

Sc. Infanzia Menù Autunno/Inverno COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

	Proi.
	24800
	man/
	000
	15011
-	133

				sett.2					sett.1	Pranzo
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	bieta al vapore	ricotta di vacca	pasta integrale e ceci	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	carote al vapore	primo sale	pasta e lenticchie	LUNEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata verde	frittata di verdure miste al forno	pasta al pomodoro	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucca gratinata	straccetti di tacchino al forno	pasta al pomodoro	MARTEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	carote al vapore	petto di pollo panato al forno	riso in brodo vegetale	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata verde	orata gratinata	pasta con passato di verdure	MERCOLEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	spinaci gratinati		lasagna al forno	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	finocchi gratinati		pasta integrale alla bolognese	GIOVEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata verde	merluzzo panato	orzo con passato di verdure	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata verde	frittata con spinaci	risotto alla crema di zucca	VENERDI





sett.3	pasta e fagioli	pasta al pomodoro	risotto alla crema di zucca	pasta integrale alla bolognese
	primo sale	frittata con spinaci	orata gratinata	à
	carote al vapore	finocchi gratinati	insalata verde	de
	pane di tipo 0	pane di tipo integrale	pane di tipo 0	0 0
	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	stagione
sett.4	pasta e fave secche	pasta al pomodoro	pasta con passato di verdure	to di verdure
	ricotta di vacca	merluzzo panato	petto di pollo al limone	al limone
	bieta al vapore	spinaci all' olio e limone	insalata verde	verde
	pane di tipo 0	pane di tipo integrale	pane di tipo 0	tipo 0
	frutta fresca di stagione			forth from J. A. J.

^{*} Ricette presenti in tutti i Pranzi suddivise per ogni giorno





Sc. Infanzia Menù Autunno/Inverno COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

Pranzo	sett.1					sett.2				
LUNEDI	pasta e lenticchie 85g	primo sale 40g	carote al vapore 105g	pane di tipo 0 40g	frutta fresca di stagione 150g	pasta integrale e ceci 85g	ricotta di vacca 40g	bieta al vapore 105g	pane di tipo 0 40g	frutta fresca di stagione 150g
MARTEDI	pasta al pomodoro 80g	straccetti di tacchino al forno 55g	zucca gratinata 115g	pane di tipo integrale 50g	frutta fresca di stagione 150g	pasta al pomodoro 80g	frittata di verdure miste al forno 148g	insalata verde 35g	pane di tipo integrale 50g	frutta fresca di stagione 150g
MERCOLEDI	pasta con passato di verdure 140g	orata gratinata 85g	insalata verde 35g	pane di tipo 0 40g	frutta fresca di stagione 150g	riso in brodo vegetale 118g	petto di pollo panato al forno 65g	carote al vapore 105g	pane di tipo 0 40g	frutta fresca di stagione 150g
GIOVEDI	pasta integrale alla bolognese 120g		finocchi gratinati 113g	pane di tipo 0 40g	frutta fresca di stagione 150g	lasagna al forno 125g	-	spinaci gratinati 120g	pane di tipo 0 40g	frutta fresca di stagione 150g
VENERDI	risotto alla crema di zucca 140g	frittata con spinaci 103g	insalata verde 35g	pane di tipo integrale 50g	frutta fresca di stagione 150g	orzo con passato di verdure 140g	merluzzo panato 83g	insalata verde 35g	pane di tipo integrale 50g	frutta fresca di stagione 150g





