

ASL NAPOLI 3 SUD  
Registro di Protocollo  
N. 0048898 del 08/03/2023 14:20  
Partenza



Al Responsabile Ufficio Scuola  
Dott.ssa Antonella Di Sivo  
Comune di Sant'Agello (NA)

SEDE

**Oggetto:** Refezione scolastica a.s. 2022/2023 – Tabelle dietetiche per Scuola dell'Infanzia (3-6 anni), Scuola Primaria (6-10 anni) e personale docente.

Con riferimento alla VS richiesta, pervenuta via pec e assunta al NS protocollo con n. 29915 del 10.02.2023, si inviano in allegato le tabelle dietetiche standard, unitamente a quelle per la malattia celiaca e la religione musulmana, con le modifiche che sono state accolte

Le suddette tabelle dietetiche sono state adeguate ai più recenti documenti di riferimento nazionali e regionali: “Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica” (D.M. del 28 ottobre pubblicato in GU Serie Generale n. 269 del 11.11.2021), “Linee di Indirizzo della Regione Campania per l’elaborazione dei menù degli asili nido” (approvate con D.D. Regione Campania n. 140 del 08.04.2021 – BURC n. 42 del 19 aprile 2021) e “Linee di Indirizzo della Regione Campania per la Sicurezza Alimentare e Sicurezza Nutrizionale nella ristorazione collettiva” (approvate con D.D. Regione Campania n. 260 del 09.07.2021 – BURC n. 71 del 19 luglio 2021).

Distinti saluti.

Il Direttore UOC SIAN  
Dott. Pierluigi Pecoraro

**TABELLE DIETETICHE**  
**Prima settimana**

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pasta e piselli</b>				
Pasta di semola	40	40	50	Pasta senza glutine
Piselli	50	60	100	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Frittata di uova</b>				
Uovo intero	50	50	50	
Parmigiano	2	2	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	5	
<b>Patate lesse o al forno</b>	80	80	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Martedì</b>				
<b>Riso con zucca</b>				
Riso parboiled	50	50	50	
Zucca	50	70	100	
Parmigiano	3	5	6	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Petto di tacchino impanato</b>	50	60	60	
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	Pan grattato senza glutine
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Carote in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Mercoledì</b>				
<b>Pasta e fagioli</b>				
Pasta di semola	30	40	50	Pasta senza glutine
Fagioli secchi	30	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Mozzarella</b>	40	60	80	
<b>Vellutata di zucca e patate</b>	70	100	120	
Zucca	50	70	80	
Patate	20	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	



**TABELLE DIETETICHE**  
**Prima settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Riso al pomodoro</b>				
Riso parboiled	60	60	70	
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Bastoncini di merluzzo impanato</b>	n. 2	n. 3	n. 3	Bastoncini senza glutine
<b>Spinaci al burro</b>	100	120	200	
Burro	5	7	10	
<b>Venerdì</b>				
<b>Pasta con crema di carciofi</b>				
Pasta di semola	50	50	50	Pasta senza glutine
Cuori di carciofi	50	70	100	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Polpette al pomodoro</b>	60	70	70	
Manzo magro	50	60	60	
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Pane	10	10	10	Pane senza glutine
Uova	3	3	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	5	
<b>Lattuga o indivia in insalata</b>	50	70	150	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Dolcetto non farcito o con marmellata</b>	30	30	30	Dolcetto senza glutine

Tutti i giorni dieta normale				Celiachia
				<b>Prodotti specifici</b>
<b>Frutta di stagione</b>	100	150	150	
<b>Panino</b>	30	50	50	Pane senza glutine
<b>Acqua medio-minerale</b>	Mezzo litro			

**TABELLE DIETETICHE**  
**Seconda settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pasta e lenticchie</b>				
Pasta di semola	30	40	50	Pasta senza glutine
Lenticchie secche	30	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Caciocavallo</b>	20	30	50	
<b>Bietole in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Martedì</b>				
<b>Pasta e patate</b>				
Pasta di semola	40	50	50	Pasta senza glutine
Patate	50	60	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Frittata di uova</b>				
Uovo intero	50	50	50	
Parmigiano	2	2	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	5	
<b>Lattuga o indivia in insalata</b>	50	70	150	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Mercoledì</b>				
<b>Pasta al pomodoro</b>				
Pasta di semola	60	60	70	Pasta senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Filetti di sogliola o platessa</b>	50	70	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Broccoletti</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	

**TABELLE DIETETICHE**  
**Seconda settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Riso con minestrone</b>				
Riso parboiled	50	50	50	
Minestrone misto	50	70	100	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Hamburger di manzo magro</b>	50	60	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Finocchi cotti o crudi in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Venerdì</b>				
<b>Pasta e fagioli</b>				
Pasta di semola	30	40	50	Pasta senza glutine
Fagioli secchi	30	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	5	10	
<b>Prosciutto cotto magro</b>	30	40	40	Prosciutto senza glutine
<b>Purè di patate</b>	100	100	150	
Patate	80	80	120	
Latte scremato	10	10	30	
Parmigiano	2	2	3	
Burro	5	5	10	

