

### Sc. Primaria Menu primavera estate COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

Peor 6087611026 OF 22/03/2024

		4		sett.2					sett.1	Pranzo
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	fagiolini in umido	scamorza fresca	pasta e lenticchie	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	carote prezzemolate	ricotta di vacca	riso e piselli	LUNEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata di pomodori	orata al forno	pasta con fagiolini	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata di pomodori	polpette di macinato misto	pasta con crema di zucchine	MARTEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	melanzane a tocchetti	pollo arrosto	insalata di riso	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	fagiolini in umido	frittata di verdure miste al forno	pasta al pomodoro	MERCOLEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	zucchine gratinate		pasta integrale alla bolognese	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata mista	merluzzo panato	pasta integrale con melanzane	GIOVEDI
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata mista	schiacciata di verdure miste	pasta con crema di carote	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucchine gratinate		lasagna al forno	VENERDI

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALMENTI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Diriggitta MARIA



				sett.4					sett.3
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	melanzane a tocchetti	orata al limone	pasta integrale con crema di piselli	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	carote prezzemolate	primo sale	farro e ceci
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata mista		pasta alla crudaiola con primosale	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	insalata mista	merluzzo panato	pasta con crema di peperoni
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata di pomodori	petto di pollo panato al forno	orzo con verdure	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	verdure miste	hamburger	pasta integrale al pomodoro
frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	carote prezzemolate	frittata al forno con zucchine	focaccia barese con patata	frutta fresca di stagione	pane di tipo 0	insalata di pomodori	torta di verdure	riso con crema di zucchine
frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucchine gratinate	polpette di vitellone	riso al pomodoro	frutta fresca di stagione	pane di tipo integrale	zucchine gratinate		pasta al forno con polpette

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ADMENTIVE NUTRIZIONE DOTI. SSA MARIN GRAZIA FORTE



### Sc. Primaria Menu primavera estate COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

				sett.2					sett.1	Pranzo
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	fagiolini in umido 155g	scamorza fresca 50g	pasta e lenticchie 85g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	carote prezzemolate 155g	ricotta di vacca 50g	riso e piselli 105g	LUNEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 60g	insalata di pomodori 105g	orata al forno 85g	pasta con fagiolini 170g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 60g	insalata di pomodori 105g	polpette di macinato misto 73g	pasta con crema di zucchine 170g	MARTEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	melanzane a tocchetti 185g	pollo arrosto 85g	insalata di riso 205g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	fagiolini in umido 155g	frittata di verdure miste al forno 168g	pasta al pomodoro 100g	MERCOLEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	zucchine gratinate 172g		pasta integrale alla bolognese 160g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo 0 50g	insalata mista 45g	merluzzo panato 95g	pasta integrale con melanzane 200g	GIOVEDI
frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 60g	insalata mista 45g	schiacciata di verdure miste 185g	pasta con crema di carote 170g	frutta fresca di stagione 150g	pane di tipo integrale 60g	zucchine gratinate 172g		lasagna al forno 155g	VENERDI

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA GIPAXIA FORTE Diriggo Nedia



frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	
pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	
zucchine gratinate 172g	carote prezzemolate 155g	insalata di pomodori 105g	insalata mista 45g	melanzane a tocchetti 185g	
polpette di vitellone 739	frittata al forno con zucchine 175g	petto di pollo panato al forno 80g		orata al limone 85g	
riso al pomodoro 100g	focaccia barese con patata 133g	orzo con verdure 165g	pasta alla crudaiola con primosale 165g	pasta integrale con crema di piselli 110g	sett.4
frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	frutta fresca di stagione 150g	
pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo 0 50g	pane di tipo integrale 60g	pane di tipo 0 50g	
zucchine gratinate 172g	insalata di pomodori 105g	verdure miste 155g	insalata mista 45g	carote prezzemolate 155g	
	torta di verdure 180g	hamburger 50g	merluzzo panato 95g	primo sale 50g	
2			195g		
pasta al forno con polpette 1859	riso con crema di zucchine 176g	pasta integrale al pomodoro 100g	pasta con crema di peperoni	farro e ceci 85q	sett.3

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARIA GERAZIA FORTE
Dirigente Vievico