	pane	bieta	ricott	sett.4 pasta e	frutta fres	pane	carote	prì	hasa
frutta fresca di stanione 150n	pane di tipo 0 40g	bieta al vapore 105g	ricotta di vacca 40g	pasta e fave secche 85g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	carote al vapore 105g	primo sale 40g	base cragion one
frutta fresca di stanione 150n	pane di tipo integrale 50g	spinaci all' olio e limone 106g	merluzzo panato 83g	pasta al pomodoro 80g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	finocchi gratinati 113g	frittata con spinaci 103g	passa ai porriodoro oug
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata verde 35g	petto di pollo al limone 55g	pasta con passato di verdure 140g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	insalata verde 35g	orata gratinata 85g	ווצטנגט מוומ כופווומ טו צמככם דבספ
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	carote al vapore 105g		pasta integrale al forno 125g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 40g	zucca gratinata 115g		120g
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	insalata verde 35g	frittata di verdure miste al forno 148g	risotto alla crema di zucca 140g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 50g	insalata verde 35g	polpette di tacchino 63g	

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





Sc. Infanzia Menù Autunno/Inverno COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24





				sett.4
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	g 20	22g	179	87g
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	19	28g	179	919
,	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	9	259	189	82g
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
,	19	239	18g	81g
		Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	19	219	28g	87g

^{*} Valori componenti bromatologiche dei Pranzi suddivise per ogni giorno

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARIA DIPAZIA FORTE



Sc. Infanzia Menù Autunno/Inverno COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

_	11000	_			120			10		
Totale	sett.1				sett.2			sett.3		
5	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Se	Glicidi disponibil Lipidi	Proteine	Sile	Glicidi disponibil	Proteine	Sale
LUNEDI	1019	16g	239	10	89g 18g	23g	10	101g	16g 24g	19
MA	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sa le	Glicidi disponibil Lipidi	Proteine	Se	Glicidi disponibil Lipidi	Proteine	Sale
MARTEDI	93g	199	26g	Į.	85g 29g	239	10	96g 22g	22g 24g	10
MER	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	<u>8</u>	Glicidi disponibil Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil	Lipidi Proteine	Sale
MERCOLEDI	91g	219	299	19	81g 17g	22g	. Ig	92g 20a	20g 26g	. 10
GI	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sale	Glicidi disponibil Lipidi	Proteine	₹.	Glicidi disponibil	Lipidi Proteine	Sale
GIOVEDI	81g	15g	239	19	90g 20g	28g	10	85g	15g 24g	10
VEN	Glicidi disponibil	Lipidi	Proteine	Sie	Glicidi disponibil Lipidi	Proteine	SS le	Glicidi disponibil	Lipidi Proteine	Sale
VENERDI	il 92g	22g	21g	10	19g	259	16		20g 25g	Į
1							l .	- 1		

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALMENTI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARIA DIRAZIA FORTE
Diragna Propriesa



				sett.4
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	00	22g	17g	87g
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	19	289	17g	91g
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	09	25g	18g	82g
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	19	23g	18g	81g
1, 1, 1	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil
	19	219	28g	87g

^{*} Valori componenti bromatologiche totale giornaliero

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTTIZIONE Dott.ssa MARIA GINZIA FORTE Dirigenza Maria



Somma settimanale delle componenti bromatologiche

	Settimana		Settimana		Settimana		Settimana
	4		ω		2		1
2.252,00	Grammi	2.209,00	Grammi	2.254,00	Grammi	2.221,00	Grammi
428,61	Glicidi disponibili	444,72	Glicidi disponibili	423,99	Glicidi disponibili	456,46	Glicidi disponibili
98,38	Lipidi	93,83	Lipidi	103,44	Lipidi	92,01	Lipidi
119,41	Proteine	122,48	Proteine	120,20	Proteine	122,79	Proteine
4,18	Sale	4,47	Sale	5,22	Sale	4,34	Sale
	1						