Tutti i giorni dieta normale			Celiachia	
			<b>Prodotti specifici</b>	
<b>Frutta di stagione</b>	100	150	150	
<b>Panino</b>	30	50	50	Pane senza glutine
<b>Acqua medio-minerale</b>	Mezzo litro			

**TABELLE DIETETICHE**  
**Terza settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pastina con minestrone</b>				
Pastina di semola	50	50	50	Pasta senza glutine
Minestrone surgelato	50	70	100	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Petto di pollo</b>	50	60	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Carote in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Martedì</b>				
<b>Pasta e ceci</b>				
Pasta di semola	30	40	50	Pasta senza glutine
Ceci secchi	30	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Bastoncini di merluzzo impanato</b>	n. 2	n. 3	n. 3	Bastoncini senza glutine
<b>Lattuga o indivia in insalata</b>	50	70	150	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Mercoledì</b>				
<b>Riso con cavolo verza</b>				
Riso parboiled	50	50	50	
Cavolo verza	50	70	100	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Polpette al pomodoro</b>	60	70	70	
Manzo magro	50	60	60	
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Pane	10	10	10	Pane senza glutine
Uova	3	3	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	5	
<b>Vellutata di zucca e patate</b>	70	100	120	
Zucca	50	70	80	
Patate	20	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	

**TABELLE DIETETICHE**  
**Terza settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pasta al pomodoro</b>				
Pasta di semola	60	60	70	Pasta senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Tocchetti di parmigiano</b>	20	25	30	
<b>Spinaci in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Venerdì</b>				
<b>Pasta e piselli</b>				
Pasta di semola	40	40	50	Pasta senza glutine
Piselli	50	60	100	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Frittata di uova</b>				
Uovo intero	50	50	50	
Parmigiano	2	2	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	5	
<b>Patate lesse o al forno</b>	80	80	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Dolcetto non farcito o con marmellata</b>	30	30	30	Dolcetto senza glutine

Tutti i giorni dieta normale				Celiachia
				<b>Prodotti specifici</b>
<b>Frutta di stagione</b>	100	150	150	
<b>Panino</b>	30	50	50	Pane senza glutine
<b>Acqua medio-minerale</b>	Mezzo litro			

**TABELLE DIETETICHE**  
**Quarta settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pizza con mozzarella e prosciutto cotto</b>				
Farina di grano tenero	100	120	140	Farina senza glutine
Mozzarella	20	30	30	
Prosciutto cotto	20	30	40	Prosciutto senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extravergine d'oliva	5	7	7	
<b>Carote in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Martedì</b>				
<b>Pasta e lenticchie</b>				
Pasta di semola	30	40	50	Pasta senza glutine
Lenticchie secche	30	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Caciocavallo</b>	20	30	50	
<b>Bietole in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Mercoledì</b>				
<b>Pasta al pomodoro</b>				
Pasta di semola	60	60	70	Pasta senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Filetti di cernia o di platessa</b>	50	70	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Lattuga o indivia in insalata</b>	50	70	150	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	



**TABELLE DIETETICHE**  
**Quarta settimana**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Giovedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pasta agli spinaci</b>				
Pasta di semola	50	50	50	Pasta senza glutine
Spinaci	50	70	100	
Parmigiano	3	5	7	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Hamburger di manzo</b>	50	60	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Finocchi cotti o crudi in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	
<b>Venerdì</b>				
<b>Pasta con fagioli</b>				
Pasta di semola	30	40	50	Pasta senza glutine
Fagioli secchi	30	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	10	10	
<b>Prosciutto cotto magro</b>	30	40	40	Prosciutto senza glutine
<b>Patate lesse o al forno</b>	80	80	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	

Tutti i giorni dieta normale			Celiachia
			<b>Prodotti specifici</b>
<b>Frutta di stagione</b>	100	150	150
<b>Panino</b>	30	50	50
<b>Acqua medio-minerale</b>	Mezzo litro		

**Sostituzione del lunedì della quarta settimana, da effettuare a mesi alterni**



	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Lunedì</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pasta e patate</b>				
Pasta di semola	40	50	50	Pasta senza glutine
Patate	50	60	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	7	
<b>Frittata di uova</b>				
Uovo intero	50	50	50	
Parmigiano	2	2	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	5	
<b>Carote in insalata</b>	<b>100</b>	<b>120</b>	<b>200</b>	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	

**Variazioni per il periodo primavera - estate**

- Sostituire contorno “riso con zucca” con “riso con zucchine”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Martedì – I settimana</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Riso con zucchine</b>				
Riso parboiled	50	50	50	
Zucchine	50	70	100	
Parmigiano	3	5	6	
Olio extravergine d’oliva	5	5	7	

