

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione - Area di Perugia

Via XIV Settembre 79, Parco S. Margherita - Pad. Neri, 06121 Perugia

Tel. 075-5412420 - Fax 075-5412460

Email: deborah.cesaroni@uslumbria1.it

Prot. 37848

Perugia, 15 MAR. 2017

Spett. le Uff. scuola e sport

Comune di Assisi

comune.assisi@postacert.umbria.it

c/a Resp. Dott.ssa Cristina Foiano

Oggetto: trasmissione menu primavera - estate per le scuole materne, elementari e media del Comune di Assisi.

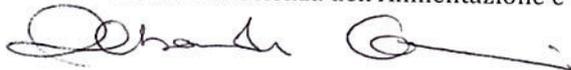
Come da Vs richiesta si invia il menù primavera- estate articolato su 12 settimane debitamente validato dalla nutrizionista dello scrivente Servizio.

Distinti saluti.

Dr. Francesco Cardinalini
Dirigente Medico



Dr.ssa Deborah Cesaroni
Dietista - Dottore in Scienza dell'Alimentazione e Nutrizione



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 1° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Pane e olio / olio e pomodoro

MARTEDI'

Schiacciata al rosmarino

MERCOLEDI'

Yogurt bianco + frutta

GIOVEDI'

Pane e olio

VENERDI'

Plum cake

(57) Gnocchi al pomodoro
(30) Fritata al forno
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(23) Pasta all'olio
(40) Pesce al pomodoro
(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(*) Antipasto di verdure
(20) Riso al pomodoro
(47) Insalata di pollo e ortaggi
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(8) Orzotto con verdure
(*) Mozzarella
(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale
(*) Frutta cotta

(16) Pasta e ceci
(52) Saltimbocca di maiale
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto con verdura
Legumi
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'

Purea di patate
Carne bianca
Contorno, Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Minestra vegetale
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

Insalata di cereali
Contorno, Pane
Frutta

VENERDI'

Pizza
Contorno e Frutta

Vz. U.S.L. n. 2
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Daniela Cesaroni
Dietista - Specialista in Scienze dell'Alimentazione



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 2° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Yogurt bianco e Frutta

MARTEDI'

Pane e Prosciutto

MERCOLEDI'

Dolce tipo casalingo

GIOVEDI'

Cake al formaggio

VENERDI'

Pane e olio

(21) Insalata di legumi misti e orzo
(50) Petto di pollo al limone
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(2) Pasta al pomodoro
(51) Sfornato di verdura
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(20) Risotto al pomodoro
(55) Pesce lessato all'agro
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(17) Minestra con verdure e pasta
(39) Polpette di vitello al pomodoro
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(1) Pasta con piselli in bianco
(*) Ricotta fresca
(*) Verdura cruda o panzanella
(*) Pane comune (no con panzanella)
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto al pomodoro
Carne bianca
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'

Patate arrosto
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto con verdura
(minestra)
Formaggio
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

Primo piatto al pomodoro
Salumi
Contorno, Pane
Frutta

VENERDI'

Piatto unico
Contorno, Pane
Frutta

Az. U.S.L. n. 2

Dipartimento di Prevenzione

Servizio Igiene Alimentari e Nutrizione

Dell'Asa Diagonale, Ossario

Direttore Specialista in Scienze dell'Alimentazione e Nutrizione




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 3° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Pane e olio

MARTEDI'

Schiacciata con olive

MERCOLEDI'

Yogurt alla frutta +
biscotti

GIOVEDI'

Pane e olio

VENERDI'

Pane e marmellata

(2) Pasta al pomodoro aromatico
(55) Pesce alla mugnaia
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(26) Crema di verdure e legumi
con crostini di pane
(37) Straccetti di manzo
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(29) Gnocchi olio e
salvia
(38) Frittata al forno con
verdura
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(8) Riso con verdure
(*) Caciotta fresca
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(13) Pasta in bianco con lenticchie
decoricate
(48) Petto di pollo in pizzaiola
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto con verdure (minestra)
Salumi
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'