### Sc. Primaria Menu primavera estate COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

Glicidi disponibil 120g Glicidi disponibil 106g Lipidi 18g Lipidi 23g Proteine 27g Proteine 30g Sale 1g Sale 1g  Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Lipidi 24g Lipidi 21g Proteine 34g Proteine 33g Sale 1g Sale 1g	Glicidi disponibil 120g Glicidi disponibil 106g Glicidi disponibil Lipidi 23g Lipidi 23g Lipidi 23g Lipidi 23g Lipidi 23g Proteine 30g Proteine 31g Sale 1g Sale 1g Sale  Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil Lipidi 24g Lipidi 21g Lipidi 21g Proteine 34g Proteine 33g Proteine 31g Sale 1g Sale 1g Sale	Pranzo	רטו	LUNEDI	MAR	MARTEDI	MERCOLEDI	OLEDI	GIO	GIOVEDI		VENERDI
Proteine 27g Proteine 30g Proteine Sale 1g Sale 1g Sale  Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil 10pidi 24g Lipidi 21g Lipidi 21g Proteine 34g Proteine 33g Proteine 3ale 1g Sale 1g Sale	Proteine 27g Proteine 30g Proteine Sale 1g Sale 1g Sale  Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil Lipidi 24g Lipidi 21g Lipidi 21g Proteine 34g Proteine 33g Proteine 3ale 1g Sale 1g Sale	1	Glicidi disponibil Lipidi	120g 18g	Glicidi disponibil Lipidi	106g 23g	Glicidi disponibil	101g 28q	Glicidi	Glicidi disponibil Lipidi	i disponibil 98g 19g	disponibil
Sale 1g Sale 1g Sale  Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Lipidi 21g Lipidi 21g Lipidi 21g Lipidi 33g Proteine 33g Proteine 31g Sale 1g Sale Sale	Sale 1g Sale 1g Sale  Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Lipidi 21g Lipidi 21g Lipidi 33g Proteine 33g Proteine 1g Sale 1g Sale 1g Sale		Proteine	279	Proteine	30g	Proteine	279	Pro	Proteine	TO TO	ne 31g
Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil Lipidi 24g Lipidi 21g Lipidi 21g Lipidi Sale 1g Sale 1g Sale 1g Sale Sale	Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil Lipidi 24g Lipidi 21g Lipidi 21g Lipidi Sale 1g Sale 1g Sale 1g Sale		Sale	19	Sale	19	Sale	19	S	Sale	ale 1g	
Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil 100g Lipidi 24g Lipidi 21g Lipidi Proteine 34g Proteine 33g Proteine 33g Sale 1g Sale 1g Sale	Glicidi disponibil 102g Glicidi disponibil 100g Glicidi disponibil Lipidi 24g Lipidi 21g Lipidi Proteine 34g Proteine 33g Proteine 33g Sale 1g Sale 1g Sale											
ine 34g Lipidi 21g Lipidi ine 34g Proteine 33g Proteine 1g Sale 1g Sale	ine 34g Lipidi 21g Lipidi ine 34g Proteine 33g Proteine 1g Sale 1g Sale	ett.2	Glicidi disponibil	102g		1009	Glicidi disponibil	1119		Glicidi disponibil	Glicidi disponibil 97g	
ine 34g Proteine 33g Proteine 19 Sale 19 Sale	ine 34g Proteine 33g Proteine 1g Sale 1g Sale		Lipidi	249	Lipidi	219	Lipidi	229		Lipidi	Lipidi 17g	
1g Sale 1g Sale	1g Sale 1g Sale		Proteine	34g	Proteine	33g		33g		Proteine		
			Sale	19	Sale	19		19		Sale	Sale 19	

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTA NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE Dirice de Marica



sett.4	sett.3
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Lipidi Proteine Sale
82g 21g 32g 19	1059 1199 279 119
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Lipidi Proteine Sale
94g 17g 20g 1g	108g 18g 28g 1g
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Gicidi disponibil Lipidi Proteine Sale
98g 18g 29g 19	939 179 279 19
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale
115g 23g 27g 1g	1079 269 269 19
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Glical disponibil Lipidi Proteine Sale
109g 24g 31g 2g	1149 1189 349 29

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DOTT. SSA MARINA GRAZINI FORTE
DITENTA MARINA

idina 6 di 21



### Sc. Primaria Menu primavera estate COMUNE DI TRIGGIANO 2023/24

			sett.2	sett.1	Totale
Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	ביי
19	349	249	1029	120g 18g 27g 1g	LUNEDI
Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	MA
19	33g	21g	1009	106g 23g 30g 1g	MARTEDI
Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	MER
19	33g	22g	111g	101g 28g 27g 1g	MERCOLEDI
Sa le	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	GIO
19	33g	17g	979	98g 19g 31g	GIOVEDI
Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi disponibil 117g	Glicidi disponibil 104g Lipidi 22g Proteine 31g Sale 1g	VEN
29	28g	26g	117g	104g 22g 31g	VENERDI