Composizione Ricette

bieta al vapore	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
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	
	105,00	2,80	5,09	1,30	0,03	
	*sostituire la	*sostituire la bieta con i BROCCOLI nel mese di aprile	CCOLI nel mese	di aprile		
carote al vapore	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Carote	100,000	7,60	0,20	1,10	0,24	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
	105,00	7,60	5,19	1,10	0,24	
farro con minestrone	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Verdure	80,00	2,14	0,22	1,40	0,04	
Farro o Spelta	30,00	20,13	0,75	4,53	0,01	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Parmigiano grattugiato	5,00	0,00	1,40	1,67	0,08	
	120,00	22,27	7,37	7,61	0,13	
finocchi gratinati	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Finocchi	100,000	1,00	0,00	1,20	0,01	
Pangrattato	8,00	6,22	0,17	0,81	0,08	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
	113,00	7,22	5,16	2,01	0,09	
frittata con spinaci	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Uovo di gallina	60,00	0,12	5,22	7,44	0,21	
Spinaci	30,00	0,87	0,21	1,02	0,08	
		1	1		000	

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALINIZITI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARVA DE AZIA FORTE
Dirigana Mesto

Olio di oliva extravergine

8,00 3,00 2,00

6,22 0,00 0,00 7,21

> 0,17 3,00 0,56

0,81 0,00 0,67 **9,94**

0,00 0,03 **0,39**

103,00

Parmigiano grattugiato

Pangrattato

Danis and 47



frittata di verdure miste al forno	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
Verdure	80,00	2,14	0,22	1,40	0,04	
Uova	60,00	0,41	9,34	7,77	0,18	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Parmigiano grattugiato	3,00	0,00	0,84	1,00	0,05	
Aromi di stagione	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
	148,00	2,54	15,39	10,17	0,27	
frutta fresca di stagione	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		- Coperation		3		
Frutta fresca	150,00	14,37	0,25	1,02	0,01	
	150,00	14,37	0,25	1,02	0,01	
insalata verde	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
Incalata micra	30,00	0.60	0.00	20	0.01	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
	35,00	0,69	5,08	0,30	0,01	
lasagna al forno	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Pasta all'uovo - secca	50,00	38,95	1,20	6,50	0,02	
Bovino adulto o vitellone - carne magra	25,00	0,00	0,77	5,32	0,06	
Pomodori - passata	20,00	0,60	0,04	0,26	0,08	
Mozzarella di vacca	20,00	0,14	3,90	3,74	0,10	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Parmigiano grattugiato	5,00	0,00	1,40	1,67	0,08	
Aromi di stagione	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
	125,00	39,69	12,31	17,50	0,33	
meriuzzo panato	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
Morlingo a specific fracts	20.00	asponiali	2	:	3	
Merluzzo o nasello fresco	70,00	0,00	0,21	11,90	0,13	
Pangrattato	8,00	6,22	0,17	0,81	0,08	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	DIDARTIMENTO A: DDIEVENZIONE
	83,00	6,22	5,37	12,71	0,21	SERVIZIO IGIENE ALIMENTA MINISTRONE
						BAN A
		1				Dirigent Mekich



pasta con passato di verdure		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Pasta di semola	Parmigiano grattugiato	pasta al pomodoro		Pane integrale		pane di tipo integrale		Pane di tipo 0		pane di tipo 0		Aromi di stagione	Brodo Vegetale	Parmigiano grattugiato	Olio di oliva extravergine	Orzo mondo	Verdure		orzo con passato di verdure		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Pangrattato	Orata filetti		orata gratinata
Grammi	80,00	q.b.	5,00	20,00	50,00	5,00	Grammi	50,00	50,00		Grammi	40,00	40,00		Grammi	140,00	q.b.	q.b.	5,00	5,00	50,00	80,00	- DESCRIPTION	Grammi	85,00	q.b.	5,00	10,00	70,00		Grammi
Glicidi disponibili	40,15	0,00	0,00	0,60	39,55	0,00	disponibili	26,90	26,90	disponibili	Glicidi	25,40	25,40	disponibili	Glicidi	31,14	0,00	0,00	0,00	0,00	29,00	2,14	disponibili	Glicidi	8,48	0,00	0,00	7,78	0,70	disponibili	Glicidi
Lipidi	7,14	0,00	4,99	0,04	0,70	1,40	Libidi	0,65	0,65		Lipidi	0,20	0,20		Lipidi	7,62	0,00	0,00	1,40	4,99	1,00	0,22		Lipidi	7,86	0,00	4,99	0,21	2,66	1	Lipidi
Proteine	7,38	0,00	0,00	0,26	5,45	1,67	Proteine	3,75	3,75	e	Proteine	3,24	3,24		Proteine	7,57	0,00	0,00	1,67	0,00	4,50	1,40		Proteine	15,50	0,00	0,00	1,01	14,49		Proteine
Sale	0,16	0,00	0,00	0,08	0,00	0,08	Sale	0,67	0,67		Sale	0,29	0,29		Sale	0,14	0,00	0,00	0,08	0,00	0,03	0,04		Sale	0,22	0,00	0,00	0,10	0,12		Sale
	Carlo Morror		DAMANA	SERVIZIO IGIENE AMMENTI E NETIZIONE	DIPARTIMENTO di PREVENZIONE																										