Primo piatto in bianco
Formaggio
Contorno, Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto al
pomodoro
Carne bianca
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

Pizza
Contorno
Frutta

VENERDI'

Primo piatto con verdure (minestra)
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

Az. U.S.L. n. 2
Direttamente al F. CUSTODIONE
Servizio Infermeria, Ambulatorio, Diagnostica
Dentaria, Radiologia, Ossigenoterapia
Dietetica - Specialità di Fisioterapia, Psicofarmacologia
& Neuropsicologia
e Nutrizione Clinica

Elvira Casini



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 4° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Pane e olio / olio pomodoro

MARTEDI'

Schiacciata con uvetta

MERCOLEDI'

Pizza

GIOVEDI'

Yogurt bianco e frutta

VENERDI'

Pane e olio

(21) Insalata di riso con legumi misti e ortaggi
 (*) Mozzarelline
 (*) Verdura cruda
 (*) Pane integrale
 (*) Frutta fresca

(6) Pasta con verdure
 (39) Polpetta di vitello al pomodoro
 (*) Verdura cotta
 (*) Pane comune
 (*) Frutta fresca

(5) Risotto alla parmigiana
 (31) Pesce al forno croccante
 (*) Verdura cotta
 (*) Pane comune
 (*) Frutta cotta

(1) Pasta con piselli in bianco
 (*) Prosciutto cotto AQ
 (*) Verdura cruda
 (*) Pane comune
 (*) Frutta fresca

(2) Pasta al pomodoro
 (50) Boccoccini di pollo agli aromi
 (*) Verdura cotta
 (*) Pane integrale
 (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto in bianco
 Legumi
 Contorno, Pane
 Frutta

MARTEDI'

Primo piatto al pomodoro
 Uovo
 Contorno
 Pane, Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto con verdure (Minestra)
 Formaggio
 Contorno, Pane
 Frutta

GIOVEDI'

Primo piatto al pomodoro
 Pesce
 Contorno, Pane
 Frutta

VENERDI'

Primo piatto all'uovo con verdure
 Salumi
 Contorno, Pane
 Frutta

Az. U.S.T. n. 2

Direzione di Servizi

Servizi Educativi, Scolastici e Formazione

Direzione di Servizi

Direzione di Servizi Educativi, Scolastici e Formazione

e Formazione



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 5° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Pane e prosciutto

MARTEDI'

Yogurt alla frutta + biscotti

MERCOLEDI'

Schiacciata con cipolle

GIOVEDI'

Frutta + pane e marmellata

VENERDI'

Pane e olio

(5) Orzo e riso al parmigiano
(48) Fettina al pomodoro
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(57) Gnocchi al pomodoro
(38) Fritata con verdura o con fiori di zucca
(*) Verdura cruda
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(20) Farro al pomodoro
(32) Spezzatino di tacchino
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

(6) Pasta con zucchini
(55) Pesce bollito all'agro
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(13) Pasta con cannellini in bianco
(*) Formaggio fresco
(*) Verdura cotta
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto con verdura
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'

Piatto unico
Contorno, Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto con verdure
Salumi
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

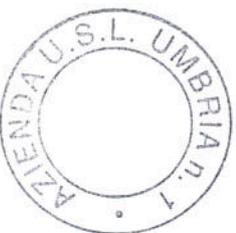
Pizza
Contorno
Frutta

VENERDI'

Primo piatto al pomodoro
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

Az. U.S.L. n. 2
Esercizio di attività di assistenza
Servizio di Assistenza
Dipartimento di Assistenza
Direzione - Servizio di Assistenza
e Assistenza

Delmestri G.