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALMENTE NUZRIZIONE DOtt. SSA MARIA GRAZIA FORTE



sett.4	sett.3
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale
82g 21g 32g 1g	105g 19g 27g 1g
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Glicid disponibil Lipidi Proteine Sale
94g 17g 20g 1g	108g 18g 28g 1g
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale
98g 18g 29g 1g	939 179 279 19
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Giciai disponibil Lipidi Proteine Sale
115g 23g 27g 1g	10/9 26g 1g
Glicidi disponibil Lipidi Proteine Sale	Sale 2g
1 109g 24g 31g 2g	114g 18g 34g 2g

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE DOTI: SSA MARIJA GIRAZIA FORTE DINCONTRA MENTINA



### Somma settimanale delle componenti bromatologiche

	Settimana		Settimana		Settimana		Settimana
	4		ω		2		H
2.770,00	Grammi	2.768,00	Grammi	2.877,00	Grammi	2.768,00	Grammi
499,00	Glicidi disponibili	526,53	Glicidi disponibili	526,81	Glicidi disponibili		Glicidi disponibili
102,14	Lipidi	98,21	Lipidi	109,82	Lipidi	110,44	Lipidi
139,38	Proteine	142,50	Proteine	160,18	Proteine	146,51	Proteine
5,23	Sale	5,61	Sale	5,30	Sale	5,69	Sale

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirio Prevenzione



#### Composizione Ricette

carote prezzemolate	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Carote	150,00	11,40	0,30	1,65	0,36	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Aromi di stagione	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
	155,00	11,40	5,29	1,65	0,36	
					. 0	
fagiolini in umido	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Fagiolini	150,00	3,60	0,15	3,15	0,01	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
	155,00	3,60	5,14	3,15	0,01	
farro e ceci	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Farro o Spelta	40,00	26,84	1,00	6,04	0,02	
Ceci	40,00	18,76	2,52	8,36	0,01	
Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Aromi di stagione	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
	85,00	45,60	8,51	14,40	0,02	
focaccia barese con patata	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili	. 2			
Frumento tenero	70,00	45,64	1,82	8,61	0,00	
Patate	30,00	5,37	0,30	0,63	0,01	
Pornodori	30,00	1,05	0,06	0,30	0,00	
Olio di oliva extravergine	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	
	133,00	52,06	5,18	9,54	0,01	
		2				
frittata al forno con zucchine	Grammi	Glicidi	Lipidi	Proteine	Sale	
		disponibili				
Zucchine	100,00	1,40	0,10	1,30	0,05	
Uovo di gallina	60,00	0,12	5,22	7,44	0,21	
Parmigiano grattugiato	5,00	0,00	1,40	1,67	0,08	
					LIFE	

Pangrattato

Olio di oliva extravergine

5,00 5,00 **175,00** 

3,89 0,00 **5,41** 

0,10 4,99 11,82

0,50 0,00 **10,92** 

0,05

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

Diriger te Men



Frittata

			T (K	disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	insalata mista
Diriaept Vertion	0,18	11,61	6,02	59,75	205,00	
Dott.ssa MARIA)3AAIA FORTE	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
NEW Y	0,03	6,51	0,60	14,46	30,00	Piselli
DIPARTIMENTO di PREVENZIONE	0,03	0,44	0,16	1,04	40,00	Melanzane
	0,09	0,44	0,08	3,04	40,00	Carote
	0,02	0,52	0,04	0,56	40,00	Zucchine
	0,01	3,70	0,15	40,65	50,00	Riso
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	insalata di riso
						¥.
	0,01	1,20	5,19	2,80	105,00	
	0,00	0,00	0,00	0,00	q.b.	Origano
	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
	0,01	1,20	0,20	2,80	100,00	Pomodori
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	insalata di pomodori
-						
	0,07	10,15	2,85	0,00	50,00	
	0,07	10,15	2,85	0,00	50,00	Hamburger
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	hamburger
	0,01	1,02	0,25	14,37	150,00	
	0,01	1,02	0,25	14,37	150,00	Frutta fresca
			4	disponibili		
	Sale	Proteine	I inidi	Glicidi	Grammi	frutta fresca di stagione
	0,28	10,52	15,44	3,08	768,00	
	0,00	0,00	0,00	0,00	q.b.	Aromi di stagione
	0,05	1,00	0,84	0,00	3,00	Parmigiano grattugiato
	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
	0,18	7,77	9,34	0,41	60,00	Uova
	0,05	1,75	0,27	2,67	100,00	Verdure
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	frittata di verdure miste al forno



