



Comune di Molfetta
Via Martiri di Via Fani
70056 Molfetta (Ba)
PEC: protocollo@cert.comune.molfetta.ba.it
Sito <https://www.comune.molfetta.ba.it/>

DATI DEL PROTOCOLLO GENERALE



COMUNE MOLFETTA - C_F284 - 1 - 2024-09-10 - 0070009

MOLFETTA

Codice Amministrazione: **COMUNE MOLFETTA**

Numero di Protocollo: **0070009**

Data del Protocollo: **martedì 10 settembre 2024**

Classificazione: **Non specificata.**

Fascicolo:

Oggetto: **POSTA CERTIFICATA: PARERE N. 3 MENÙ A-I PER SCUOLA INFANZIA,
SCUOLA PRIMARIA E SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO ANNO
SCOLASTICO 2024-2025 PER IL COMUNE DI MOLFETTA**

MITTENTE:

ASL - BA SIAN - SERVIZIO IGIENE DEGLI
ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

Note:

PROT. N° 112550/2024 DEL 10/09/2024

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa **MARIA GRAZIA FORTE**
Dirigente Medico

COMUNE DI MOLFETTA
SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA

MENU AUTUNNO/INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENEDI
1 ^o SETT.	Pasta e ceci Giuncata Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pastina in brodo vegetale Filetto di merluzzo gratinato Carote all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto alla crema di zucca Frittata al forno Broccoli gratinati Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale al pomodoro Scaloppina di pollo al limone Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pomodoro Polsette di vitello Bieta all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*
2 ^o SETT.	Passato di verdura con pasta integrale Ricotta vaccina Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto con crema di zucca Cotoletta di pollo Carote all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta alla pizzaiola Filetto di merluzzo gratinato Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta e piselli Frittata al forno Spinaci all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Lasagne al forno Carote all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*
3 ^o SETT.	Pastina in brodo vegetale Salsiccia di vitello al pomodoro Carote al vapore Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto al pomodoro Merluzzo gratinato Bieta all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Farro e lenticchie Tortino di verdure Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale con patate Primo sale Spinaci all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pesto Coscia di pollo disossata Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*
4 ^o SETT.	Riso e lenticchie Ricotta vaccina Insalata mista Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta con passato di verdura Petto di pollo dorato Zucca gratinata Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pomodoro Plattesa in umido Carote in umido Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale con patate Frittata al forno Insalata verde Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al forno Bieta gratinata Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*

* Succo di frutta senza zuccheri aggiunti 150 ml / Crackers non salati 25 gr. / Crostata di frutta 40 gr. / Frutta fresca di stagione 150 gr. (alternati nella settimana)

Dott.ssa **MARIA GRAZIA FUSPINI**
N. 10/09/2024
SEZ. A



COMUNE DI MOLFETTA
SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA
MENU AUTUNNO / INVERNO SCUOLA PRIMARIA

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa **MARIA GRAZIA FORTE**
Nutrizionista Medica

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENEDI
1°SETT.	Pasta e ceci diavola Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pastina in brodo vegetale Filetto di merluzzo gratinato Carote all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto alla crema di zucca Frittata al forno Broccoli gratinati Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale al pomodoro Scaloppina di pollo al limone Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pomodoro Polpettone di vitello Bietta all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*
2°SETT.	Passato di verdura con pasta integrale Ricotta vaccina Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto con crema di zucca Cotoletta di pollo Carote all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta alla pizzaiola Filetto di merluzzo gratinato Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta e piselli Frittata al forno Spinaci all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Lasagne al forno Carote all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*
3°SETT.	Pastina in brodo vegetale Salsiccia di vitello al pomodoro Carote al vapore Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto al pomodoro Merluzzo gratinato Bietta all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Farro e lenticchie Tortino di verdure Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale con patate Frittata al forno Insalata verde Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al forno Cosa di pollo disossata Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*
4°SETT.	Riso e lenticchie Ricotta vaccina Insalata mista Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta con passato di verdura Petto di pollo dorato Zucca gratinata Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pomodoro Piletessa in umido Carote in umido Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale con patate Frittata al forno Insalata verde Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al forno Bietta gratinata Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*

* Succo di frutta senza zuccheri aggiunto 150 ml / Croccante non salati 25 gr. / Crostata di frutta 60 gr. / Frutta fresca di stagione 150 gr. (altrimenti nella sezione)

Dott.ssa **MARIAGRAZIA GIUSPINI**
Nutrizionista Medica
SEZ / A

COMUNE DI MOLFETTA
SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA

MENU AUTUNNO / INVERNO SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENEDI
1°SETT.	Pasta e ceci Giuncata Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pastina in brodo vegetale Filetto di merluzzo gratinato Carote all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto alla crema di zucca Frittata al forno Biscotti gratinati Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale al pomodoro Scaloppina di pollo al limone Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pomodoro Polpette di vitello Bietta all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*
2°SETT.	Passato di verdura con pasta integrale Ricotta vaccina Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto con crema di zucca Cotoletta di pollo Carote all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta alla pizzaiola Filetto di merluzzo gratinato Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta e piselli Frittata al forno Spinaci all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Lasagne al forno Carote all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*
3°SETT.	Pastina in brodo vegetale Salsiccia di vitello al pomodoro Carote al vapore Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Risotto al pomodoro Merluzzo gratinato Bietta all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Farro e lenticchie Tortino di verdure Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale con patate Primo sale Spinaci all'olio Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pesto Coscia di pollo disossata Insalata verde Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*
4°SETT.	Riso e lenticchie Ricotta vaccina Insalata mista Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta con passato di verdura Petto di pollo dorato Zucca gratinata Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al pomodoro Plattessa in umido Carote in umido Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta integrale con patate Frittata al forno Insalata verde Pane di tipo integrale Frutta fresca di stagione Merenda*	Pasta al forno Bietta gratinata Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione Merenda*

* Succo di frutta senza zuccheri aggiunti 200 ml / Crackers non salati 25 gr. / Crostata di frutta 70 gr. / Frutta fresca di stagione 200 gr. (obbligati nella settimana)

Dott.ssa MARIA GRAZIA AUSPINI
N. 2018/2019/2020
SEZ. A



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

1^ SETTIMANA

LUNEDI

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA E CECI</u>					
Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	28,68	130,00
Ceci secchi	40	8,36	2,52	18,76	126,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		12,72	8,08	47,44	
Calorie		50,88	72,72	189,76	313,36
Percentuali		16,24%	23,21%	60,56%	100,00%
<u>GIUNCATA</u>					
Giuncata	40	7,48	7,80	0,00	101,20
Grammi		7,48	7,80	0,00	
Calorie		29,92	70,20	0,00	100,12
Percentuali		29,88%	70,12%	0,00%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,45	5,06	0,90	
Calorie		1,80	45,54	3,60	50,94
Percentuali		3,53%	89,40%	7,07%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		24,19	21,29	90,69	
Calorie		96,76	191,61	362,76	651,13
Percentuali		14,86%	29,43%	55,71%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA**MARTEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTINA IN BRODO VEGETALE</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,13	7,11	35,85	
Calorie		28,50	63,95	143,40	235,85
Percentuali		12,08%	27,11%	60,80%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	70	10,92	0,42	0,00	47,60
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,93	5,63	7,78	
Calorie		47,72	50,67	31,12	129,51
Percentuali		36,85%	39,12%	24,03%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	100	1,10	0,20	7,60	35,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,10	5,20	7,60	
Calorie		4,40	46,80	30,40	81,60
Percentuali		5,39%	57,35%	37,25%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		23,70	18,29	93,58	
Calorie		94,78	164,57	374,32	633,67
Percentuali		14,96%	25,97%	59,07%	100,00%

SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

1^ SETTIMANA

MERCOLEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO ALLA CREMA DI ZUCCA</u>					
Riso parboiled crudo	50	3,70	0,15	40,65	168,50
Zucca gialla	80	0,88	0,08	2,80	14,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,26	6,64	43,45	
Calorie		25,02	59,72	173,80	258,54
Percentuali		9,68%	23,10%	67,22%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,62	11,73	3,89	
Calorie		38,48	105,57	15,56	159,61
Percentuali		24,11%	66,14%	9,75%	100,00%
<u>BROCCOLI GRATINATI</u>					
Broccoli	100	3,00	0,40	3,10	27,00
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		3,51	5,51	6,99	
Calorie		14,02	49,55	27,96	91,53
Percentuali		15,32%	54,13%	30,55%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		23,43	24,67	95,53	
Calorie		93,72	222,03	382,12	697,87
Percentuali		13,43%	31,82%	54,76%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

1° SETTIMANA

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE AL POMODORO</u>					
Pasta di semola integrale	50	7,32	0,70	37,52	174,00
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,28	7,21	38,40	
Calorie		37,12	64,89	153,60	255,61
Percentuali		14,52%	25,39%	60,09%	100,00%
<u>SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE</u>					
Petto di pollo	50	7,80	0,30	0,00	34,00
Farina 00	10	1,10	0,07	7,73	34,00
Limoni (succo)	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,90	5,37	7,73	
Calorie		35,60	48,33	30,92	114,85
Percentuali		31,00%	42,08%	26,92%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	20	0,30	0,04	0,60	3,80
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,44	5,05	0,76	
Calorie		1,76	45,45	3,04	50,25
Percentuali		3,50%	90,45%	6,05%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		22,16	17,98	89,24	
Calorie		88,64	161,82	356,96	607,42
Percentuali		14,59%	26,64%	58,77%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Keal
<u>PASTA AL POMODORO</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,42	7,21	36,74	
Calorie		29,66	64,89	146,94	241,49
Percentuali		12,28%	26,87%	60,85%	100,00%
<u>POLPETTE DI VITELLO</u>					
Macinato di vitello	40	8,60	0,96	0,00	43,20
Uovo	5	0,62	0,44	0,00	6,40
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,40	7,91	3,89	
Calorie		45,60	71,15	15,56	132,31
Percentuali		34,47%	53,77%	11,76%	100,00%
<u>BIETA ALL'OLIO</u>					
Bieta	100	1,30	0,10	2,80	17,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,30	5,10	2,80	
Calorie		5,20	45,90	11,20	62,30
Percentuali		8,35%	73,68%	17,98%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		24,17	21,02	84,63	
Calorie		96,66	189,14	338,50	624,30
Percentuali		15,48%	30,30%	54,22%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GIULIA FORTE
Dirigente Medico