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 6° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e olio / olio e pomodoro	Schiacciata rosmarino	Yogurt bianco + frutta	Plum cake	Pane e olio
(8) Risotto con zucca (*) Mozzarella (*) Verdura cruda (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(*) Antipasto di verdure (19) Pasta al pomodoro (47) Quadrantini di pollo con ceci (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(57) Ravioli al pomodoro (51) Sformato di verdura (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(1) Pasta con piselli in bianco (35) Arista al latte (*) Ortaggi e patate bolliti (*) 1/2 Pane comune (*) Frutta cotta	(2) Insalata di farro (40) Filetti di pesce al pomodoro (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto al pomodoro Carne bianca Contorno, Pane Frutta	Primo piatto con verdure Formaggio Contorno, Pane Frutta	Platto unico con pesce Contorno, Pane Frutta	Primo piatto verdure Uova Contorno, Pane Frutta	Platto unico Contorno, Pane Frutta

AZ. U.S.I. n. 2
 Dipartimento di Protezione
 Servizio Igiene e Sicurezza Alimentazione
 Dott.ssa *[Nome]*
 Medico Sanitario
 Responsabile



MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 7° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Yogurt bianco e frutta

MARTEDI'

Pane e prosciutto

MERCOLEDI'

Dolce tipo casalingo

GIOVEDI'

Cake al formaggio

VENERDI'

Pane e olio

(23) Pasta all'olio

(55) Pesce gratinato in forno
 (*) Verdura cotta
 (*) Pane comune
 (*) Frutta fresca

(57) Gnocchi al sugo

(38) Frittata con verdure
 (*) Panzanella
 (*) Frutta fresca

(6) Pasta con verdure

(48) Fetta in pizzaioia
 (*) Verdura cruda
 (*) Pane comune
 (*) Frutta fresca

(14) Risotto con fave e piselli

(50) Petto di tacchino ai ferri
 (*) Verdura cotta
 (*) Pane integrale
 (*) Frutta cotta

(34) Crema di borlotti con crostini di pane

(*) Prosciutto cotto
 (*) Verdura cotta
 (*) Pane integrale
 (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto con verdure (minestra)
 Carne rossa
 Contorno, Pane
 Frutta

MARTEDI'

Piatto unico con pasta ripiena
 Contorno, Pane
 Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto al pomodoro
 Legumi
 Contorno, Pane
 Frutta

GIOVEDI'

Primo piatto con verdure
 Uova
 Contorno, Pane
 Frutta

VENERDI'

Insalata di cereali
 Contorno, Pane
 Frutta
 oppure
 Primo piatto asciutto
 Pesce
 Contorno, Pane
 Frutta

AZ. U.S.L. n. 2

Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione
 Dott.ssa Deborah Caporoni
 Dietista - Specialista in Scienze dell'Alimentazione
 e Nutrizione Clinica




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 9° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Pane e olio / pomodoro

MARTEDI'

Schiacciata con uvetta

MERCOLEDI'

Pizza

GIOVEDI'

Yogurt bianco + frutta

VENERDI'

Pane e olio

(5) Risotto in bianco
(31) Pesce gratinato al forno
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta cotta

(11) Pasta al pesto
(49) Crostino al formaggio
(*) Verdura cotta
(*) 1/2 Pane comune
(*) Frutta fresca

(14) Riso e lenticchie decorticate
(46) Boccconcini di pollo arrosto
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(23) Pasta fredda tonno e pomodoro
(*) Prosciutto crudo e melone
(*) Verdura cruda
(*) Pane comune
(*) Frutta fresca

(19) Insalata di farro
(44) Scaloppina di maiale panata al forno
(*) Verdura cotta
(*) Pane integrale
(*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto con verdure
Pesce
Contorno, Pane
Frutta

MARTEDI'

Insalata di cereali
Contorno crudo, Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Primo piatto al pomodoro
Carne rossa
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

Piatto unico con pasta ripiena
Contorno, Pane
Frutta

VENERDI'

Primo piatto con verdure
Salumi
Contorno, Pane
Frutta

Az. U.S.L. n. 2
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene Alimentari e Nutrizione
Dott.ssa Daniela Pignatelli
Dott.ssa Stefania Pignatelli
e s.s.