calous	Cambo	Cipolla	Olio di oliva extravergine	Lentiochie	Pasta di semola		pasta e lenticchie		Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Fave secche	Pasta di semola		pasta e fave secche			Aromi di stagione	Fagioli	Olio di oliva extravergine	Pasta di semola		pasta e fagioli		Brodo Vegetale	Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Parmigiano grattugiato	Pasta di semola	Verdure		pasta con passato di verdure		Pasta di semola	Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Parmigiano grattugiato	Verdure
q.b.	· ;	2	5,00	40,00	40,00		Grammi	85,00	q.b.	5,00	40,00	40,00		Grammi	00,00	85.00 q:c.	2	40.00	5,00	40,00		Grammi	140,00	q.b.	q.b.	5,00	5,00	50,00	80,00		Grammi	140,00	50,00	q.b.	5,00	5,00	80,00
0,00	0,00	9	0,00	20,44	31,64	disponibili	Glicidi	43,52	0,00	0,00	11,88	31,64	disponibili	Glicidi	01,30	54 05	000	20.32	0,00	31,64	disponibili	Glicidi	41,69	0,00	0,00	0,00	0,00	39,55	2,14	disponibili	Glicidi	41,69	39,55	0,00	0,00	0,00	2,14
0,00	0,00	3	4,99	0,40	0,56		Lipidi	6,75	0,00	4,99	1,20	0,56		Lipidi	0,30	6.35	0.00	0.80	4,99	0,56		Lipidi	7,32	0,00	0,00	4,99	1,40	0,70	0,22		Lipidi	7,32	0,70	0,00	4,99	1,40	0,22
u,w	0,00	000	0,00	9,08	4,36		Proteine	12,88	0,00	0,00	8,52	4,36		Proteine	13,00	43 80	000	9.44	0,00	4,36		Proteine	8,52	0,00	0,00	0,00	1,67	5,45	1,40		Proteine	8,52	5,45	0,00	0,00	1,67	1,40
0,00	0,00	3	0,00	0,01	0,00		Sale	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		Sale	0,01	0,00	000	0.00	0,00	0,00		Sale	0,12	0,00	0,00	0,00	0,08	0,00	0,04		Sale	0,12	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04
												I for																					Dirigonia Marian	DOM.SSA MARIA BAAZIA FUHIE		?	DIPARTIMENTO di PREVENZIONE



ASL Bari Ambulatorio prevenzione nutrizione- sian area metropolitana DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BA