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	24,19	21,29	90,69	651,13
Martedì	23,70	18,29	93,58	633,67
Mercoledì	23,43	24,67	95,53	697,87
Giovedì	22,16	17,98	89,24	607,42
Venerdì	24,17	21,02	84,63	624,30
MEDIA	23,53	20,65	90,73	642,88
Calorie	94,11	185,83	362,93	
Percentuali	15%	29%	56%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00
Grammi		0,45	0,15	21,75	
Calorie		1,80	1,35	87,00	90,15
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	10	1,10	0,07	7,73	34,00
Burro	5	0,04	4,17	0,06	37,90
Zucchero	3	0,00	0,00	3,14	11,76
Uovo	7	0,87	0,61	0,00	8,96
Confettura di frutta	15	0,08	0,00	8,81	33,30
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				

Grammi		2,08	4,85	19,73	
Calorie		8,33	43,64	78,90	130,87
Percentuali		6,37%	33,35%	60,29%	100,00%

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		0,30	0,15	16,95	
Calorie		1,20	1,35	67,80	70,35
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA GIUSPINI
N. 1000/2024
SEZ. A



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA

LUNEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA E CECI</u>					
Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	28,68	130,00
Ceci secchi	40	8,36	2,52	18,76	126,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		12,72	8,08	47,44	
Calorie		50,88	72,72	189,76	313,36
Percentuali		16,24%	23,21%	60,56%	100,00%
<u>GIUNCATA</u>					
Giuncata	50	9,35	9,75	0,00	126,50
Grammi		9,35	9,75	0,00	
Calorie		37,40	87,75	0,00	125,15
Percentuali		29,88%	70,12%	0,00%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	40	0,60	0,08	1,20	7,60
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,60	5,08	1,20	
Calorie		2,40	45,72	4,80	52,92
Percentuali		4,54%	86,39%	9,07%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		27,02	23,31	97,34	
Calorie		108,08	209,79	389,36	707,23
Percentuali		15,28%	29,66%	55,05%	100,00%





SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menu invernale

1^a SETTIMANA

MARTEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Keal
<u>PASTINA IN BRODO VEGETALE</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,22	7,25	43,02	
Calorie		32,86	65,21	172,08	270,15
Percentuali		12,16%	24,14%	63,70%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	80	12,48	0,48	0,00	54,40
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,00	5,80	11,67	
Calorie		55,98	52,16	46,68	154,82
Percentuali		36,16%	33,69%	30,15%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	5,30	11,40	
Calorie		6,60	47,70	45,60	99,90
Percentuali		6,61%	47,75%	45,65%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		28,21	18,74	114,79	
Calorie		112,84	168,66	459,16	740,66
Percentuali		15,24%	22,77%	61,99%	100,00%

Il Dirigente Scolastico
Il Capo del Dipartimento di Prevenzione
Il Responsabile del Servizio Igiene Alimenti
E Nutrizione Area Nord
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO ALLA CREMA DI ZUCCA</u>					
Riso parboiled crudo	60	4,44	0,18	48,78	202,20
Zucca gialla	100	1,10	0,10	3,50	18,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,22	6,69	52,28	
Calorie		28,86	60,17	209,12	298,15
Percentuali		9,68%	20,18%	70,14%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,62	11,73	3,89	
Calorie		38,48	105,57	15,56	159,61
Percentuali		24,11%	66,14%	9,75%	100,00%
<u>BROCCOLI GRATINATI</u>					
Broccoli	150	4,50	0,60	4,65	40,50
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,51	5,81	12,43	
Calorie		22,04	52,29	49,72	124,05
Percentuali		17,77%	42,15%	40,08%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		27,15	25,16	114,65	
Calorie		108,58	226,40	458,60	793,58
Percentuali		13,68%	28,53%	57,79%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE AL POMODORO</u>					
Pasta di semola integrale	60	8,78	0,84	45,02	208,80
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,86	7,40	46,20	
Calorie		43,45	66,60	184,81	294,86
Percentuali		14,74%	22,59%	62,68%	100,00%
<u>SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE</u>					
Petto di pollo	60	9,36	0,36	0,00	40,80
Farina 00	15	1,65	0,11	11,60	51,00
Limoni (succo)	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,01	5,47	11,60	
Calorie		44,04	49,19	46,38	139,61
Percentuali		31,55%	35,23%	33,22%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,59	5,07	1,06	
Calorie		2,36	45,63	4,24	52,23
Percentuali		4,52%	87,36%	8,12%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		26,81	18,34	107,56	
Calorie		107,25	165,02	430,23	702,50
Percentuali		15,27%	23,49%	61,24%	100,00%

31/10/2024 10:25:19
TOP:21124
INFO:21124
31/10/2024 10:25:19

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA**VENERDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL POMODORO</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,63	7,40	44,21	
Calorie		34,50	66,60	176,82	277,92
Percentuali		12,41%	23,96%	63,62%	100,00%
<u>POLPETTE DI VITELLO</u>					
Macinato di vitello	50	10,75	1,20	0,00	54,00
Uovo	5	0,62	0,44	0,00	6,40
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		13,55	8,15	3,89	
Calorie		54,20	73,31	15,56	143,07
Percentuali		37,88%	51,24%	10,88%	100,00%
<u>BIETA ALL'OLIO</u>					
Bieta	150	1,95	0,15	4,20	25,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodate	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,95	5,15	4,20	
Calorie		7,80	46,35	16,80	70,95
Percentuali		10,99%	65,33%	23,68%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		28,93	21,63	98,35	
Calorie		115,70	194,63	393,38	703,71
Percentuali		16,44%	27,66%	55,90%	100,00%

Scuola Primaria - Molfetta
Via...
0805224

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	27,02	23,31	97,34	707,23
Martedì	28,21	18,74	114,79	740,66
Mercoledì	27,15	25,16	114,65	793,58
Giovedì	26,81	18,34	107,56	702,50
Venerdì	28,93	21,63	98,35	703,71
MEDIA	27,62	21,43	106,54	729,53
Calorie	110,49	192,90	426,15	
Percentuali	15%	26%	58%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00
Grammi		0,45	0,15	21,75	
Calorie		1,80	1,35	87,00	90,15
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	20	2,20	0,14	15,46	68,00
Burro	7	0,06	5,84	0,08	53,06
Zucchero	5	0,00	0,00	5,23	19,60
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	18	0,09	0,00	10,57	39,96
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		3,59	6,85	31,33	
Calorie		14,34	61,63	125,31	201,29
Percentuali		7,13%	30,62%	62,26%	100,00%

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		0,30	0,15	16,95	
Calorie		1,20	1,35	67,80	70,35
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIA GRAZIA GUSPINI
SEZ. A

LUNEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
PASTA E CECI					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Ceci secchi	50	10,45	3,15	23,45	158,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,90	10,85	59,30	
Calorie		63,60	97,65	237,20	398,45
Percentuali		15,96%	24,51%	59,53%	100,00%
GIUNCATA					
Giuncata	60	11,22	11,70	0,00	151,80
Grammi		11,22	11,70	0,00	
Calorie		44,88	105,30	0,00	150,18
Percentuali		29,88%	70,12%	0,00%	100,00%
INSALATA VERDE					
Insalata	60	0,90	0,12	1,80	11,40
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,90	7,12	1,80	
Calorie		3,60	64,08	7,20	74,88
Percentuali		4,81%	85,58%	9,62%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		32,47	30,12	115,45	
Calorie		129,88	271,08	461,80	862,76
Percentuali		15,05%	31,42%	53,53%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico





1ª SETTIMANA

MARTEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTINA IN BRODO VEGETALE</u>					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		12,07	10,93	57,36	
Calorie		48,28	98,37	229,44	376,09
Percentuali		12,84%	26,16%	61,01%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	120	18,72	0,72	0,00	81,60
Pangrattato	20	2,02	0,42	15,56	70,20
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		20,74	8,14	15,56	
Calorie		82,96	73,26	62,24	218,46
Percentuali		37,97%	33,53%	28,49%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	7,30	11,40	
Calorie		6,60	65,70	45,60	117,90
Percentuali		5,60%	55,73%	38,68%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		38,91	26,82	138,67	
Calorie		155,64	241,38	554,68	951,70
Percentuali		16,35%	25,36%	58,28%	100,00%

ISTITUTO SCOLASTICO
SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA
VIA ...
71013 MOLFETTA (FG) - TEL. ...