Orata filetti	orata al limone			Aromi di stagione q.b.	Olio di oliva extravergine	Orața nietti		orata al forno		Olo di oliva expavergine	Pangrattato	Merluzzo o nasello fresco		merluzzo panato			Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Melanzane		melanzane a tocchetti		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Mozzarella di vacca	Pomodori - passata	Pasta all'uovo - secca	Parmigiano grattugiato	Bovino adulto o vitellone - carne magra		lasagna al forno		Cito di Civa extravergine	Olio di oliva extraversine
90.00	Grammi		85,00	q.b.	5,00	80,00		Grammi	95,00	5,00	10,00	80,00		Grammi	*sostituire le	185,00	5,00	30,00	150,00		Grammi	155,00	q.b.	5,00	25,00	30,00	60,00	5,00	30,00		Grammi	45,00	5,00	5,00
nanodsip	Glicidi		0,80	0,00	0,00	0,80	disponibili	Glicidi	7,78	0,00	7,78	0,00	disponibili	Glicidi	e melanzane con	4,80	0,00	0,90	3,90	disponibili	Glicidi	47,82	0,00	0,00	0,17	0,90	46,74	0,00	0,00	disponibili	Glicidi	0,92	00,00	0.00
200	Lipidi		8,03	0,00	4,99	3,04		Lipidi	5,44	4,99	0,21	0,24		Lipidi	I CAVOLO VER	5,65	4,99	0,06	0,60		Lipidi	13,70	0,00	4,99	4,88	0,06	1,44	1,40	0,93		Lipidi	5,11	4,99	0,12
16.56	Proteine	32	16,56	0,00	0,00	16,56		Proteine	14,61	0,00	1,01	13,60		Proteine	*sostituire le melanzane con il CAVOLO VERZA nel mese di aprile	2,04	0,00	0,39	1,65		Proteine	20,93	0,00	0,00	4,68	0,39	7,80	1,67	6,39		Proteine	0,40	0,00	0.00
0	Sale		0,14	0,00	0,00	0,14		Sale	0,25	00,0	0,10	0,15		Sale	prile	0,22	0,00	0,12	0,10		Sale	0,41	0,00	0,00	0,13	0,12	0,03	0,08	0,07		Sale	0,01	0,00	0,01
																							DOM SSA WATER BARA FOR IT	OCH COLORIGIENE MEINENI E NOTRIZIONE	CEDVIZIO IGIENE VI INCELLI E MILITARIONE	DIPARTIMENTO A PREVENZIONE								



	0,01	6,54	0,84	47,46	60,00	Pasta di semola
	0,08	1,67	1,40	0,00	5,00	Parmigiano grattugiato
-1	Sale	Froteine	Libiai	disponibili	Grammi	pasta ai politotoro
	2			Citati		nacta al nomodono
	0,55	23,76	10,54	57,54	785,00	
	0,00	0,00	0,00	0,00	q.b.	Aromi di stagione
	0,04	6,16	1,04	44,95	60,00	Pasta
	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
	0,03	1,24	0,87	0,02	10,00	Uovo di gallina
	0,12	0,39	0,06	0,90	30,00	Pomodori - passata
	0,15	1,51	0,31	11,67	15,00	Pangrattato
	0,08	1,67	1,40	0,00	5,00	Parmigiano grattugiato
	0,13	12,78	1,86	0,00	60,00	Bovino adulto o vitellone - carne magra
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	pasta al forno con polpette
	0,80	4,50	0,78	32,28	60,00	
	0,80	4,50	0,78	32,28	60,00	Pane integrale
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	pane di tipo integrale
	0,37	4,05	0,25	31,75	50,00	
	0,37	4,05	0,25	31,75	50,00	Pane di tipo 0
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	pane di tipo 0
	0,08	7,15	6,46	37,47	165,00	
	0,00	0,00	0,00	0,00	q.b.	Aromi di stagione
	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
	0,03	5,40	1,20	34,80	60,00	Orzo mondo
	0,05	1,75	0,27	2,67	100,00	Verdure
				disponibili		
	Sale	Proteine	Lipidi	Glicidi	Grammi	orzo con verdure
	The state of the s					
	0,14	16,56	8.03	0.80	85.00	
Dividon Modibo	0,00	0,00	0,00	0,00	q.b.	Aromi di stagione q.b.
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE	0,00	0,00	0,00	0,00	q.b.	Limoni
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI È NUTRIZIONE	0,00	0,00	4,99	0,00	5,00	Olio di oliva extravergine
DIPARTIMENTO di PREVENZIONE						