Lipidi Proteine Lipidi Proteine 1,25 6,70 0,77 5,32 3,90 3,74 0,10 0,24 1,40 1,57 4,99 0,00 12,42 17,68 Lipidi Proteine Lipidi Proteine Lipidi Proteine Lipidi Proteine 1,25 6,70 1,24 8,52 1,40 1,67 0,04 0,25 4,99 0,00 0,00 0,00 8,93 17,16 Lipidi Proteine iibili 2,52 8,36 1,00 0,00 0,00 0,00 8,53 13,72 Lipidi Proteine iibili 0,40 11,65 0,00 0,00 0,00 0,00			3		2			
no Grammi Olicidil Asponibili Lipidi Proteine 5 2- carne magra 50,00 31,10 1,25 6,70 3- carne magra 25,00 0,00 0,14 3,90 3,74 3- carne magra 5,00 0,00 0,90 1,49 1,67 40,00 4,00 0,00 0,00 0,00 0,00 2- carne magra 6rammi Glicidi Lipidi Proteine 3- carne magra 5,00 0,00 1,25 6,70 2- carne magra 6rammi Glicidi Lipidi Proteine 3- carne magra 5,00 0,00 1,25 6,70 2- carne magra 40,00 0,00 1,24 8,52 3- carne magra 5,00 0,00 1,24 8,52 40,00 0,00 1,24 8,52 2,00 0,00 1,24 8,52 2,00 0,00 0,00 1,67 3,00 1,24 8,52		83	3,00	52,08	5,95	13,44	0,07	
SO,000 SI,000 S	pasta integrale al forno	Gr	ammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
2-came magra 25,00 0,00 0,77 5,32 20,00 0,14 3,90 3,74 20,00 0,14 3,90 3,74 20,00 0,00 0,00 1,40 1,67 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 33,84 12,42 17,88 25,00 33,16 1,25 6,70 25,00 33,16 1,25 6,70 25,00 0,00 1,24 8,52 25,00 0,00 1,24 8,52 25,00 0,00 0,00 1,24 8,52 25,00 0,00 0,00 1,24 8,52 25,00 0,00 0,00 1,40 1,67 25,00 0,00 0,00 4,99 0,00 25,00 0,00 1,8,76 2,52 8,36 25,00 0,00 1,8,76 2,52 8,36 25,00 0,00 1,8,76 2,52 8,36 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 25,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	Pasta integrale	50	,00	33,10	1,25	6,70	0,16	
20,00 0,14 3,90 3,74 20,00 0,00 0,14 3,90 3,74 20,00 0,00 0,00 1,40 0,10 0,24 5,00 0,00 0,00 4,99 0,00 125,00 33,84 12,42 17,68 Grammi Glicidi Lipidi Proteine	Bovino adulto o vitellone - carne magra	25	,00	0,00	0,77	5,32	0,06	
Dola 20,00 0,60 0,10 0,24 5,00 0,00 1,49 1,67 5,00 0,00 4,99 0,00 4b. 0,00 0,00 0,00 0,00 4b. 0,00 0,00 0,00 0,00 4b. 0,00 33,84 12,42 17,68 50,00 33,10 1,25 6,70 40,00 33,10 1,25 6,70 40,00 0,00 0,00 1,49 1,67 20,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 40,00 0,00 0,00 0,00 0,00 1,74 0,25 5,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 40,00 33,70 8,93 17,16 6rammi disponibili Lipidi Proteine 40,00 18,76 2,52 8,36 40,00 18,76 2,52 8,36 40,00 18,50 4,99 0,00 9,00 0,00 0,00 0,00 5,36 9,00 0,00 45,24 8,51 13,72 10 0,00 0,00 0,00 0,	Mozzarella di vacca	20	,00	0,14	3,90	3,74	0,10	
S,00	Pomodori - pelati in scatola	20	,00	0,60	0,10	0,24	0,00	
\$ 0,00 0,00 4,99 0,00 4,99 0,00 4,59 0,00 4,59 0,00 4,59 0,00 4,59 0,00 4,59 0,00 4,59 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0	Parmigiano grattugiato	5,0	8	0,00	1,40	1,67	0,08	
Ab. 0,00 0,00 0,00 12,68 12,60 33,84 12,42 17,68 125,00 33,84 12,42 17,68 125,00 33,84 12,42 17,68 125,00 33,84 12,42 17,68 125,00 12,41 12,52 12,50 12,50 12,40 1,57 12,50 12,50 12,40 1,57 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 12,50 13,76	Olio di oliva extravergine	5,0	8	0,00	4,99	0,00	0,00	
	Aromi di stagione q.b.	rb	0.	0,00	0,00	0,00	0,00	
blognese Grammi Glicidi Lipidi Proteine 40,00 50,00 33,10 1,25 6,70 40,00 0,00 1,24 8,52 5,00 0,50 0,00 1,40 1,67 20,00 0,50 0,00 0,04 0,25 40,00 33,70 8,93 17,16 6rammi Glicidi Lipidi Proteine 40,00 18,76 2,52 8,36 40,00 26,48 1,00 5,36 9 5,00 0,00 4,99 0,00 9 65,00 18,76 2,52 8,36 40,00 26,48 1,00 5,36 9 0,00 0,00 0,00 0,00 9 0,00 0,00 0,00 0,00 10 25,26 0,00 0,00 0,00 10 25,26 0,00 0,00 0,00 10 25,26 0,00 <t< td=""><td></td><td></td><td>25,00</td><td>33,84</td><td>12,42</td><td>17,68</td><td>0,40</td><td></td></t<>			25,00	33,84	12,42	17,68	0,40	