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa **MARIA GRAZIA FORTE**
Dirigente Medico

**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO ALLA CREMA DI ZUCCA</u>					
Riso parboiled crudo	80	5,92	0,24	65,04	269,60
Zucca gialla	100	1,10	0,10	3,50	18,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,37	10,15	68,54	
Calorie		41,48	91,35	274,16	406,99
Percentuali		10,19%	22,45%	67,36%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	90	11,16	7,83	0,00	115,20
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,52	17,85	7,78	
Calorie		62,08	160,65	31,12	253,85
Percentuali		24,46%	63,29%	12,26%	100,00%
<u>BROCCOLI GRATINATI</u>					
Broccoli	150	4,50	0,60	4,65	40,50
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,51	7,81	12,43	
Calorie		22,04	70,29	49,72	142,05
Percentuali		15,52%	49,48%	35,00%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%
Grammi TOTALI		36,30	36,79	140,45	
Calorie		145,20	331,11	561,80	1038,11
Percentuali		13,99%	31,90%	54,12%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE AL POMODORO</u>					
Pasta di semola integrale	80	11,70	1,12	60,02	278,40
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,70	11,19	61,81	
Calorie		62,82	100,67	247,24	410,72
Percentuali		15,29%	24,51%	60,20%	100,00%
<u>SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE</u>					
Petto di pollo	80	12,48	0,48	0,00	54,40
Farina 00	15	1,65	0,11	11,60	51,00
Limoni (succo)	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,13	7,59	11,60	
Calorie		56,52	68,27	46,38	171,17
Percentuali		33,02%	39,88%	27,10%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	50	0,75	0,10	1,50	9,50
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,89	7,11	1,66	
Calorie		3,56	63,99	6,64	74,19
Percentuali		4,80%	86,25%	8,95%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		35,17	26,33	129,41	
Calorie		140,70	236,97	517,66	895,32
Percentuali		15,71%	26,47%	57,82%	100,00%

SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA
 Via...
 70015 MOLFETTA (BA)
 Tel. 080 4201111

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

1^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL POMODORO</u>					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		12,72	11,19	59,15	
Calorie		50,88	100,67	236,58	388,13
Percentuali		13,11%	25,94%	60,95%	100,00%
<u>POLPETTE DI VITELLO</u>					
Macinato di vitello	70	15,05	1,68	0,00	75,60
Uovo	5	0,62	0,44	0,00	6,40
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		20,03	12,14	7,78	
Calorie		80,12	109,22	31,12	220,46
Percentuali		36,34%	49,54%	14,12%	100,00%
<u>BIETA ALL'OLIO</u>					
Bieta	150	1,95	0,15	4,20	25,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,95	7,15	4,20	
Calorie		7,80	64,35	16,80	88,95
Percentuali		8,77%	72,34%	18,89%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%
Grammi TOTALI		39,60	31,45	122,83	
Calorie		158,40	283,05	491,30	932,75
Percentuali		16,98%	30,35%	52,67%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	32,47	30,12	115,45	862,76
Martedì	38,91	26,82	138,67	951,70
Mercoledì	35,06	35,92	140,45	1025,32
Giovedì	35,17	26,33	129,41	895,32
Venerdì	39,60	31,45	122,83	932,75
MEDIA	36,24	30,13	129,36	933,57
Calorie	144,97	271,15	517,45	
Percentuali	16%	29%	55%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

<u>SUCCO DI FRUTTA</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	200	0,60	0,20	29,00	112,00

Grammi	0,60	0,20	29,00	
Calorie	2,40	1,80	116,00	120,20
Percentuali	2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

<u>CRACKERS</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00

Grammi	2,35	2,50	20,03	
Calorie	9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali	8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

<u>CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	25	2,75	0,18	19,33	85,00
Burro	8	0,06	6,67	0,09	60,64
Zucchero	7	0,00	0,00	7,32	27,44
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	20	0,10	0,00	11,74	44,40
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				

Grammi	4,15	7,72	38,47	
Calorie	16,62	69,45	153,87	239,94
Percentuali	6,93%	28,95%	64,13%	100,00%

<u>SUCCO DI FRUTTA</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00

Grammi	0,40	0,20	22,60	
Calorie	1,60	1,80	90,40	93,80
Percentuali	1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
* Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA CUSPINI
N. 10/2024
SEZ. A

LUNEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Keal
<u>PASSATO DI VERDURE CON PASTA INTEGRALE</u>					
Pasta di semola integrale	50	7,32	0,70	37,52	174,00
Minestrone surgelato	80	2,16	0,16	8,32	43,20
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,15	7,27	45,84	
Calorie		44,60	65,39	183,34	293,33
Percentuali		15,20%	22,29%	62,50%	100,00%
<u>RICOTTA VACCINA</u>					
Ricotta vaccina	40	3,52	4,36	1,40	58,40
Grammi		3,52	4,36	1,40	
Calorie		14,08	39,24	5,60	58,92
Percentuali		23,90%	66,60%	9,50%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	20	0,30	0,04	0,60	3,80
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,44	5,05	0,76	
Calorie		1,76	45,45	3,04	50,25
Percentuali		3,50%	90,45%	6,05%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		18,65	17,03	90,35	
Calorie		74,60	153,23	361,38	589,21
Percentuali		12,66%	26,01%	61,33%	100,00%



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

MARTEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO CON CREMA DI ZUCCA</u>					
Riso parboiled crudo	50	3,70	0,15	40,65	168,50
Zucca gialla	80	0,88	0,08	2,80	14,40
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,26	6,64	43,45	
Calorie		25,02	59,72	173,80	258,54
Percentuali		9,68%	23,10%	67,22%	100,00%
<u>COTOLETTA DI POLLO</u>					
Petto di pollo	50	7,80	0,30	0,00	34,00
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Uovo	5	0,62	0,44	0,00	6,40
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,93	5,84	3,89	
Calorie		35,70	52,56	15,56	103,82
Percentuali		34,39%	50,63%	14,99%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	100	1,10	0,20	7,60	35,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,10	5,20	7,60	
Calorie		4,40	46,80	30,40	81,60
Percentuali		5,39%	57,35%	37,25%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		20,33	18,48	96,14	
Calorie		81,32	166,28	384,56	632,16
Percentuali		12,86%	26,30%	60,83%	100,00%

SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dipendente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dipendente Medico

COMUNE MOLFETTA - C_F284 - 1 - 2024-10-28 - 0085224



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

MERCOLEDI

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA ALLA PIZZAIOLA</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Origano	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,42	7,21	36,74	
Calorie		29,66	64,89	146,94	241,49
Percentuali		12,28%	26,87%	60,85%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	70	10,92	0,42	0,00	47,60
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,93	5,63	7,78	
Calorie		47,72	50,67	31,12	129,51
Percentuali		36,85%	39,12%	24,03%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,45	5,06	0,90	
Calorie		1,80	45,54	3,60	50,94
Percentuali		3,53%	89,40%	7,07%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		23,34	18,25	87,77	
Calorie		93,34	164,25	351,06	608,65
Percentuali		15,34%	26,99%	57,68%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA E PISELLI</u>					
Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	28,68	130,00
Piselli surgelati	60	3,24	0,18	7,68	43,20
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,60	5,74	36,36	
Calorie		30,40	51,66	145,44	227,50
Percentuali		13,36%	22,71%	63,93%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,62	11,73	3,89	
Calorie		38,48	105,57	15,56	159,61
Percentuali		24,11%	66,14%	9,75%	100,00%
<u>SPINACI ALL'OLIO</u>					
Spinaci	100	3,40	0,70	2,90	31,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		3,40	5,70	2,90	
Calorie		13,60	51,30	11,60	76,50
Percentuali		17,78%	67,06%	15,16%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		24,67	23,97	84,35	
Calorie		98,68	215,73	337,40	651,81
Percentuali		15,14%	33,10%	51,76%	100,00%

RESPONSABILE DEL SERVIZIO
 DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
LASAGNE AL FORNO					
Pasta all'uovo secca cruda	50	6,50	1,20	38,95	183,00
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Macinato di vitello	20	3,94	0,48	0,00	21,60
Mozzarella di vacca	20	3,74	3,90	0,14	50,60
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		16,10	12,09	39,69	
Calorie		64,38	108,77	158,76	331,91
Percentuali		19,40%	32,77%	47,83%	100,00%
CAROTE ALL'OLIO					
Carote	100	1,10	0,20	7,60	31,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,10	5,20	7,60	
Calorie		4,40	46,80	30,40	81,60
Percentuali		5,39%	57,35%	37,25%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		20,74	17,64	89,64	
Calorie		82,94	158,72	358,56	600,22
Percentuali		13,82%	26,44%	59,74%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	18,65	17,03	90,35	589,21
Martedì	20,33	18,48	96,14	632,16
Mercoledì	23,34	18,25	87,77	608,65
Giovedì	24,67	23,97	84,35	651,81
Venerdì	20,74	17,64	89,64	600,22
MEDIA	21,54	19,07	89,65	616,41
Calorie	86,18	171,64	358,59	
Percentuali	14%	28%	58%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00
Grammi		0,45	0,15	21,75	
Calorie		1,80	1,35	87,00	90,15
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	10	1,10	0,07	7,73	34,00
Burro	5	0,04	4,17	0,06	37,90
Zucchero	3	0,00	0,00	3,14	11,76
Uovo	7	0,87	0,61	0,00	8,96
Confettura di frutta	15	0,08	0,00	8,81	33,30
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		2,08	4,85	19,73	
Calorie		8,33	43,64	78,90	130,87
Percentuali		6,37%	33,35%	60,29%	100,00%

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		0,30	0,15	16,95	
Calorie		1,20	1,35	67,80	70,35
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA CUSPINI
N. 10/2024
SEZ. A



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

LUNEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASSATO DI VERDURE CON PASTA INTEGRALE</u>					
Pasta di semola integrale	60	8,78	0,84	45,02	208,80
Minestrone surgelato	100	2,70	0,20	10,40	54,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		13,15	7,45	55,42	
Calorie		52,61	67,01	221,67	341,29
Percentuali		15,42%	19,63%	64,95%	100,00%
<u>RICOTTA VACCINA</u>					
Ricotta vaccina	50	4,40	5,45	1,75	73,00
Grammi		4,40	5,45	1,75	
Calorie		17,60	49,05	7,00	73,65
Percentuali		23,90%	66,60%	9,50%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Radichio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,59	5,07	1,06	
Calorie		2,36	45,63	4,24	52,23
Percentuali		4,52%	87,36%	8,12%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		22,49	18,37	106,93	
Calorie		89,97	165,29	427,71	682,97
Percentuali		13,17%	24,20%	62,63%	100,00%

