pomodoro; ▶ Prosciutto cotto; ▶ Pomodori in insalata; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Riso con verdure di stagione, ▶ Filetti di pesce (impanati al forno o all'olio evo); ▶ Lattuga o romanella in insalata; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al pomodoro e basilico; ▶ Cosce di pollo arrosto; ▶ Insalata mista con carote; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Minestrone di legumi e verdure; ▶ Filetto di platessa alla parmigiana; ▶ Patate; ▶ Macedonia di frutta fresca; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al pesto; ▶ Insalata di pollo con carote e verdure; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco.
2° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al pomodoro; ▶ Mozzarella o formaggio dolce; ▶ Lattuga e pomodori in insalata; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pizza; ▶ Prosciutto cotto; ▶ Insalata di stagione; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto al ragù; ▶ Petti di pollo impanati; ▶ Insalata di stagione con carote; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Crema di ortaggi e legumi con pastina; ▶ Filetto di platessa alla pizzaiola; ▶ Patate; ▶ Macedonia di frutta fresca; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gnocchi di patate al pomodoro e basilico; ▶ Cotolette di tacchino al forno; ▶ Insalata mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco.
3° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Riso al pomodoro; ▶ Cosce di pollo arrosto; ▶ Insalata verde; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Minestra di verdure e legumi con pastina; ▶ Merluzzo gratinato al forno; ▶ Patate; ▶ Frutta fresca di stagione ; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Orecchiette al ragù di carne; ▶ Formaggio dolce ; ▶ Insalata mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al tonno, pesto e pomodorini; ▶ Frittata di verdure al forno con formaggio; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al sugo di pomodoro e basilico; ▶ Polpette al sugo; ▶ Insalata mista + carote; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco.
4° Settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Ravioli al sugo; ▶ Fesa di vitellone in pizzaiola; ▶ Pomodori in insalata; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto alla parmigiana; ▶ Pesce al limone; ▶ Carote in insalata; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta alle zucchini ▶ Fettina di pollo impanata al forno; ▶ Insalata mista; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasta al pesto; ▶ Arista di maiale arrosto; ▶ Zucchini trifoliate; ▶ Macedonia di frutta fresca; ▶ Pane bianco. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Minestra di verdure con pasta; ▶ Prosciutto cotto; ▶ Patate; ▶ Frutta fresca di stagione; ▶ Pane bianco.

La frutta, una volta la settimana, potrà essere sostituita da un dolce.
 Il formato della pasta dovrà essere differente di volta in volta.

Si appone con grammatura allegata (secondo U.C.C.R.S regionali)





REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ASSESSORADU DE S'IGIENE E SANIDADE E DE S'ASSISTÈNTZIA SOTZIALE
ASSESSORATO DELL'IGIENE E SANITA' E DELL'ASSISTENZA SOCIALE

Determinazione n. 1567 del 5 dicembre 2016

**GRAMMATURE MEDIE CONSIGLIATE DEI PRINCIPALI ALIMENTI
UTILIZZATI NEI MENU' SCOLASTICI**

PRIMI IN BRODO	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Pastina di semola o all'uovo per brodi vegetali/carne	20/25	25/30	35/40	40/50
Pastina di semola o all'uovo per passati vegetali/legumi	15/20	20/25	25/30	35/40
Riso, farro, orzo e altri cereali	15/20	20/25	25/30	35/40
Cous-cous e miglio	10/15	15/20	20/25	25/30
Condimenti: verdura fresca per passati	120	150	200	250
Condimenti: legumi secchi per passati/sughi	20/25	25/30	30/35	35/40

PRIMI ASCIUTTI	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Pasta di semola, riso, mais, orzo e altri cereali	40/50	50/60	70/80	80/100
Pasta all'uovo secca	35/45	45/55	55/65	65/75
Pasta all'uovo ripiena	/	120	140	160
Condimenti:				
sughi vegetali	50/70	65/90	80/110	90/130
carne/pesce per ragù	15/20	20/25	25/30	30/35
parmigiano reggiano per primi piatti	5/6	6/7	7/8	8/9

SECONDI	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Carne	40/50	50/60	60/70	70/80
Prosciutto o bresaola	20/25	25/30	30/35	35/40
Pesce	50/60	60/70	80/100	100/150
Uova (unità)	1	1	1	1
Formaggi freschi molli	40	50/60	60/70	80/100
Mozzarella (fiordilatte)/caciotta	30/40	40/50	70/80	80
Formaggio media stagionatura	20	40	50	60
Formaggio ad alta stagionatura	15/20	30	40	50



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ASSESSORADU DE S'IGIENE E SANIDADE E DE S'ASSISTÈNTZIA SOTZIALE
ASSESSORATO DELL'IGIENE E SANITA' E DELL'ASSISTENZA SOCIALE

Determinazione n. 1567 del 5 dicembre 2016

CONTORNI	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Ortaggi freschi	80	100	150/200	200/250
Verdura cruda a foglia	30	40	50	60
Patate	60/80	100/120	140/180	160/200

OLIO	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Olio extravergine d'oliva per primi piatti e per contorni: quantità totale	12/15	12/15	15/18	18/20

VARIE	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Pane	30	40	50	60
Frutta fresca intera, spremuta o frullata	100/150	150	150/200	200
Frutta secca oleosa	10	15	20/25	25/30

COLAZIONE E MERENDE	1 - 3 anni	3 - 6 anni	6 - 11 anni	11 - 14 anni
Latte per colazione	200/250	250	250	250
Latte per merenda	100/150	150	200	200
Yogurt (unità da 125 g)	1	1	1	1
Miele per dolcificare	5	5	10	10
Miele da spalmare	10	15	20	25
Marmellata/confettura	10	15	20	25
Cereali in fiocchi	15	20	25	30
Biscotti secchi, fette biscottate, gissini, crackers	25	30	35	40
Torta	30/40	50/60	70/80	90/100

NOTE:

Le quantità sopracitate si riferiscono al peso dell'alimento a crudo e al netto degli scarti.

In riferimento al pesce congelato/surgelato il peso si riferisce al prodotto scongelato e privato della pelle.

Per la voce carne è possibile aumentare la quantità fino a circa il 10% in funzione della tipologia di preparazione e di prodotto, esempio carne bianca.

In caso di pasti veicolati, le grammature fornite possono essere incrementate (valore indicativo suggerito + 10%) a garanzia di miglior qualità del servizio, esempio per far fronte a perdita pasti per caduta di contenitori.