Carme magira So,00 So,00 1,25 6,70	pasta integrale alla bolognese	Gr	ammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
30,00 33,10 1,25 6,70 40,00 0,00 1,24 8,52 40,00 0,00 0,00 1,24 8,52 5,00 0,00 0,00 0,00 1,40 1,67 20,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,				disponibili				
## Carme magna	Pasta integrale	50	,00	33,10	1,25	6,70	0,16	
5,00 0,00 1,40 1,57 20,00 0,60 0,00 4,99 0,00 q.b. 0,00 0,00 0,00 0,00 120,00 33,70 8,93 17,16 Grammi Gilcidi Lipidi Proteine disponibili 40,00 25,48 1,00 5,36 5,00 0,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Gilcidi Lipidi Proteine disponibili Grammi Gilcidi Lipidi Proteine disponibili 6 Grammi Gilcidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,00 0,00 0,00 45,24 8,51 13,72	Bovino adulto o vitellone - carne magra	46	,00	0,00	1,24	8,52	0,09	
20,00 0,60 0,04 0,26 5,00 0,00 4,99 0,00 q.b. 0,00 0,00 0,00 0,00 120,00 33,70 8,93 17,16 Grammi Gilcidi Lipidi Proteine 40,00 18,76 2,52 8,36 40,00 25,48 1,00 5,36 5,00 0,00 4,99 0,00 q.b. 0,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Gilcidi Lipidi Proteine Grammi Gilcidi Lipidi Proteine Grammi Gilcidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,40 11,65	Parmigiano grattugiato	5,0	8	0,00	1,40	1,67	0,08	
\$ 5,00 0,00 4,99 0,00 q.b. 0,00 0,00 0,00 0,00 120,00 33,70 8,93 17,16 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 1,00 5,36 40,00 18,76 2,52 8,36 40,00 25,48 1,00 5,36 5,00 0,00 4,99 0,00 q.b. 0,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 1,00 5,76 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 1,65 50,00 0,00 0,00 0,00 0,00	Pomodori - passata	20	,00	0,60	0,04	0,26	0,08	
q.b. 0,00 0,00 0,00 120,00 33,70 8,93 17,16 Grammi Glicidi Lipidi Proteine 40,00 18,76 2,52 8,36 40,00 26,48 1,00 5,36 5,00 0,00 4,99 0,00 qb. 0,00 0,00 0,00 85,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili J,00 0,40 11,65 50,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00	Olio di oliva extravergine	5,1	8	0,00	4,99	0,00	0,00	
### ### ##############################	Aromi di stagione	-Q-		0,00	0,00	0,00	0,00	
Grammi Gilcidi Lipidi Proteine		1	20,00	33,70	8,93	17,16	0,41	
A0,00 18,76 2,52 8,36	pasta integrale e ceci	Gr	ammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
40,00 26,48 1,00 5,36 5,00 0,00 4,99 0,00 q.b. 0,00 0,00 0,00 85,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,40 11,65 q.b. 0,00 0,00 0,00	Caci	45	00,	18,76	2,52	8,36	0,01	
5,00 0,00 4,99 0,00 q,b. 0,00 0,00 0,00 85,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,40 11,65 q,b. 0,00 0,00 0,00	Pasta integrale	40	00,	26,48	1,00	5,36	0,13	
q.b. 0,00 0,00 0,00 85,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,40 11,65 q.b. 0,00 0,00 0,00 0,00	Olio di oliva extravergine	5,1	8	0,00	4,99	0,00	0,00	
85,00 45,24 8,51 13,72 Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,40 11,55 0,00 0,00 0,00 0,00	Aromi di stagione q.b.	Q.	Ď.	0,00	0,00	0,00	0,00	
Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili 50,00 0,00 0,40 11,65 q.b. 0,00 0,00 0,00 0,00		8:	5,00	45,24	8,51	13,72	0,14	
petto 50,00 0,00 0,40 11,65 q.b. 0,00 0,00 0,00	petto di pollo al limone	19	ammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
q.b. 0,00 0,00 0,00	Pollo - petto	50	00,00	0,00	0,40	11,65	0,04	
	Limoni	t)	Ď.	0,00	0,00	0,00	0,00	