ABL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Stampa illeggibile





SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA**MARTEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO CON CREMA DI ZUCCA</u>					
Riso parboiled crudo	60	4,44	0,18	48,78	202,20
Zucca gialla	100	1,10	0,10	3,50	18,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,22	6,69	52,28	
Calorie		28,86	60,17	209,12	298,15
Percentuali		9,68%	20,18%	70,14%	100,00%
<u>COTOLETTA DI POLLO</u>					
Petto di pollo	60	9,36	0,36	0,00	40,80
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Uovo	7	0,87	0,61	0,00	8,96
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,24	6,18	7,78	
Calorie		44,95	55,61	31,12	131,68
Percentuali		34,14%	42,23%	23,63%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	5,30	11,40	
Calorie		6,60	47,70	45,60	99,90
Percentuali		6,61%	47,75%	45,65%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		24,90	19,09	117,51	
Calorie		99,61	171,85	470,04	741,50
Percentuali		13,43%	23,18%	63,39%	100,00%

Stampato il 10/10/2024
ore 10:10
Firma: Dott.ssa Maria Grazia Forte
Data: 10/10/2024
Ore: 10:10

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA ALLA PIZZAIOLA</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Origano	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,63	7,40	44,21	
Calorie		34,50	66,60	176,82	277,92
Percentuali		12,41%	23,96%	63,62%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	80	12,48	0,48	0,00	54,40
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,00	5,80	11,67	
Calorie		55,98	52,16	46,68	154,82
Percentuali		36,16%	33,69%	30,15%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	40	0,60	0,08	1,20	7,60
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,60	5,08	1,20	
Calorie		2,40	45,72	4,80	52,92
Percentuali		4,54%	86,39%	9,07%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		27,57	18,68	105,78	
Calorie		110,28	168,08	423,10	701,46
Percentuali		15,72%	23,96%	60,32%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA E PISELLI</u>					
Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	28,68	130,00
Piselli surgelati	60	3,24	0,18	7,68	43,20
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,60	5,74	36,36	
Calorie		30,40	51,66	145,44	227,50
Percentuali		13,36%	22,71%	63,93%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,62	11,73	3,89	
Calorie		38,48	105,57	15,56	159,61
Percentuali		24,11%	66,14%	9,75%	100,00%
<u>SPINACI ALL'OLIO</u>					
Spinaci	150	5,10	1,05	4,35	46,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,10	6,05	4,35	
Calorie		20,40	54,45	17,40	92,25
Percentuali		22,11%	59,02%	18,86%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		27,12	24,45	90,65	
Calorie		108,48	220,05	362,60	691,13
Percentuali		15,70%	31,84%	52,46%	100,00%

Via...
 71013 MOLFETTA (FG)
 Tel. 0874 410101
 Fax 0874 410102
 Email: info@padisa.it

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

2^ SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
LASAGNE AL FORNO					
Pasta all'uovo secca cruda	60	7,80	1,44	46,74	219,60
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Macinato di vitello	25	4,93	0,60	0,00	27,00
Mozzarella di vacca	25	4,68	4,88	0,18	63,25
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		19,44	13,47	47,82	
Calorie		77,74	121,23	191,26	390,23
Percentuali		19,92%	31,07%	49,01%	100,00%

CAROTE ALL'OLIO

Carote	150	1,65	0,30	11,40	46,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	5,30	11,40	
Calorie		6,60	47,70	45,60	99,90
Percentuali		6,61%	47,75%	45,65%	100,00%

Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%

Grammi TOTALI		25,44	19,17	107,92	
Calorie		101,74	172,53	431,66	705,93
Percentuali		14,41%	24,44%	61,15%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	22,49	18,37	106,93	682,97
Martedì	24,90	19,09	117,51	741,50
Mercoledì	27,57	18,68	105,78	701,46
Giovedì	27,12	24,45	90,65	691,13
Venerdì	25,44	19,17	107,92	705,93
MEDIA	25,50	19,95	105,76	704,60
Calorie	102,02	179,56	423,02	
Percentuali	14%	25%	60%	100%

MERENDA (alternati nelle settimane)

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00
Grammi		0,45	0,15	21,75	
Calorie		1,80	1,35	87,00	90,15
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	20	2,20	0,14	15,46	68,00
Burro	7	0,06	5,84	0,08	53,06
Zucchero	5	0,00	0,00	5,23	19,60
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	18	0,09	0,00	10,57	39,96
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		3,59	6,85	31,33	
Calorie		14,34	61,63	125,31	201,29
Percentuali		7,13%	30,62%	62,26%	100,00%

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		0,30	0,15	16,95	
Calorie		1,20	1,35	67,80	70,35
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dipartimento Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA GIUSPINI
N. 887/112
SEZ. A



SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

LUNEDI

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASSATO DI VERDURE CON PASTA INTEGRALE</u>					
Pasta di semola integrale	80	11,70	1,12	60,02	278,40
Minestrone surgelato	100	2,70	0,20	10,40	54,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		17,75	11,13	70,42	
Calorie		71,02	100,17	281,70	452,88
Percentuali		15,68%	22,12%	62,20%	100,00%
<u>RICOTTA VACCINA</u>					
Ricotta vaccina	60	5,28	6,54	2,10	87,60
Grammi		5,28	6,54	2,10	
Calorie		21,12	58,86	8,40	88,38
Percentuali		23,90%	66,60%	9,50%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	50	0,75	0,10	1,50	9,50
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,89	7,11	1,66	
Calorie		3,56	63,99	6,64	74,19
Percentuali		4,80%	86,25%	8,95%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		28,37	25,23	128,53	
Calorie		113,50	227,07	514,14	854,70
Percentuali		13,28%	26,57%	60,15%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico





SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

MARTEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO CON CREMA DI ZUCCA</u>					
Riso parboiled crudo	80	5,92	0,24	65,04	269,60
Zucca gialla	100	1,10	0,10	3,50	18,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,37	10,15	68,54	
Calorie		41,48	91,35	274,16	406,99
Percentuali		10,19%	22,45%	67,36%	100,00%
<u>COTOLETTA DI POLLO</u>					
Petto di pollo	80	12,48	0,48	0,00	54,40
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,24	8,67	11,67	
Calorie		60,94	77,99	46,68	185,61
Percentuali		32,83%	42,02%	25,15%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	7,30	11,40	
Calorie		6,60	65,70	45,60	117,90
Percentuali		5,60%	55,73%	38,68%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%
Grammi TOTALI		32,16	27,10	143,31	
Calorie		128,62	243,86	573,24	945,72
Percentuali		13,60%	25,79%	60,61%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dot. ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA ALLA PIZZAIOLA</u>					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Origano	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		12,72	11,19	59,15	
Calorie		50,88	100,67	236,58	388,13
Percentuali		13,11%	25,94%	60,95%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	120	18,72	0,72	0,00	81,60
Pangrattato	20	2,02	0,42	15,56	70,20
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		20,74	8,14	15,56	
Calorie		82,96	73,26	62,24	218,46
Percentuali		37,97%	33,53%	28,49%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	60	0,90	0,12	1,80	11,40
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,90	7,12	1,80	
Calorie		3,60	64,08	7,20	74,88
Percentuali		4,81%	85,58%	9,62%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		38,81	26,90	130,86	
Calorie		155,24	242,06	523,42	920,72
Percentuali		16,86%	26,29%	56,85%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

**GIOVEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA E PISELLI</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Piselli surgelati	80	4,32	0,24	10,24	57,60
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,77	7,94	46,09	
Calorie		39,08	71,46	184,36	294,90
Percentuali		13,25%	24,23%	62,52%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	90	11,16	7,83	0,00	115,20
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,52	17,85	7,78	
Calorie		62,08	160,65	31,12	253,85
Percentuali		24,46%	63,29%	12,26%	100,00%
<u>SPINACI ALL'OLIO</u>					
Spinaci	150	5,10	1,05	4,35	46,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,10	8,05	4,35	
Calorie		20,40	72,45	17,40	110,25
Percentuali		22,11%	59,02%	18,86%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%
Grammi TOTALI		38,29	33,34	129,32	
Calorie		153,16	300,06	517,28	970,50
Percentuali		15,78%	30,92%	53,30%	100,00%

17/11/2024
17/11/2024
17/11/2024
17/11/2024
17/11/2024

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

2^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
LASAGNE AL FORNO					
Pasta all'uovo secca cruda	80	10,40	1,92	62,32	292,80
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Macinato di vitello	35	6,90	0,84	0,00	37,80
Mozzarella di vacca	30	5,61	5,85	0,21	75,90
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		26,86	18,67	64,03	
Calorie		107,42	168,03	256,12	531,57
Percentuali		20,21%	31,61%	48,18%	100,00%
CAROTE ALL'OLIO					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	46,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	7,30	11,40	
Calorie		6,60	65,70	45,60	117,90
Percentuali		5,60%	55,73%	38,68%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		32,96	26,42	129,78	
Calorie		131,82	237,78	519,12	888,72
Percentuali		14,83%	26,76%	58,41%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	28,37	25,23	128,53	854,70
Martedì	32,16	27,10	143,31	945,72
Mercoledì	38,81	26,90	130,86	920,72
Giovedì	37,05	32,47	129,32	957,71
Venerdì	32,96	26,42	129,78	888,72
MEDIA	33,87	27,62	132,36	913,51
Calorie	135,48	248,60	529,44	
Percentuali	15%	27%	58%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	200	0,60	0,20	29,00	112,00
Grammi		0,60	0,20	29,00	
Calorie		2,40	1,80	116,00	120,20
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	25	2,75	0,18	19,33	85,00
Burro	8	0,06	6,67	0,09	60,64
Zucchero	7	0,00	0,00	7,32	27,44
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	20	0,10	0,00	11,74	44,40
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		4,15	7,72	38,47	
Calorie		16,62	69,45	153,87	239,94
Percentuali		6,93%	28,95%	64,13%	100,00%

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		0,40	0,20	22,60	
Calorie		1,60	1,80	90,40	93,80
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dipendente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA CRISPINI
N. 112/112
SEZ. A