Olio di oliva extravergine Pomodori - passata

Aromi di stagione

q.b. 100,00

> 0,00 0,90

0,06 4,99 0,00 7,30

0,39 0,00 8,60

0,12 0,00 0,00 **0,20** 

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

Dott.ssa MARIA BRAZNAFORTE

Diriginate Mecido

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

5,00

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

	Parmigiano grattugiato	Olio di oliva extravergine	Pasta di semola	Zucchine		pasta con crema di zucchine		Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Pasta di semola	Peperoni		pasta con crema di peperoni		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Carote	Pasta di semola	Parmigiano grattugiato		pasta con crema di carote		Olio di oliva extravergine	Formaggi freschi a basso tenore calorico	Pomodori - maturi	Pasta di semola		pasta alla crudalola con primosale
170,00	5,00	5,00	60,00	100,000		Grammi	195,00	5,00	30,00	60,00	100,00		Grammi	170,00	q.b.	5,00	100,000	60,00	5,00		Grammi	165,00	5,00	50,00	50,00	60,00	Selection of the select	Grammi
48,86	0,00	0,00	47,46	1,40	disponibili	Glicidi	52,56	0,00	0,90	47,46	4,20	disponibili	Glicidi	55,06	0,00	0,00	7,60	47,46	0,00	disponibili	Glicidi	46,84	0,00	1,47	1,75	43,62	disponibili	Glicidi
7,34	1,40	4,99	0,84	0,10		Lipidi	6,19	4,99	0,06	0,84	0,30		Lipidi	7,44	0,00	4,99	0,20	0,84	1,40		Lipidi	10,98	4,99	5,16	0,10	0,72		Lipidi
9,51	1,67	0,00	6,54	1,30		Proteine	7,83	0,00	0,39	6,54	0,90		Proteine	9,31	0,00	0,00	1,10	6,54	1,67		Proteine	14,31	0,00	5,71	0,50	8,10	23 E. C.	Proteine
0,14	0,08	0,00	0,01	0,05		Sale	0,13	0,00	0,12	0,01	0,00		Sale	0,32	0,00	0,00	0,24	0,01	0,08		Sale	0,19	0,00	0,17	0,01	0,01		Sale



Cipolla	Olio di oliva extravergine	Piselli freschi		pasta integrale con crema di piselli		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Parmigiano grattugiato	Bovino adulto o vitellone - came magra	Pasta integrale		pasta integrale alla bolognese		Olio di oliva extravergine	Parmigiano grattugiato	Pomodori - pelati in scatola	Pasta integrale		pasta integrale al pomodoro		Aromi di stagione	Olio di oliva extravergine	Lenticchie	Pasta di semola		pasta e lenticchie		Aromi di stagione q.b.	Cacloricotta di capra	Olio di oliva extravergine	Pasta di semola	Fagiolini	pasta con fagiolini
5,00	5,00	60,00		Grammi	160,00	q.b.	5,00	30,00	5,00	60,00	60,00		Grammi	100,00	5,00	5,00	30,00	60,00		Grammi	85,00	q.b.	5,00	40,00	40,00		Grammi	170,00	q.b.	5,00	5,00	60,00	100,00	Grammi
0,28	0,00	3,90	disponibili	Glicidi	40,62	0,00	0,00	0,90	0,00	0,00	39,72	disponibili	Glicidi	40,62	0,00	0,00	0,90	39,72	disponibili	Glicidi	52,08	0,00	0,00	20,44	31,64	disponibili	Glicidi	49,88	0,00	0,03	0,00	47,46	2,40	Glicidi disponibili
0,00	4,99	0,36		Lipidi	9,82	0,00	4,99	0,06	1,40	1,86	1,50		Lipidi	8,05	4,99	1,40	0,15	1,50		Lipidi	5,95	0,00	4,99	0,40	0,56		Lipidi	6,65	0,00	0,71	4,99	0,84	0,10	Lipidi
0,05	0,00	3,30		Proteine	22,88	0,00	0,00	0,39	1,67	12,78	8,04		Proteine	10,07	0,00	1,67	0,36	8,04		Proteine	13,44	0,00	0,00	9,08	4,36		Proteine	9,23	0,00	0,60	0,00	6,54	2,10	Proteine
0,00	0,00	0,00		Sale	0,52	0,00	0,00	0,12	0,08	0,13	0,19		Sale	0,28	0,00	0,08	0,01	0,19		Sale	0,01	0,00	0,00	0,01	0,00		Sale	0,01	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	Sale
							DOM. SSA WANTE WITH AT TOTAL	777	DEDVIZO DIENE A INSALI E NITRIZIONE	DIDADTIMENTO A DREVENZIONE																								