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE Dott.ssa MARVA GEDAZIA FORTE Director North DIPARTIMENTO di PREVENZIONE Olio di oliva extravergine

5,00

0,00

4,99 5,39

0,00

0,00



moths all malls manages at forms		A11		100 miles - 1777		
betto at botto bando di tottio	Grammi	disponibili	Lipidi	Proteine	Sale	
Pollo - petto	50,00	0,00	0,40	11,65	0,04	
Pangrattato	10,00	7,78	0,21	1,01	0,10	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Aromi di stagione q.b.	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
	65,00	7,78	5,60	12,66	0,14	
polpette di tacchino	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
	27 104	disponibili				
Tacchino - fesa	40,00	0,00	0,48	9,60	0,05	
Pangrattato	10,00	7,78	0,21	1,01	0,10	
Uovo di gallina	5,00	10,0	0,44	0,62	0,02	DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	SERVIZIO IGIENE ALIMENTO NITTOZIONE
Parmigiano grattugiato	3,00	0,00	0,84	1,00	0,05	_
	63,00	7,79	6,96	12,24	0,21	X
primo sale	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Formaggi freschi a basso tenore calorico	40,00	1,17	4,13	4,57	0,14	
	40,00	1,17	4,13	4,57	0,14	
ricotta di vacca	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili	0			
Ricotta di vacca	40,00	1,40	4,36	3,52	0,08	
	40,00	1,40	4,36	3,52	0,08	
riso in brodo vegetale	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Brodo Vegetale	80,00	2,40	0,08	0,00	0,72	
Riso basmati	30,00	23,12	0,27	2,55	0,00	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Parmigiano grattugiato	3,00	0,00	0,84	1,00	0,05	
	118,00	25,52	6,19	3,56	0,77	
risotto alla crema di zucca	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
Zirora gialla	8	disponibili	3	3	3	
Brodo Vegetale	g.b.	0.00	0.00	0.00	0.00	
			-	-	2700	