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA

LUNEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTINA IN BRODO VEGETALE</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,13	7,11	35,85	
Calorie		28,50	63,95	143,40	235,85
Percentuali		12,08%	27,11%	60,80%	100,00%
<u>SALSICCIA di VITELLO AL POMODORO</u>					
Salsiccia di vitello	30	4,20	9,51	0,00	58,80
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		4,44	9,61	0,60	
Calorie		17,75	86,49	2,40	106,64
Percentuali		16,64%	81,11%	2,25%	100,00%
<u>CAROTE AL VAPORE</u>					
Carote	100	1,10	0,20	7,60	35,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,10	5,20	7,60	
Calorie		4,40	46,80	30,40	81,60
Percentuali		5,39%	57,35%	37,25%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		16,20	22,27	86,40	
Calorie		64,81	200,39	345,60	610,79
Percentuali		10,61%	32,81%	56,58%	100,00%





SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA**MARTEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO AL POMODORO</u>					
Riso parboiled crudo	50	3,70	0,15	40,65	168,50
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,67	6,66	41,54	
Calorie		22,66	59,94	166,14	248,74
Percentuali		9,11%	24,10%	66,79%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	70	10,92	0,42	0,00	47,60
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,93	5,63	7,78	
Calorie		47,72	50,67	31,12	129,51
Percentuali		36,85%	39,12%	24,03%	100,00%
<u>BIETA ALL'OLIO</u>					
Bieta	100	1,30	0,10	2,80	17,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,30	5,10	2,80	
Calorie		5,20	45,90	11,20	62,30
Percentuali		8,35%	73,68%	17,98%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		22,95	18,19	93,32	
Calorie		91,78	163,71	373,26	628,75
Percentuali		14,60%	26,04%	59,37%	100,00%

SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA
Via S. Maria Maddalena, 10
71013 MOLFETTA (FG)
Tel. 0874/451111
www.comune.molfetta.fg.it

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>FARRO E LENTICCHIE</u>					
Farro	40	6,04	1,00	26,84	134,00
Lenticchie secche	40	9,08	0,40	20,44	116,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,12	6,40	47,28	
Calorie		60,48	57,60	189,12	307,20
Percentuali		19,69%	18,75%	61,56%	100,00%
<u>TORTINO DI VERDURE</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Verdure	40	0,52	0,04	0,56	6,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,14	11,77	4,45	
Calorie		40,56	105,93	17,80	164,29
Percentuali		24,69%	64,48%	10,83%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	20	0,30	0,04	0,60	3,80
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,44	5,05	0,76	
Calorie		1,76	45,45	3,04	50,25
Percentuali		3,50%	90,45%	6,05%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		29,24	23,57	94,84	
Calorie		116,96	212,13	379,36	708,45
Percentuali		16,51%	29,94%	53,55%	100,00%

Stampa illeggibile

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE CON PATATE</u>					
Pasta di semola integrale	30	4,39	0,42	22,51	104,40
Patate	40	0,84	0,40	7,16	34,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,90	2,23	29,67	
Calorie		27,62	20,03	118,68	166,32
Percentuali		16,60%	12,04%	71,36%	100,00%
<u>PRIMO SALE</u>					
Primo sale	40	7,48	7,80	0,00	101,20
Grammi		7,48	7,80	0,00	
Calorie		29,92	70,20	0,00	100,12
Percentuali		29,88%	70,12%	0,00%	100,00%
<u>SPINACI ALL'OLIO</u>					
Spinaci	100	3,40	0,70	2,90	31,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		3,40	5,70	2,90	
Calorie		13,60	51,30	11,60	76,50
Percentuali		17,78%	67,06%	15,16%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		21,83	16,53	73,77	
Calorie		87,34	148,73	295,08	531,14
Percentuali		16,44%	28,00%	55,56%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dietista Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL PESTO</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Pesto s/aglio	15	1,01	7,13	1,31	73,65
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,46	7,83	37,16	
Calorie		25,82	70,43	148,62	244,87
Percentuali		10,54%	28,76%	60,69%	100,00%
<u>COSCIA DI POLLO DISOSSATA</u>					
Coscia pollo disossata	50	9,25	1,85	0,00	53,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,25	6,85	0,00	
Calorie		37,00	61,65	0,00	98,65
Percentuali		37,51%	62,49%	0,00%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,45	5,06	0,90	
Calorie		1,80	45,54	3,60	50,94
Percentuali		3,53%	89,40%	7,07%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		19,70	20,09	80,41	
Calorie		78,78	180,77	321,62	581,17
Percentuali		13,56%	31,10%	55,34%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	16,20	22,27	86,40	610,79
Martedì	22,95	18,19	93,32	628,75
Mercoledì	29,24	23,57	94,84	708,45
Giovedì	21,83	16,53	73,77	531,14
Venerdì	19,70	20,09	80,41	581,17
MEDIA	21,98	20,13	85,75	612,06
Calorie	87,93	181,14	342,98	
Percentuali	14%	30%	56%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)
SUCCO DI FRUTTA

 Succo di frutta senza zuccheri
 aggiunti

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00
Grammi		0,45	0,15	21,75	
Calorie		1,80	1,35	87,00	90,15
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

Crackers non salati

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATATA DI FRUTTA 40 gr.

 Farina
 Burro
 Zucchero
 Uovo
 Confettura di frutta
 Agenti lievitanti, sale e aromi

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	10	1,10	0,07	7,73	34,00
Burro	5	0,04	4,17	0,06	37,90
Zucchero	3	0,00	0,00	3,14	11,76
Uovo	7	0,87	0,61	0,00	8,96
Confettura di frutta	15	0,08	0,00	8,81	33,30
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		2,08	4,85	19,73	
Calorie		8,33	43,64	78,90	130,87
Percentuali		6,37%	33,35%	60,29%	100,00%

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

Frutta fresca di stagione

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		0,30	0,15	16,95	
Calorie		1,20	1,35	67,80	70,35
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%


 ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

 Dott.ssa MARIAGRAZIA GUSPINI
 N. 1188/2012/LL
 SEZ. A



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

3ª SETTIMANA

LUNEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTINA IN BRODO VEGETALE</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,22	7,25	43,02	
Calorie		32,86	65,21	172,08	270,15
Percentuali		12,16%	24,14%	63,70%	100,00%
<u>SALSICCIA DI VITELLO AL POMODORO</u>					
Salsiccia di vitello	40	5,60	12,68	0,00	78,40
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,96	12,83	0,90	
Calorie		23,82	115,47	3,60	142,89
Percentuali		16,67%	80,81%	2,52%	100,00%
<u>CAROTE AL VAPORE</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	5,30	11,40	
Calorie		6,60	47,70	45,60	99,90
Percentuali		6,61%	47,75%	45,65%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		20,17	25,78	104,02	
Calorie		80,68	231,98	416,08	728,74
Percentuali		11,07%	31,83%	57,10%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico





SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA**MARTEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO AL POMODORO</u>					
Riso parboiled crudo	60	4,44	0,18	48,78	202,20
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,53	6,74	49,97	
Calorie		26,10	60,66	199,86	286,62
Percentuali		9,11%	21,16%	69,73%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	80	12,48	0,48	0,00	54,40
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,00	5,80	11,67	
Calorie		55,98	52,16	46,68	154,82
Percentuali		36,16%	33,69%	30,15%	100,00%
<u>BIETA ALL'OLIO</u>					
Bieta	150	1,95	0,15	4,20	25,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,95	5,15	4,20	
Calorie		7,80	46,35	16,80	70,95
Percentuali		10,99%	65,33%	23,68%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		27,27	18,62	111,89	
Calorie		109,08	167,54	447,54	724,16
Percentuali		15,06%	23,14%	61,80%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>FARRO E LENTICCHIE</u>					
Farro	40	6,04	1,00	26,84	134,00
Lenticchie secche	40	9,08	0,40	20,44	116,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,12	6,40	47,28	
Calorie		60,48	57,60	189,12	307,20
Percentuali		19,69%	18,75%	61,56%	100,00%
<u>TORTINO DI VERDURE</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Verdure	50	0,65	0,05	0,70	8,50
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,27	11,78	4,59	
Calorie		41,08	106,02	18,36	165,46
Percentuali		24,83%	64,08%	11,10%	100,00%
<u>INSALATA MISTA</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,59	5,07	1,06	
Calorie		2,36	45,63	4,24	52,23
Percentuali		4,52%	87,36%	8,12%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		30,33	23,65	101,63	
Calorie		121,32	212,85	406,52	740,69
Percentuali		16,38%	28,74%	54,88%	100,00%

SEGNARE IL NOME
E IL COGNOME IN
UNO DEI QUADRI
SOTTOSTIPENDIATI
CON UNO DEI
PENNELLI IN DOTAZIONE

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE CON PATATE</u>					
Pasta di semola integrale	40	5,85	0,56	30,01	139,20
Patate	50	1,05	0,50	8,95	42,50
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,58	2,47	38,96	
Calorie		34,31	22,19	155,85	212,34
Percentuali		16,16%	10,45%	73,40%	100,00%
<u>PRIMO SALE</u>					
Primo sale	50	9,35	9,75	0,00	126,50
Grammi		9,35	9,75	0,00	
Calorie		37,40	87,75	0,00	125,15
Percentuali		29,88%	70,12%	0,00%	100,00%
<u>SPINACI ALL'OLIO</u>					
Spinaci	150	5,10	1,05	4,35	46,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,10	6,05	4,35	
Calorie		20,40	54,45	17,40	92,25
Percentuali		22,11%	59,02%	18,86%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		27,83	19,20	89,36	
Calorie		111,31	172,76	357,45	641,51
Percentuali		17,35%	26,93%	55,72%	100,00%

SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA
MENÙ INVERNALE
3^a SETTIMANA
GIOVEDÌ
2024-10-28