Pasta integrale

40,00 110,00

26,48 **30,66** 

1,00 6,36

5,36 8,71

0,13 0,13

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

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE AIGMENTI E NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE Diragnit Medico

petto di pollo panato al forno         Grammi         Glicidi         Lipidi         Proteine         Sale           Pallo - petto         60,00         0,00         0,00         0,05         13,98         0,05           Pangratation         15,00         11,67         0,31         1,51         0,15           Ollo di oliva estravesiphe         5,00         0,00         0,00         0,00         0,00           Anorri di stoglore         60,00         11,67         0,79         15,49         0,20           pollo arrosto         60,00         0,00         0,00         0,00         0,00           pollo arrosto         60,00         0,00         5,99         0,00         0,00           Pollo - fiso serza pelle         5,00         0,00         5,99         0,00         0,00           Pollo di oliva         5,00         0,00         5,99         0,00         0,00           Pollo di oliva         5,00         0,00         5,99         0,00         0,00           Carre di Mable         5,00         0,00         2,61         4,63         0,14           Parmigiano grattugiato         5,00         0,00         2,61         4,05         0,14           Ollo	Pasta integrale con melanzane  Pasta integrale  Parmigiano grattugiato  Melanzane  Pomodori - passata  Olio di oliva extravergine  Aromi di stagione	60,00 5,00 100,00 30,00 5,00 q.b. 200,00	Grammi         Glicidi         Lipidi         Proteine           60,00         39,72         1,50         8,04           5,00         0,00         1,40         1,67           100,00         2,60         0,40         1,10           30,00         0,90         0,06         0,39           5,00         0,00         4,99         0,00           q.b.         0,00         0,00         0,00           q.b.         0,00         0,00         0,00           200,00         43,22         8,36         11,20           200,00         43,22         8,36         11,20	1,50 1,40 0,40 0,06 4,99 0,00 8,36 cavolo verza il	8,04 1,67 1,10 0,39 0,00 0,00 11,20 mese di aprile	\$ale 0,19 0,08 0,06 0,06 0,12 0,00 0,00	
60,00 0,00 0,48 13,98 15,00 11,67 0,31 1,51 5,00 0,00 4,99 0,00 4,b 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 80,00 11,67 5,79 15,49  Grammi Glicidi Lipidi Proteine 1 60,00 0,00 2,10 0,00 65,00 0,00 2,10 6,09 65,00 0,00 2,10 6,09 65,00 0,00 1,40 1,67 5,00 0,00 2,10 4,06 10,00 7,78 0,21 1,01 5,00 0,00 0,00 1,40 1,67 5,00 0,00 3,00 0,00 73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine 1 disponibili Lipidi Proteine 1 disponibili Lipidi Proteine 1	petto di pollo panato al forno	Grammi	Glicidi disponibili	Lipidi	Proteine	Sale	
15,00   11,67   0,31   1,51     5,00   0,00   0,00   4,99   0,00     4,0.   0,00   0,00   0,00   0,00     80,00   11,67   5,79   15,49     Grammi   Glicidi   Lipidi   Proteine   1,43	Pollo - petto	60,00	0,00	0,48	13,98	0,05	
ne 5,00 0,00 4,99 0,00   q.b. 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00   80,00 11,67 5,79 15,49    Grammi Glicidi Lipidi Proteine 5 disponibili    9 misto Grammi Glicidi Lipidi Proteine 1 disponibili    Grammi Glicidi Lipidi Proteine 1 disponibili    550 0,00 0,00 2,89 14,43   5,00 0,00 5,99 0,00   65,00 0,00 5,99 0,00   65,00 0,00 5,99 0,00   65,00 0,00 2,61   61,69   5,00 0,00 1,40 1,67   5,00 0,00 1,40 0,52   5,00 73,00 7,79 9,76 13,46   61sponibili Lipidi Proteine 1 disponibili Lipidi Lipidi Proteine 1 disponibili Lipidi Proteine 1	Pangrattato	15,00	11,67	0,31	1,51	0,15	
Grammi   Glicidi   Lipidi   Proteine   Sanon   73,00   7,79   15,49	Olio di oliva extravergine	5,00	0,00	4,99	0,00	0,00	
Grammi   Glicidi   Lipidi   Proteine   15,49	Aromi di stagione	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00	
Grammi   Glicidi   Lipidi   Proteine   Staponibili   Sta		80,00	11,67	5,79	15,49	0,20	
8 60,00 0,00 2,89 14,43 5,00 0,00 5,99 0,00 65,00 0,00 5,99 0,00 65,00 0,00 8,88 14,43 14,	pollo arrosto	Grammi	Glicidi disponibili	Lipidi	Proteine	Sale	
5,00 0,00 5,99 0,00  65,00 0,00 8,88 14,43  Grammi Glicidi Lipidi Proteine 1  20,00 0,00 2,10 6,09  20,00 0,00 2,11 4,06  10,00 7,78 0,21 1,01  5,00 0,01 1,40 1,67  5,00 0,00 3,00 0,00  3,00 0,00 3,00 0,00  73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine 1  disponibili	Pollo - fuso senza pelle	60,00	0,00	2,89	14,43	0,17	
b misto         Grammi         Glicidi         Lipidi         Proteine         4           559         30,00         0,00         2,10         6,09           20,00         0,00         2,51         4,06           10,00         7,78         0,21         1,01           5,00         0,01         1,40         1,67           5,00         0,01         0,44         0,62           3,00         0,00         3,00         0,00           73,00         7,79         9,76         13,46	Olio di oliva	5,00	0,00	5,99	0,00	0,00	
o misto         Grammi         Glicidi         Lipidi         Proteine         1           ssa         30,00         0,00         2,10         6,09           ssa         20,00         0,00         2,61         4,06           10,00         7,78         0,21         1,01           5,00         0,00         1,40         1,67           5,00         0,01         0,44         0,62           3,00         0,00         3,00         0,00           73,00         7,79         9,76         13,46		65,00	0,00	8,88	14,43	0,17	
30,00     0,00     2,10     6,09       20,00     0,00     2,61     4,06       10,00     7,78     0,21     1,01       5,00     0,00     1,40     1,67       5,00     0,01     0,44     0,62       3,00     0,00     3,00     0,00       73,00     7,79     9,76     13,46	polpette di macinato misto	Grammi	Glicidi disponibili	Lipidi	Proteine	Sale	
20,00 0,00 2,61 4,06 10,00 7,78 0,21 1,01 5,00 0,00 1,40 1,67 5,00 0,01 0,44 0,62 3,00 0,00 3,00 0,00 73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine	Vitello - came semigrassa	30,00	0,00	2,10	6,09	0,04	
10,00 7,78 0,21 1,01 5,00 0,00 1,40 1,67 5,00 0,01 0,44 0,62 3,00 0,00 3,00 0,00 73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine	Carne di Maiale	20,00	0,00	2,61	4,06	0,14	
5,00 0,00 1,40 1,67 5,00 0,01 0,44 0,62 3,00 0,00 3,00 0,00 73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine i	Pangrattato	10,00	7,78	0,21	1,01	0,10	
5,00 0,01 0,44 0,62 3,00 0,00 3,00 0,00 73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili	Parmigiano grattugiato	5,00	0,00	1,40	1,67	0,08	
3,00 0,00 3,00 0,00 73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili	Uovo di gallina	5,00	0,01	0,44	0,62	0,02	
73,00 7,79 9,76 13,46  Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili	Olio di oliva	3,00	0,00	3,00	0,00	0,00	
Grammi Glicidi Lipidi Proteine disponibili		73,00	7,79	9,76	13,46	0,37	
	polpette di vitellone	Grammi	Glicidi disponibili	Lipidi	Proteine	Sale	