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 10° settimana

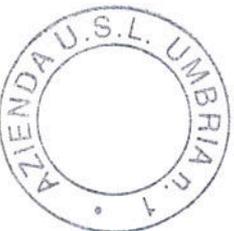
SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pane e prosciutto	Yogurt alla frutta + biscotti	Schiacciata con cipolle	Frutta + pane e marmellata	Pane e olio
(8) Riso con verdure (35) Arista al latte (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(2) Pasta all'olio (43) Crocchette di pesce (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(41) Fagioli al pomodoro (50) Boccoccini di pollo (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(6) Pasta con verdure (*) Ricotta (*) Verdura cruda (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(17) Minestra zucchine e maggiorana (39) Polpettone di carne e verdure (*) Verdura cotta (*) Pane integrale (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto al pomodoro Formaggio Contorno Pane, Frutta	Primo piatto con verdure Uova Contorno,, Pane Frutta	Insalata di legumi Contorno, Pane Frutta	Primo piatto al pomodoro Tonno o pesce Contorno, Pane Frutta	Pizza Contorno Frutta

Az. U.S.L. n. 2
 Dipartimento di Prevenzione
 Servizio Igiene Alimentari e Nutrizione
 Dietista - Specialista in Educazione dell'Alimentazione
 e Nutrizione *Lucrezia*

MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 11° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'

Pane e pomodoro

MARTEDI'

Pizza

MERCOLEDI'

Yogurt bianco + frutta

GIOVEDI'

Plum cake

VENERDI'

Pane e olio

(6) Pasta con verdure

- (31) Pesce gratinato
- (*) Verdura cotta
- (*) Pane integrale
- (*) Frutta fresca

(20) Riso al pomodoro

- (30) Rotolo di frittata
- (*) Verdura cruda
- (*) Pane comune
- (*) Frutta fresca

(28) Minestra di verdure e legumi

- (52) Saltimbocca di manzo
- (*) Verdura cotta
- (*) Pane comune
- (*) Frutta fresca

(2) Pasta fredda con pomodori e basilico

- (*) Mozzarella
- (*) Verdura cruda
- (*) Pane comune
- (*) Frutta fresca

(8) Orzo con verdure

- (42) Arrosto di tacchino
- (*) Verdura cotta
- (*) Pane integrale
- (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'

Primo piatto al pomodoro

Legumi
Contorno
Frutta

MARTEDI'

Primo piatto con verdure

Carne bianca
Contorno, Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Patate lesse al prezzemolo

Formaggio fresco spalmabile
Contorno, Pane
Frutta

GIOVEDI'

Pizza

Contorno
Frutta

VENERDI'

Piatto unico

Contorno, Pane
Frutta

Az. U.S.L. n. 2

Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene e Sanità Pubblica
Dolciacchi Esercizi Dietetici
Materiale Spedite in base alla destinazione
Materiale Spedite in base alla destinazione




MENU' MATERNA, ELEMENTARE E MEDIA COMUNE DI ASSISI

MENU' PRIMAVERA - ESTATE 12° settimana

SPUNTINO ORE 10

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Yogurt bianco e frutta	Pane e prosciutto	Dolce tipo casalingo	Schiacciata alle olive	Pane e olio
(1) Orzo e piselli (*) Mozzarella o caprese (*) Verdura cruda (pomodori) (*) Pane integrale (*) Frutta fresca	(2) Pasta al pomodoro (50) Piccattina di pollo (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(*) Antipasto di verdure (1) Patà all'olio (1) Straccetti di manzo (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(20) Risotto al pomodoro (31) Pesce gratinato (*) Verdura cotta (*) Pane comune (*) Frutta fresca	(13) Insalata fredda di pasta pomodoro e legumi (52) Involtini di tacchino (*) Verdura gratinata (*) Pane comune (*) Frutta fresca

CONSIGLI PER LA CENA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Primo piatto con verdure (minestra) Carne rossa Contorno, Pane Frutta	Primo piatto in bianco Pesce Contorno, Pane Frutta	Primo piatto al pomodoro Salumi Contorno, Pane Frutta	Insalata di cereali Contorno, Pane Frutta	Pizza Contorno, Pane Frutta

Az. U.S.L. n. 2
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene Alimentari e Nutrizione
Dott.ssa Deborah Coccorini
Dietista - Specialista in Scienze dell'Alimentazione
e Nutrizione Umana