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gloc.	Kcal
<u>PASTA AL PESTO</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Pesto s/aglio	20	1,34	9,50	1,74	98,20
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,88	10,34	44,76	
Calorie		31,52	93,06	179,04	303,62
Percentuali		10,38%	30,65%	58,97%	100,00%
<u>COSCIA DI POLLO DISSOATA</u>					
Coscia pollo dissolata	60	11,10	2,22	0,00	64,20
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,10	7,22	0,00	
Calorie		44,40	64,98	0,00	109,38
Percentuali		40,59%	59,41%	0,00%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	40	0,60	0,08	1,20	7,60
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,60	5,08	1,20	
Calorie		2,40	45,72	4,80	52,92
Percentuali		4,54%	86,39%	9,07%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		23,93	23,04	94,66	
Calorie		95,72	207,36	378,64	681,72
Percentuali		14,04%	30,42%	55,54%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dot.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	20,17	25,78	104,02	728,74
Martedì	27,27	18,62	111,89	724,16
Mercoledì	30,33	23,65	101,63	740,69
Giovedì	27,83	19,20	89,36	641,51
Venerdì	23,93	23,04	94,66	681,72
MEDIA	25,91	22,06	100,31	703,36
Calorie	103,62	198,50	401,25	
Percentuali	15%	28%	57%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

<u>SUCCO DI FRUTTA</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00
Grammi		0,45	0,15	21,75	
Calorie		1,80	1,35	87,00	90,15
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

<u>CRACKERS</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

<u>CROSTATATA DI FRUTTA 40 gr.</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	20	2,20	0,14	15,46	68,00
Burro	7	0,06	5,84	0,08	53,06
Zucchero	5	0,00	0,00	5,23	19,60
Uova	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	18	0,09	0,00	10,57	39,96
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		3,59	6,85	31,33	
Calorie		14,34	61,63	125,31	201,29
Percentuali		7,13%	30,62%	62,26%	100,00%

<u>SUCCO DI FRUTTA</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		0,30	0,15	16,95	
Calorie		1,20	1,35	67,80	70,35
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA CUSPINI
SEZ. A

LUNEDÌ
PASTINA IN BRODO VEGETALE

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Keal
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		12,07	8,93	57,36	
Calorie		48,28	80,37	229,44	358,09
Percentuali		13,48%	22,44%	64,07%	100,00%

SALSICCIA DI VITELLO AL POMODORO

Salsiccia di vitello	70	9,79	22,19	0,00	137,20
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		10,39	22,44	1,50	
Calorie		41,57	201,96	6,00	249,53
Percentuali		16,66%	80,94%	2,40%	100,00%

CAROTE AL VAPORE

Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		1,65	5,30	11,40	
Calorie		6,60	47,70	45,60	99,90
Percentuali		6,61%	47,75%	45,65%	100,00%

Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00

Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%

Grammi TOTALI		28,56	37,12	124,61	
Calorie		114,25	334,08	498,44	946,77
Percentuali		12,07%	35,29%	52,65%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE-AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



**MARTEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>RISOTTO AL POMODORO</u>					
Riso parboiled crudo	80	5,92	0,24	65,04	269,60
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,92	10,31	66,83	
Calorie		39,68	92,75	267,30	399,73
Percentuali		9,93%	23,20%	66,87%	100,00%
<u>FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO</u>					
Merluzzo filetto surgelato	120	18,72	0,72	0,00	81,60
Pangrattato	20	2,02	0,42	15,56	70,20
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		20,74	8,14	15,56	
Calorie		82,96	73,26	62,24	218,46
Percentuali		37,97%	33,53%	28,49%	100,00%
<u>BIETA ALL'OLIO</u>					
Bieta	150	1,95	0,15	4,20	25,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,95	7,15	4,20	
Calorie		7,80	64,35	16,80	88,95
Percentuali		8,77%	72,34%	18,89%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%
Grammi TOTALI		37,51	26,58	138,29	
Calorie		150,04	239,18	553,14	942,36
Percentuali		15,92%	25,38%	58,70%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

**MERCOLEDÌ****FARRO E LENTICCHIE**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farro	50	7,55	1,25	33,55	167,50
Lenticchie secche	50	11,35	0,50	25,55	145,50
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi	18,90	8,75	59,10		
Calorie	75,60	78,75	236,40	390,75	
Percentuali	19,35%	20,15%	60,50%	100,00%	

TORTINO DI VERDURE

Uova	90	11,16	7,83	0,00	115,20
V verdure	60	0,78	0,06	0,84	10,20
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi	16,30	17,91	8,62		
Calorie	65,20	161,19	34,48	260,87	
Percentuali	24,99%	61,79%	13,22%	100,00%	

INSALATA MISTA

Insalata	50	0,75	0,10	1,50	9,50
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi	0,89	7,11	1,66		
Calorie	3,56	63,99	6,64	74,19	
Percentuali	4,80%	86,25%	8,95%	100,00%	

Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00

Grammi	4,45	0,45	54,35		
Calorie	17,80	4,05	217,40	239,25	
Percentuali	7,44%	1,69%	90,87%	100,00%	

Grammi TOTALI	40,54	34,22	123,73		
Calorie	162,16	307,98	494,92	965,06	
Percentuali	16,80%	31,91%	51,28%	100,00%	

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE CON PATATE</u>					
Pasta di semola integrale	40	5,85	0,56	30,01	139,20
Patate	60	1,26	0,60	10,74	51,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,46	3,97	40,75	
Calorie		41,85	35,73	163,01	240,59
Percentuali		17,39%	14,85%	67,75%	100,00%
<u>PRIMO SALE</u>					
Primo sale	60	11,22	11,70	0,00	151,80
Grammi		11,22	11,70	0,00	
Calorie		44,88	105,30	0,00	150,18
Percentuali		29,88%	70,12%	0,00%	100,00%
<u>SPINACI ALL'OLIO</u>					
Spinaci	150	5,10	1,05	4,35	46,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		5,10	8,05	4,35	
Calorie		20,40	72,45	17,40	110,25
Percentuali		18,50%	65,71%	15,78%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%
Grammi TOTALI		31,68	24,70	96,80	
Calorie		126,73	222,30	387,21	736,24
Percentuali		17,21%	30,19%	52,59%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

3^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL PESTO</u>					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Pesto s/aglio	25	1,68	11,88	2,18	122,75
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,40	13,00	59,54	
Calorie		41,58	116,96	238,14	396,68
Percentuali		10,48%	29,48%	60,03%	100,00%
<u>COSCIA DI POLLO DISOSSATA</u>					
Coscia pollo disossata	80	14,80	2,96	0,00	85,60
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,80	9,96	0,00	
Calorie		59,20	89,64	0,00	148,84
Percentuali		39,77%	60,23%	0,00%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	60	0,90	0,12	1,80	11,40
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,90	7,12	1,80	
Calorie		3,60	64,08	7,20	74,88
Percentuali		4,81%	85,38%	9,62%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		32,98	30,68	134,74	
Calorie		131,90	276,08	538,94	946,92
Percentuali		13,93%	29,16%	56,92%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	28,56	37,12	124,61	946,77
Martedì	37,51	26,58	138,29	942,36
Mercoledì	39,30	33,35	123,73	952,27
Giovedì	31,68	24,70	96,80	736,24
Venerdì	32,98	30,68	134,74	946,92
MEDIA	34,01	30,48	123,63	904,91
Calorie	136,02	274,36	494,53	
Percentuali	15%	30%	55%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	200	0,60	0,20	29,00	112,00
Grammi		0,60	0,20	29,00	
Calorie		2,40	1,80	116,00	120,20
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00
Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	25	2,75	0,18	19,33	85,00
Burro	8	0,06	6,67	0,09	60,64
Zucchero	7	0,00	0,00	7,32	27,44
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	20	0,10	0,00	11,74	44,40
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				
Grammi		4,15	7,72	38,47	
Calorie		16,62	69,45	153,87	239,94
Percentuali		6,93%	28,95%	64,13%	100,00%

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		0,40	0,20	22,60	
Calorie		1,60	1,80	90,40	93,80
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MAFILIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA GIUSPINI
N. 108/2024
SEZ. A



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

LUNEDI'

RISO E LENTICCHIE

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Keal
Riso parboiled crudo	40	2,96	0,12	32,52	134,80
Lenticchie secche	40	9,08	0,40	20,44	116,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi	12,04	5,52	52,96		
Calorie	48,16	49,68	211,84	309,68	
Percentuali	15,55%	16,04%	68,41%	100,00%	

RICOTTA

Ricotta vaccina	40	3,52	4,36	1,40	58,40
-----------------	----	------	------	------	-------

Grammi	3,52	4,36	1,40		
Calorie	14,08	39,24	5,60	58,92	
Percentuali	23,90%	66,60%	9,50%	100,00%	

INSALATA MISTA

Insalata	20	0,30	0,04	0,60	3,80
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi	0,44	5,05	0,76		
Calorie	1,76	45,45	3,04	50,25	
Percentuali	3,50%	90,45%	6,05%	100,00%	

Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi	4,05	0,80	41,20		
Calorie	16,20	7,20	164,80	188,20	
Percentuali	8,61%	3,83%	87,57%	100,00%	

Grammi TOTALI	20,05	15,73	96,32		
Calorie	80,20	141,57	385,28	607,05	
Percentuali	13,21%	23,32%	63,47%	100,00%	

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MAFIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico





SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

MARTEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA CON PASSATO DI VERDURE</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Minestrone surgelato	80	2,16	0,16	8,32	43,20
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,29	7,27	44,17	
Calorie		37,14	65,39	176,68	279,21
Percentuali		13,30%	23,42%	63,28%	100,00%
<u>PETTO DI POLLO DORATO</u>					
Petto di pollo	50	7,80	0,30	0,00	34,00
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,31	5,41	3,89	
Calorie		33,22	48,65	15,56	97,43
Percentuali		34,10%	49,93%	15,97%	100,00%
<u>ZUCCA GRATINATA</u>					
Zucca	100	1,10	0,10	3,50	18,00
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		2,11	5,31	11,28	
Calorie		8,44	47,79	45,12	101,35
Percentuali		8,33%	47,15%	44,52%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		23,24	18,33	101,69	
Calorie		92,96	164,97	406,76	664,69
Percentuali		13,99%	24,82%	61,20%	100,00%