Piselli Olio di oliva extravergine	riso e piselli		Cipolla	Olio di oliva extravergine	Parmigiano grattugiato	Zucchine	Riso basmati	riso con crema di zucchine		Aromi di stagione	Riso	Olio di oliva extravergine	Pomodori - passata	Parmigiano grattugiato		riso al pomodoro		Ricotta di vacca		ricotta di vacca		Formaggi freschi a basso tenore calorico		primo sale		Pangrattato	Parmigiano grattugiato	Olio di oliva extravergine	Uovo di gallina	Bovino adulto o vitellone - came magra
5,00	Grammi	176,00	5,00	6,00	5,00	100,00	60,00	Grammi	100,00	q.b.	60,00	5,00	30,00	5,00		Grammi	50,00	50,00		Grammi	50,00	50,00		Grammi	75,00	5,00	5,00	5,00	10,00	50,00
0,00	Glicidi disponibili	47,93	0,28	0,00	0,00	1,40	46,24	disponibili	48,72	0,00	47,82	0,00	0,90	0,00	disponibili	Glicidi	1,75	1,75	disponibili	Glicidi	1,47	1,47	disponibili	Glicidi	3,91	3,89	0,00	0,00	0,02	0,00
1,20 4,99	Lipidi	8,04	0,00	5,99	1,40	0,10	0,54	Lipidi	6,98	0,00	0,52	4,99	0,06	1,40		Lipidi	5,45	5,45		Lipidi	5,16	5,16		Lipidi	8,92	0,10	1,40	4,99	0,87	1,55
0,00	Proteine	8,13	0,05	0,00	1,67	1,30	5,11	Proteine	6,39	0,00	4,32	0,00	0,39	1,67		Proteine	4,40	4,40		Proteine	5,71	5,71		Proteine	14,07	0,50	1,67	0,00	1,24	10,65
0,06	Sale	0,13	0,00	0,00	0,08	0,05	0,00	Sale	0,21	0,00	0,01	0,00	0,12	0,08		Sale	0,10	0,10		Sale	0,17	0,17		Sale	0,27	0,05	0,08	0,00	0,03	0,11
				140														A									The state of the s	DOTT.SSA MARIN GHALINTOHIE	MENT	



