

ASFO - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SIAN- Area Igiene della Nutrizione

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA PRIMARIA

AZIENDA PER L'ASSISTENZA SANITARIA
n. 5 "Friuli Occidentale"
Dipartimento di Assistenza
dott.ssa Fabiola STURJO
Specialista in Scienza dell'Alimentazione

GIORNI	SETTIMANE		
	1	2	3
LUNEDI'	Pasta al pomodoro Formaggio Piselli Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Frittata o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure Bastoncini di pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta all'olio Pollo al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura cruda Pizza margherita Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Lasagne al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Riso all'olio Pesce in umido o gratinato Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Bocconcini di pollo o tacchino Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Maniago libero e capoluogo Pasta al pesto Crepe Verdura cruda/cotta Pane Frutta fresca	Altre scuole Minestra di legumi con pasta Crepe Verdura cruda/cotta Pane Frutta fresca	Pasta alla pizzaiola Fettina di pollo agli aromi Fagiolini Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Risotto con verdure o insalata di riso Polpettine di pesce Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Maniago libero e capoluogo Pasta al pesto Arrosti di manzo Verdura cruda/cotta Pane Frutta fresca	Altre scuole Crema di verdure con pasta Arrosti di manzo Verdura cruda/cotta Pane Frutta fresca

ASFO - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SIAN- Area Igiene della Nutrizione



TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA PRIMARIA

GIORNI	SETTIMANE			
	5	6	7	8
LUNEDI'	Pasta all'olio Pollo al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura cruda Pizza margherita Pane Frutta fresca di stagione	Maniaco libero e capoluogo Pasta all'olio Crepe Verdura cruda/ cotta Pane Frutta fresca	Altre scuole Minestra di legumi con pasta Crepe Verdura cruda/ cotta Pane Frutta fresca
MARTEDI'	Lasagne al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Riso all'olio Pesce in umido o gratinato Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Bocconcini di pollo o tacchino Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Scaloppina di pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta al pesto Crepe o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alla pizzaioia Fettina di pollo agli aromi Fagiolini Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure Lonza di maiale al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura cruda Pizza margherita Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Risotto con verdure o insalata di riso Polpettine di pesce Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Maniaco libero e capoluogo Pasta al pesto Arrosti di manzo Verdura cruda/cotta Pane Frutta fresca	Altre scuole Crema di verdure con pasta Arrosti di manzo Verdura cruda/cotta Pane Frutta fresca	Pasta all'olio Filetto di merluzzo al forno Fagiolini Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro Formaggio Piselli Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Bastoncini di pesce al forno Piselli Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione