



PugliaSalute

U.O.S. Igiene
della Nutrizione

Tabelle dietetiche

PRIMAVERA/ESTATE

Scuola Infanzia e Primaria

Comune di Ostuni (BR)

Anno scolastico 2026-27

Valide fino all'A.S. 2029-30

LUNEDÌ

Pasta colori dell'estate*	g
Pasta	50 (70)
Pomodorini, zucchine, peperoni	70 (90)
Merluzzo alla mediterranea	
Merluzzo	60 (80)
Pomodori, olive, origano	q.b.
Patate prezzemolate	
Patate	100
Prezzemolo	q.b.
Frutta di stagione	100 (150)

*Da servire fredda o tiepida

MARTEDÌ

Riso o orzo al pomodoro	g
Riso o orzo	50 (70)
Pomodori pelati	60 (80)
Parmigiano	3 (5)
Petto di pollo dorato	
Petto di pollo	50 (80)
Pangrattato	q.b.
Fagiolini all'olio	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)
o yogurt	125

MERCOLEDÌ

Pasta e piselli	g
Pasta	40 (50)
Piselli	60 (90)
Giuncata	40 (70)
Zucchina gratinata con semi di zucca	
Zucchina	120 (150)
Granella di semi di zucca	q.b.
Pangrattato	q.b.
Frutta di stagione	100 (150)

GIOVEDÌ

Pasta al ragù	g
Pasta	50 (70)
Pomodoro pelato	60 (80)
Macinato di vitello	20
Parmigiano	3 (5)
Polpette al sugo o al forno	
Macinato di vitello	30 (50)
Uovo	1/10
Pane	q.b.
(Passata di pomodoro)	q.b.
Caroselli	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)

PRIMA
SETTIMANA

Elaborate da:
Dott. F. Giannuzzi
Dott.ssa V. Girolamo
Dott.ssa M. A. Tomaselli
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione
Il Dirigente Medico
dott. Pasquale Tana

VENERDÌ

Risotto di Bugs Bunny	g
Riso	50 (70)
Carote	30 (50)
Parmigiano	3 (5)
Filetto di sogliola/platessa alla mugnaia	
Filetto di sogliola/platessa	60 (80)
Farina	q.b.
Succo di limone e prezzemolo	q.b.
Insalata tricolore	
Lattuga	20 (30)
Pomodori	60
Mais	10
Frutta di stagione	100 (150)

Tutti i giorni: - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g
- panino di semola di grano duro: 40 g

N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.
E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.
Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.
In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.



ASL Brindisi

PugliaSalute

U.O.S. Igiene
della Nutrizione

Tablette dietetiche

PRIMAVERA/ESTATE

Scuola Infanzia e Primaria

Comune di Ostuni (BR)

Anno scolastico 2026-27

Valide fino all'A.S. 2029-30

LUNEDÌ

Pasta e lenticchie	g
Pasta	30 (40)
Lenticchie secche	30 (40)
Polpette di melanzane	
Uovo	1/5
Melanzane	30 (50)
Parmigiano	5 (10)
Pangrattato	q.b.
Fagiolini all'olio	90 (100)
Frutta di stagione	100 (150)

MARTEDÌ

Maritati integrali al pomodoro fresco	g
Pasta fresca integrale	60 (90)
Pomodorini	60 (80)
Parmigiano	3 (5)
Arrosto di vitello	50 (80)
Insalata verde	30 (40)
Frutta di stagione	100 (150)

MERCOLEDÌ

Risotto con zucchine e gamberetti	g
Riso	50 (70)
Zucchine	30 (50)
Gamberetti	20 (30)
Schiacciata di tonno e patate	
Uovo	1/5
Patate	80 (100)
Tonno	20 (25)
Pangrattato	q.b.
Carote all'olio o julienne	90 (100)
Frutta di stagione	100 (150)
o yogurt	125

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro con fagiolini e caciocotta	g
Pasta	50 (70)
Pomodori pelati	60 (80)
Fagiolini	30 (50)
Caciocotta	3 (5)
Mozzarella	40 (60)
Verdure al forno	
Zucchine	60 (70)
Peperoni	60 (80)
Patate	20 (30)
Frutta di stagione	100 (150)

SECONDA SETTIMANA

Elaborate da:
Dott. F. Giannuzzi
Dott.ssa V. Girolamo
Dott.ssa M. A. Tomaselli
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione
Il Dirigente Medico
dott. Pasquale Rina

VENERDÌ

Purè di fave	g
Fave secche	30 (40)
Patate	100 (120)
Frittata semplice	
Uovo	n. 1
Parmigiano	3
Pangrattato	q.b.
Bietola o cicoria all'olio	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)

Tutti i giorni: - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g
- panino di semola di grano duro: 40 g

N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.