- Sostituire contorno “broccoletti” con “fagiolini al pomodoro”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Mercoledì – II settimana</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Fagiolini al pomodoro</b>				
Fagiolini	100	120	200	
Pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extravergine d’oliva	5	5	5	

- Sostituire contorno “finocchi cotti o crudi in insalata” con “pomodori in insalata”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Giovedì – II e IV settimana</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Pomodori in insalata</b>	100	120	200	
Olio extravergine d’oliva	5	5	5	

- Sostituire contorno “vellutata di zucca e patate” con “zucchine all’olio”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	PERSONALE DOCENTE	CELIACHIA
<b>Mercoledì – I e III settimana</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>	<b>Prodotti specifici</b>
<b>Zucchine all’olio</b>	100	120	200	
Olio extravergine d’oliva	5	5	5	



<b>Computo nutrizionale</b>			
	<b>SCUOLA INFANZIA</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA</b>	<b>PERSONALE DOCENTE</b>
<b>Kcal</b>	559	703	803
<b>Proteine</b>	g. 21; % 15	g. 27; % 14	g. 31; % 15
<b>Glucidi</b>	g. 81; % 55	g. 106; % 59	g. 118; % 57
<b>Lipidi</b>	g. 19; % 30	g. 22; % 27	g. 26 % 28
<b>Fibra</b>	g. 8	g. 14	g. 14
<b>Ferro</b>	mg. 4	mg. 5	mg. 7
<b>Calcio</b>	mg. 283	mg. 343	mg. 409

### **Raccomandazioni**

Le grammature degli alimentari si intendono relative al prodotto crudo al netto delle parti non edibili.

Frutta di stagione preferibilmente mele, pere, arance, mandarini, mandaranci/clementine, banane, pesche, albicocche, kiwi, ananas, assicurare variabilità.

Ortaggi e legumi: gli ortaggi devono essere rappresentati da prodotti freschi o, in alternativa, da prodotti surgelati.

Per la preparazione del minestrone, si potrà fare ricorso a specifico prodotto surgelato, verdure miste per minestrone, purché privo di patate e legumi.

I ceci, le lenticchie ed i fagioli devono essere rappresentati da prodotto secco, i piselli devono essere surgelati extrafini o quelli in conserva privati del liquido di governo.

I legumi e gli ortaggi costituenti le minestre, possono anche essere sottoposti a trattamenti di trasformazione in modo da renderli cremosi.

Prodotti ittici: il pesce deve essere rappresentato da prodotto surgelato privo di parti non commestibili sotto forma di prodotto impanato o filetto al naturale.

Carni: le carni di bovino e quelle avicole, devono essere fresche e refrigerate.

Il prosciutto cotto deve essere privo di polifosfati.

Prodotti da cereali: la pasta alimentare secca di tipo corto o piccolo.

Il riso deve essere parboiled.

Ricotta e mozzarella deve provenire da latte vaccino.

Uova: devono essere di categoria di freschezza extra o A.

Grassi di condimento e cottura: olio extravergine di oliva, burro.

Per la preparazione ed il condimento delle pietanze, è consentito l'utilizzo di limone anche sotto forma di succo e di erbe aromatiche (basilico, maggiorana, origano, prezzemolo, sedano, salvia, ecc).

Si consiglia di utilizzare moderatamente sale iodato nelle fasi di preparazione e condimento delle pietanze.

Metodi di cottura utilizzabili Cottura al forno, arrosto (in forno, in tegame, in teglia, in padella), bollitura, sbianchitura e sbollentatura, cottura a vapore, frittura in padella non in immersione, cotture miste (brasatura, in casseruola e stufatura).

### **Raccomandazioni Celiaci**

Evitare in assoluto di utilizzare prodotti alimentari contenenti glutine, è opportuno controllare accuratamente le etichette, soprattutto per quei prodotti confezionati contenenti più ingredienti (Regolamento comunitario UE 1169/2011 in materia di etichettatura dei prodotti alimentari).

Pane, pasta, farina, biscotti, utilizzare prodotti dietetici specifici privi di glutine.

Come previsto da normativa, Legge Reg. Campania n. 2 del 11/2003, DGRC n. 1211 del 23/9/2005 e n. 2163 del 14/12/2007, Dl.vo n. 112/92, Regolamento CE n. 41 del 20/1/99, la ditta deve attenersi scrupolosamente a tutte le raccomandazioni in essa contenute.

Per tutto quanto non specificato in tabella ed in caso di dubbi, fare riferimento al medico curante e/o allo specialista.

### **Sostituzioni per dieta priva di carne suina (religione musulmana)**

Sostituire il prosciutto cotto magro con bresaola di bovino o fesa di tacchino, rispettando variabilità.