Istituto Nazionale per lo Studio e la Cura
 delle Leucemie, Linfomi e Mieloma
 Ospedale Civile - Via G. Cesare, 153
 70124 Bari - Tel. 080/5274111
 Fax 080/5274112

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menu invernale

4^a SETTIMANA**MERCOLEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL POMODORO</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		7,42	7,21	36,74	
Calorie		29,66	64,89	146,94	241,49
Percentuali		12,28%	26,87%	60,85%	100,00%
<u>FILETTO DI PLATESSA IN UMIDO</u>					
Filetto di platessa surgelato	70	11,69	1,05	0,00	56,00
Aromi	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		11,69	6,05	0,00	
Calorie		46,76	54,45	0,00	101,21
Percentuali		46,20%	53,80%	0,00%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	100	1,10	0,20	7,60	35,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,10	5,20	7,60	
Calorie		4,40	46,80	30,40	81,60
Percentuali		5,39%	57,35%	37,25%	100,00%
Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%
Grammi TOTALI		23,75	18,81	86,69	
Calorie		94,98	169,29	346,74	611,01
Percentuali		15,54%	27,71%	56,75%	100,00%

Stampa del documento
Data di stampa: 10/28/2024
Ora di stampa: 10:28:24
Utente: [non identificato]

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA INTEGRALE CON PATATE</u>					
Pasta di semola integrale	30	4,39	0,42	22,51	104,40
Patate	40	0,84	0,40	7,16	34,00
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,90	7,23	29,67	
Calorie		27,62	65,03	118,68	211,32
Percentuali		13,07%	30,77%	56,16%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,62	11,74	3,89	
Calorie		38,48	105,66	15,56	159,70
Percentuali		27,17%	61,84%	10,99%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,45	5,06	0,90	
Calorie		1,80	45,54	3,60	50,94
Percentuali		5,46%	83,61%	10,93%	100,00%
Pane integrale	50	3,75	0,65	24,25	112,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,05	0,80	41,20	
Calorie		16,20	7,20	164,80	188,20
Percentuali		8,61%	3,83%	87,57%	100,00%
Grammi TOTALI		21,02	20,82	75,66	
Calorie		84,10	187,34	302,64	574,07
Percentuali		14,65%	32,63%	52,72%	100,00%

Il presente documento è
il risultato di un'attività
di lavoro svolta in
collaborazione con
il personale della scuola
infanzia di Molfetta.

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA INFANZIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL FORNO</u>					
Pasta di semola cruda	50	5,45	0,70	35,85	162,50
Passata di pomodoro	20	0,24	0,10	0,60	4,20
Macinato di vitello	20	3,94	0,48	0,00	21,60
Mozzarella di vacca	20	3,74	3,90	0,14	50,60
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		15,05	11,59	36,59	
Calorie		60,18	104,27	146,36	310,81
Percentuali		19,36%	33,55%	47,09%	100,00%

BIETA GRATINATA

Bieta	100	1,30	0,10	2,80	17,00
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		3,99	6,72	10,58	
Calorie		15,94	60,44	42,32	118,70
Percentuali		13,43%	50,92%	35,65%	100,00%

Pane tipo 0	40	3,24	0,20	25,40	110,00
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		3,54	0,35	42,35	
Calorie		14,16	3,15	169,40	186,71
Percentuali		7,58%	1,69%	90,73%	100,00%

Grammi TOTALI		22,57	18,65	89,52	
Calorie		90,28	167,85	358,08	616,21
Percentuali		14,65%	27,24%	58,11%	100,00%

Padisa
 Via...
 Tel. ...
 P.I. ...

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	20,05	15,73	96,32	607,05
Martedì	23,24	18,33	101,69	664,69
Mercoledì	23,75	18,81	86,69	611,01
Giovedì	21,02	20,82	75,66	574,07
Venerdì	22,57	18,65	89,52	616,21
MEDIA	22,13	18,47	89,97	614,61
Calorie	88,50	166,20	359,90	
Percentuali	14%	27%	59%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)

<u>SUCCO DI FRUTTA</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	150	0,45	0,15	21,75	84,00

Grammi	0,45	0,15	21,75		
Calorie	1,80	1,35	87,00	90,15	
Percentuali	2,00%	1,50%	96,51%	100,00%	

<u>CRACKERS</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00

Grammi	2,35	2,50	20,03		
Calorie	9,40	22,50	80,10	112,00	
Percentuali	8,39%	20,09%	71,52%	100,00%	

<u>CROSTATATA DI FRUTTA 40 gr.</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	10	1,10	0,07	7,73	34,00
Burro	5	0,04	4,17	0,06	37,90
Zucchero	3	0,00	0,00	3,14	11,76
Uovo	7	0,87	0,61	0,00	8,96
Confettura di frutta	15	0,08	0,00	8,81	33,30
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				

Grammi	2,08	4,85	19,73		
Calorie	8,33	43,64	78,90	130,87	
Percentuali	6,37%	33,35%	60,29%	100,00%	

<u>FRUTTA FRESCA DI STAGIONE</u>	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00

Grammi	0,30	0,15	16,95		
Calorie	1,20	1,35	67,80	70,35	
Percentuali	1,71%	1,92%	96,38%	100,00%	



ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA RUSPINI
N. 1111111111
SEZ. A



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

LUNEDÌ

RISO E LENTICCHIE

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Riso parboiled crudo	40	2,96	0,12	32,52	134,80
Lenticchie secche	40	9,08	0,40	20,44	116,40
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		12,04	5,52	52,96	
Calorie		48,16	49,68	211,84	309,68
Percentuali		15,55%	16,04%	68,41%	100,00%

RICOTTA

Ricotta vaccina	50	4,40	5,45	1,75	73,00
-----------------	----	------	------	------	-------

Grammi		4,40	5,45	1,75	
Calorie		17,60	49,05	7,00	73,65
Percentuali		23,90%	66,60%	9,50%	100,00%

INSALATA MISTA

Insalata	30	0,45	0,06	0,90	5,70
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		0,59	5,07	1,06	
Calorie		2,36	45,63	4,24	52,23
Percentuali		4,52%	87,36%	8,12%	100,00%

Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00

Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%

Grammi TOTALI		21,83	16,97	101,82	
Calorie		87,32	152,73	407,28	647,33
Percentuali		13,49%	23,59%	62,92%	100,00%

AGL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico





SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA**MARTEDI'**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA CON PASSATO DI VERDURE</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Minestrone surgelato	100	2,70	0,20	10,40	54,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,92	7,45	53,42	
Calorie		43,66	67,01	213,68	324,35
Percentuali		13,46%	20,66%	65,88%	100,00%
<u>PETTO DI POLLO DORATO</u>					
Petto di pollo	60	9,36	0,36	0,00	40,80
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		10,37	5,57	7,78	
Calorie		41,48	50,13	31,12	122,73
Percentuali		33,80%	40,85%	25,36%	100,00%
<u>ZUCCA GRATINATA</u>					
Zucca	150	1,65	0,15	5,25	27,00
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		3,17	5,47	16,92	
Calorie		12,66	49,19	67,68	129,53
Percentuali		9,77%	37,97%	52,25%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		28,80	18,88	126,82	
Calorie		115,20	169,92	507,28	792,40
Percentuali		14,54%	21,44%	64,02%	100,00%

INCHIESTA
10/12/2024
COMUNE MOLFETTA
10128

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA**MERCOLEDÌ**

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL POMODORO</u>					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,63	7,40	44,21	
Calorie		34,50	66,60	176,82	277,92
Percentuali		12,41%	23,96%	63,62%	100,00%
<u>FILETTO DI PLATESSA IN UMIDO</u>					
Filetto di platessa surgelato	80	13,36	1,20	0,00	64,00
Aromi	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		13,36	6,20	0,00	
Calorie		53,44	55,80	0,00	109,24
Percentuali		48,92%	51,08%	0,00%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	5,30	11,40	
Calorie		6,60	47,70	45,60	99,90
Percentuali		6,61%	47,75%	45,65%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,35	0,40	48,70	
Calorie		17,40	3,60	194,80	215,80
Percentuali		8,06%	1,67%	90,27%	100,00%
Grammi TOTALI		27,99	19,30	104,31	
Calorie		111,94	173,70	417,22	702,86
Percentuali		15,93%	24,71%	59,36%	100,00%

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

GIOVEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Keal
<u>PASTA INTEGRALE CON PATATE</u>					
Pasta di semola integrale	40	5,85	0,56	30,01	139,20
Patate	50	1,05	0,50	8,95	42,50
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		8,58	7,47	38,96	
Calorie		34,31	67,19	155,85	257,34
Percentuali		13,33%	26,11%	60,56%	100,00%
<u>FRITTATA AL FORNO</u>					
Uovo	60	7,44	5,22	0,00	76,80
Pangrattato	5	0,51	0,11	3,89	17,55
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		9,62	11,73	3,89	
Calorie		38,48	105,57	15,56	159,61
Percentuali		24,11%	66,14%	9,75%	100,00%
<u>INSALATA VERDE</u>					
Insalata	40	0,60	0,08	1,20	7,60
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		0,60	5,08	1,20	
Calorie		2,40	45,72	4,80	52,92
Percentuali		6,87%	79,38%	13,75%	100,00%
Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi		4,80	0,93	46,05	
Calorie		19,20	8,37	184,20	211,77
Percentuali		9,07%	3,95%	86,98%	100,00%
Grammi TOTALI		23,60	23,21	90,10	
Calorie		94,39	208,85	360,41	663,64
Percentuali		14,22%	31,47%	54,31%	100,00%