ASL Brindisi

PugliaSalute

U.O.S. Igiene
della Nutrizione

Tabelle dietetiche

PRIMAVERA/ESTATE

Scuola Infanzia e Primaria

Comune di Ostuni (BR)

Anno scolastico 2026-27

Valide fino all'A.S. 2029-30

LUNEDÌ

Focaccia al pomodoro	g
Impasto per focaccia	100 (140)
Salsa di pomodoro	40 (60)
Mozzarella	40 (60)
Insalata di pomodori	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)

MARTEDÌ

	g
Caroselli	90 (100)
Pasta con crema di zucchini e ricotta	
Pasta	50 (70)
Zucchine	30 (50)
Ricotta	15 (20)
Lenticchie in umido	
Lenticchie secche	20 (30)
Passata di pomodoro	q.b.
Frutta di stagione	100 (150)

MERCOLEDÌ

Risotto primavera	g
Riso	50 (70)
Carote e zucchini	70 (90)
Piselli	30 (50)
Fuso di pollo con patate al forno	
Fuso di pollo	90 (150)
Patate	100
Frutta di stagione	100 (150)

GIOVEDÌ

Pasta al sugo con melanzane	g
Pasta	50 (70)
Pomodori pelati	60 (80)
Melanzane	30 (50)
Parmigiano	3 (5)
Filetto di orata gratinata	
Filetto di orata	60 (80)
Pangrattato	q.b.
Insalata verde	30 (40)
Frutta di stagione	100 (150)
o yogurt	125

TERZA SETTIMANA

Elaborate da:
Dott. F. Giannuzzi
Dott.ssa V. Girolamo
Dott.ssa M. A. Tomaselli
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione
Il Dirigente Medico
dott. Pasquale Fina

VENERDÌ

Ciceri e tria	g
Pasta fresca	50 (70)
Ceci secchi	30 (40)
Frittata di carciofi o zucchini	
Uovo	n. 1
Carciofi o zucchini	120 (150)
Parmigiano	3
Pangrattato	q.b.
Frutta di stagione	100 (150)

**Tutti i giorni: - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g
- panino di semola di grano duro: 40 g**

N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

LUNEDÌ

Trofie al pesto	g
Trofie	50 (70)
Pesto (basilico, olio d'oliva/girasole, parmigiano o grana, frutta a guscio)	25 (30)
Arrosto di tacchino con crema di peperoni	
Tacchino	50 (80)
Peperoni	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)

MARTEDÌ

Orecchiette al pomodoro con cacioricotta	g
Orecchiette fresche	60 (90)
Pomodori pelati	60 (80)
Cacioricotta	3 (5)
Filetto di branzino in crosta di patate e zucchine	
Filetto di branzino	60 (80)
Patate	20 (30)
Zucchine	q.b.
Pangrattato S.G.	q.b.
Insalata verde	40 (50)
Frutta di stagione	100 (150)

MERCOLEDÌ

Riso e piselli	g
Riso	40 (50)
Piselli	60 (90)
Frittata semplice	
Uovo	n. 1
Parmigiano	3
Pangrattato	q.b.
Zucchine al profumo di menta	
Zucchine	120 (150)
Menta	q.b.
Frutta di stagione	100 (150)

GIOVEDÌ

Pasta alla pizzaiola	g
Pasta	50 (70)
Pomodori pelati	60 (80)
Tonno all'olio d'oliva sgocc.	15 (20)
Capperi, origano, aglio	q.b.
Burratina	40 (60)
Insalata di pomodori	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)

QUARTA SETTIMANA

Elaborate da:
Dott. F. Giannuzzi
Dott.ssa V. Girolamo
Dott.ssa M. A. Tomaselli
DIETISTI

ASL BR - Dipartimento di Prevenzione
Il Dirigente Medico
dott. Pasquale Fina

VENERDÌ

Pasta con sugo di pomodoro fresco	g
Pasta	50 (70)
Pomodorini	60 (80)
Parmigiano	3 (5)
Polpette di ceci in umido	
Ceci secchi	30 (40)
Patate	20 (30)
Uovo	1/10
Pangrattato	q.b.
Passata di pomodoro	q.b.
Caroselli	120 (150)
Frutta di stagione	100 (150)
o yogurt	125

Tutti i giorni: - olio evo totale da ripartire nelle ricette: 10 (15) g
- panino di semola di grano duro: 40 g

N.B. : Le grammature in parentesi sono riferite ai bambini della Scuola Primaria.

Utilizzare il sale con moderazione, preferendo quello iodato. I formaggi freschi presenti nel menu devono essere prodotti con latte pastorizzato.

E' possibile l'aggiunta di spezie/erbe aromatiche per la preparazione dei piatti. Si raccomanda di attenersi alle previsioni di cui all'App. A4 (Prevenz. soffocam. cibo) allegata al presente menù.

Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo, mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, si informa i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.