Riso

Aromi di stagione

40,00 q.b. 105,00

0,00

0,35 0,00

2,88

0,00

15,90

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

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
Dott.ssa MARI) A GRAZZA FORTE
Directata Marica

	zucchine gratinate		Olio di oliva extravergine	Melanzane	Carote	Zucchine	verdure miste		Olio di oliva extravergine	Parmigiano grattugiato	Pangrattato	Uovo di gallina	Verdure		torta di verdure		Aromi di stagione	Parmigiano grattugiato	Olio di oliva extravergine	Pangrattato	Uovo di gallina	Verdure		schiacciata di verdure miste			Scamorza fresca	scamorza fresca
150,00	Grammi	155,00	5,00	50,00	50,00	50,00	Grammi	180,00	5,00	5,00	10,00	60,00	100,00		Grammi	185,00	q.b.	5,00	5,00	15,00	60,00	100,00		Grammi	Scamorza fresca	50,00	50,00	Grammi
2,10	Glicidi	5,80	0,00	1,30	3,80	0,70	disponibili	10,57	0,00	0,00	7,78	0,12	2,67	disponibili	Glicidi	14,46	0,00	0,00	0,00	11,67	0,12	2,67	disponibili	Glicidi	esca	0,50	0,50	Glicidi disponibili
0,15	Lipidi	5,34	4,99	0,20	0,10	0,05	Lipidi	12,10	4,99	1,40	0,21	5,22	0,27		Lipidi	12,20	0,00	1,40	4,99	0,31	5,22	0,27		Lipidi		12,80	12,80	Lipidi
1,95	Proteine	1,75	0,00	0,55	0,55	0,65	Proteine	11,88	0,00	1,67	1,01	7,44	1,75		Proteine	12,38	0,00	1,67	0,00	1,51	7,44	1,75		Proteine		12,50	12,50	Proteine
0,08	Sale	0,18	0,00	0,03	0,12	0,03	Sale	0,43	0,00	0,08	0,10	0,21	0,05		Sale	0,48	0,00	0,08	0,00	0,15	0,21	0,05		Sale		0,19	0,19	Sale

Prezzemolo

Olio di oliva extravergine

Pangrattato

Zurchine	172,00	2,00	5,00	5,00	10,00
	9,88	0,00	0,00	0,00	7,78
	6,77	0,01	4,99	1,40	0,21
	4,71	0,07	0,00	1,67	1,01
	0,26	0,00	0,00	0,08	0,10

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



### CONTROLLI QUANTITATIVI

/ Carboidra	6 Carboidra	4 Grassi (g) 5 Grassi (g)	<ol> <li>Proteine</li> <li>Rapporto</li> </ol>	1 Energia (
Carboidrati (g) corrispondenti al 55-60% dell'energia del pasto	The state of the s	Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto di cui saturi	Proteine (g) corrispondenti al 10-15% dell'energia del pasto Rapporto tra proteine animali e vegetali	Apporti Raccomandati Energia (kcal) relativa al 35% dell'energia giornaliera
13 00	75,00	18,00	13,00 0,66	Minimo 520,00
120,00	1,00	27,00	30,00	Massimo 810,00

### CONTROLLI QUALITATIVI

12 Vegetali	11 Uova	10 Salumi	9 Piatto Unico	8 Pesce	7 Patate	6 Pane	5 Legumi	4 Frutta	3 Formaggi	2 Cereali(pasta,riso,orzo,ecc.)	1 Carni	Alimento/Gruppi di Alimenti
Una porzione tutti i giorni	1 volta a settimana	2 volte al mese	1 volta a settimana	1-2 volte a settimana	0-1 volta a settimana	Una porzione tutti i giorni	1-2 volte a settimana	Una porzione tutti i giorni	Una porzione tutti i giorni	Una porzione tutti i giorni	1-2 volte a settimana	Frequenze di Consumo

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE Dott.ssa MARIA CHAZIA FORTE