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

		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Zucca gialla	Pangrattato		zucca gratinata			Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Tacchino - fesa		straccetti di tacchino al forno		Spinaci	Aromi di stagione q.b.	Pangrattato	Parmigiano grattugiato	Olio di oliva extravergine		spinaci gratinati			Limoni	Olio di oliva extravergine	Spinaci		spinaci all' olio e limone		Aromi di stagione q.b.	Riso	Parmigiano grattugiato	Olio di oliva extravergine
INITISOS*	115,00	q.b.	5,00	100,00	10,00		Grammi	1	55,00	q.b.	5,00	50,00		Grammi	120,00	100,00	q.b.	10,00	5,00	5,00		Grammi	100 mg	106.00	3,00	3,00	100,00		Grammi	140,00	q.b.	50,00	5,00	5,00
*SOSTITUIRE LA ZUCCA CON LE CAROTE A MARZO.	11,28	0,00	0,00	3,50	7,78	disponibili	Glicidi		0,00	0,00	0,00	0,00	disponibili	Glicidi	10,68	2,90	0,00	7,78	0,00	0,00	disponibili	Glicidi		2.97	0,07	0,00	2,90	disponibili	Glicidi	42,65	0,00	39,85	0,00	0,00
ON LE CAROTE	5,30	0,00	4,99	0,10	0,21	"	Lipidi		5,59	0,00	4,99	0,60	1	Lipidi	7,31	0,70	0,00	0,21	1,40	4,99	1	Lipidi		3.70	0,00	3,00	0,70		Lipidi	6,91	0,00	0,43	1,40	4,99
A MARZO.	2,11	0,00	0,00	1,10	1,01		Proteine		12,00	0,00	0,00	12,00		Proteine	6,09	3,40	0,00	1,01	1,67	0,00		Proteine	10000	3.42	0,02	0,00	3,40		Proteine	6,15	0,00	3,60	1,67	0,00
	0,10	0,00	0,00	0,00	0,10		Sale		0,07	0,00	0,00	0,06		Sale	0,43	0,25	0,00	0,10	0,08	0,00		Sale		0.25	0,00	0,00	0,25		Sale	0,09	0,00	0,01	0,08	0,00
DIPARTIMENTO DI PHEVENZIONE																																		

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NOTRIZIONE
Dott. SSA MARIADA PAZA FORTE
Diriguate apoleo



CONTROLLI QUANTITATIVI

	Apporti Raccomandati
1	Energia (kcal) relativa al 35% dell'energia giornaliera
2	Proteine (g) corrispondenti al 10-15% dell'energia del pasto
ω	Rapporto tra proteine animali e vegetali
4	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto
5	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto di cui saturi
O	Carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto
7	Carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto di cui zuccheri sempli
8	Ferro (mg)
9	Calcio (mg)
10	Fibra (g)

ĺ				
1	Energia (kcal) relativa al 35% dell'energia giornaliera	era	440,00	640,00
2	Proteine (g) corrispondenti al 10-15% dell'energia del pasto	del pasto	11,00	24,00
ω	Rapporto tra proteine animali e vegetali		0,66	0,99
4	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto	asto	15,00	21,00
5	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto di cui saturi	asto di cui saturi	5,00	7,00
6	Carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto	gia del pasto	60,00	95,00
7	Carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto di cui zuccheri sempli	gia del pasto di cui zuccheri sempli	11,00	24,00
8	Ferro (mg)		5,00	7,50
9	Calcio (mg)		280,00	420,00
10	Fibra (g)		5,00	7,50
CON	CONTROLLI QUALITATIVI			
	Alimento/Gruppi di Alimenti	Frequenze di Consumo		
	Cami	1-2 volte a settimana		
2	Cereali(pasta,riso,orzo,ecc.)	Una porzione tutti i giorni		
ω	Formaggi	Una porzione tutti i giorni		
4	Frutta	Una porzione tutti i giorni		
(J	Legumi	1-2 volte 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		
11	Uova	1 volta a settimana		
12	Vegetali	Una porzione tutti i giorni		DIPA

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ADMIENTI E NUTTI IZIONE DOIL SSA MARIA FORTE