SEGRETERIA
Tel. 080 4200000
Via S. Maria 100
71013 MOLFETTA (FG)
www.comune.molfetta.fg.it

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



SCUOLA PRIMARIA - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
PASTA AL FORNO					
Pasta di semola cruda	60	6,54	0,84	43,02	195,00
Passata di pomodoro	30	0,36	0,15	0,90	6,30
Macinato di vitello	25	4,93	0,60	0,00	27,00
Mozzarella di vacca	25	4,68	4,88	0,18	63,25
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi	18,18	12,87	44,10		
Calorie	72,70	115,83	176,38	364,91	
Percentuali	19,92%	31,74%	48,34%	100,00%	

BIETA GRATINATA

Bieta	150	1,95	0,15	4,20	25,50
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Parmigiano	5	1,68	1,41	0,00	19,35
Olio extravergine di oliva	5	0,00	5,00	0,00	45,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi	4,64	6,77	11,98		
Calorie	18,54	60,89	47,92	127,35	
Percentuali	14,56%	47,81%	37,63%	100,00%	

Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	150	0,30	0,15	16,95	66,00
Grammi	4,35	0,40	48,70		
Calorie	17,40	3,60	194,80	215,80	
Percentuali	8,06%	1,67%	90,27%	100,00%	

Grammi TOTALI	27,16	20,04	104,78		
Calorie	108,64	180,32	419,10	708,06	
Percentuali	15,34%	25,47%	59,19%	100,00%	

ASL BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



LUNEDÌ

RISO E LENTICCHIE

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Riso parboiled crudo	50	3,70	0,15	40,65	168,50
Lenticchie secche	50	11,35	0,50	25,55	145,50
Brodo vegetale	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		15,05	7,65	66,20	
Calorie		60,20	68,85	264,80	393,85
Percentuali		15,29%	17,48%	67,23%	100,00%

RICOTTA

Ricotta vaccina	60	5,28	6,54	2,10	87,60
-----------------	----	------	------	------	-------

Grammi		5,28	6,54	2,10	
Calorie		21,12	58,86	8,40	88,38
Percentuali		23,90%	66,60%	9,50%	100,00%

INSALATA MISTA

Insalata	50	0,75	0,10	1,50	9,50
Radicchio	10	0,14	0,01	0,16	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00

Grammi		0,89	7,11	1,66	
Calorie		3,56	63,99	6,64	74,19
Percentuali		4,80%	86,25%	8,95%	100,00%

Pane integrale	60	4,50	0,78	29,10	134,40
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,90	0,98	51,70	
Calorie		19,60	8,82	206,80	235,22
Percentuali		8,33%	3,75%	87,92%	100,00%

Grammi TOTALI		26,12	22,28	121,66	
Calorie		104,48	200,52	486,64	791,64
Percentuali		13,20%	25,33%	61,47%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



MARTEDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA CON PASSATO DI VERDURE</u>					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Minestrone surgelato	100	2,70	0,20	10,40	54,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,77	11,13	67,76	
Calorie		59,08	100,17	271,04	430,29
Percentuali		13,73%	23,28%	62,99%	100,00%
<u>PETTO DI POLLO DORATO</u>					
Petto di pollo	80	12,48	0,48	0,00	54,40
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		14,00	7,80	11,67	
Calorie		55,98	70,16	46,68	172,82
Percentuali		32,39%	40,60%	27,01%	100,00%
<u>ZUCCA GRATINATA</u>					
Zucca	150	1,65	0,15	5,25	27,00
Pangrattato	15	1,52	0,32	11,67	52,65
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		3,17	7,47	16,92	
Calorie		12,66	67,19	67,68	147,53
Percentuali		8,58%	45,54%	45,88%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		36,38	26,84	150,70	
Calorie		145,52	241,56	602,80	989,88
Percentuali		14,70%	24,40%	60,90%	100,00%

IGIENE ALIMENTARE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO - MOLFETTA Menù invernale

4^a SETTIMANA

MERCOLEDÌ

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
<u>PASTA AL POMODORO</u>					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Cipolle	5	0,05	0,01	0,29	1,30
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		12,72	11,19	59,15	
Calorie		50,88	100,67	236,58	388,13
Percentuali		13,11%	25,94%	60,95%	100,00%
<u>FILETTO DI PLATESSA IN UMIDO</u>					
Filetto di platessa surgelato	120	20,04	1,80	0,00	96,00
Aromi	q.b.	0,00	0,00	0,00	0,00
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		20,04	8,80	0,00	
Calorie		80,16	79,20	0,00	159,36
Percentuali		50,30%	49,70%	0,00%	100,00%
<u>CAROTE ALL'OLIO</u>					
Carote	150	1,65	0,30	11,40	52,50
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		1,65	7,30	11,40	
Calorie		6,60	65,70	45,60	117,90
Percentuali		5,60%	55,73%	38,68%	100,00%
Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%
Grammi TOTALI		38,86	27,74	124,90	
Calorie		155,44	249,62	499,58	904,64
Percentuali		17,18%	27,59%	55,22%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

VENERDI'

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
PASTA AL FORNO					
Pasta di semola cruda	80	8,72	1,12	57,36	260,00
Passata di pomodoro	50	0,60	0,25	1,50	10,50
Macinato di vitello	35	6,90	0,84	0,00	37,80
Mozzarella di vacca	30	5,61	5,85	0,21	75,90
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		25,18	17,87	59,07	
Calorie		100,70	160,83	236,28	497,81
Percentuali		20,23%	32,31%	47,46%	100,00%

BIETA GRATINATA

Bieta	150	1,95	0,15	4,20	25,50
Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,10
Parmigiano	10	3,35	2,81	0,00	38,70
Olio extravergine di oliva	7	0,00	7,00	0,00	63,00
Sale fino iodato	1	0,00	0,00	0,00	0,00
Grammi		6,31	10,17	11,98	
Calorie		25,24	91,53	47,92	164,69
Percentuali		15,33%	55,58%	29,10%	100,00%

Pane tipo 0	50	4,05	0,25	31,75	137,50
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00
Grammi		4,45	0,45	54,35	
Calorie		17,80	4,05	217,40	239,25
Percentuali		7,44%	1,69%	90,87%	100,00%

Grammi TOTALI		35,94	28,49	125,40	
Calorie		143,74	256,41	501,60	901,75
Percentuali		15,94%	28,43%	55,63%	100,00%

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico



Comune di Molfetta
 Via Roma, 10 - 71013 Molfetta (FG)
 Tel. 0874/241111 - Fax 0874/241112
 Email: info@molfetta.comune.fg.it

	proteine	lipidi	glucidi	Kcal
Lunedì	26,12	22,28	121,66	791,64
Martedì	36,38	26,84	150,70	989,88
Mercoledì	38,86	27,74	124,90	904,64
Giovedì	35,53	33,57	126,28	949,39
Venerdì	35,94	28,49	125,40	901,75
MEDIA	34,57	27,78	129,79	907,46
Calorie	138,26	250,05	519,15	
Percentuali	15%	28%	57%	100%

MERENDA (alternati nella settimana)
SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	200	0,60	0,20	29,00	112,00

Grammi		0,60	0,20	29,00	
Calorie		2,40	1,80	116,00	120,20
Percentuali		2,00%	1,50%	96,51%	100,00%

CRACKERS

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Crackers non salati	25	2,35	2,50	20,03	107,00

Grammi		2,35	2,50	20,03	
Calorie		9,40	22,50	80,10	112,00
Percentuali		8,39%	20,09%	71,52%	100,00%

CROSTATA DI FRUTTA 40 gr.

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Farina	25	2,75	0,18	19,33	85,00
Burro	8	0,06	6,67	0,09	60,64
Zucchero	7	0,00	0,00	7,32	27,44
Uovo	10	1,24	0,87	0,00	12,80
Confettura di frutta	20	0,10	0,00	11,74	44,40
Agenti lievitanti, sale e aromi	q.b				

Grammi		4,15	7,72	38,47	
Calorie		16,62	69,45	153,87	239,94
Percentuali		6,93%	28,95%	64,13%	100,00%

SUCCO DI FRUTTA

	Gr.	Prot.	Lip.	Gluc.	Kcal
Frutta fresca di stagione	200	0,40	0,20	22,60	88,00

Grammi		0,40	0,20	22,60	
Calorie		1,60	1,80	90,40	93,80
Percentuali		1,71%	1,92%	96,38%	100,00%



ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

Dott.ssa MARIAGRAZIA CUSPINI
 N. 12/12/2024
 SEZ. A

Dirigente Medico
"Linee di indirizzo
scolistica e aziendale" DGR



Menù Ristorazione Scolastica

Il menù è stato stilato secondo quanto previsto dalle linee guida per la ristorazione scolastica "Linee di indirizzo regionale per la ristorazione scolastica" (Linee di indirizzo 1435 del 02 agosto 2018 - aggiornamento alla DGR 276 del 19.03.2002 e secondo quanto previsto dalle linee guida nazionali per la ristorazione scolastica "Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica" Gazzetta Ufficiale n. 134 11.06.2010 e del "Livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione italiana - 2014"; tenendo conto delle indicazioni della SIP (Società Italiana di Pediatria).

Il menù è articolato nella versione autunno/inverno, per i mesi da ottobre a marzo, contenente 4 settimane.

I contorni proposti nel piano nutrizionale possono essere sostituiti da altre tipologie di verdure tenendo conto della stagionalità.

La frutta deve essere proposta in almeno tre varietà nella medesima settimana, rispettando la stagionalità.

I metodi di cottura da utilizzare devono consentire il più possibile il mantenimento del valore nutritivo ed organolettico del cibo.

La scelta di alimenti di tipo integrale, da alternare a quelli abitualmente utilizzati, è dettata dal garantire un sufficiente apporto di fibre e macronutrienti.

I legumi e le verdure possono essere consumati interi o sotto forma di passato.

La scelta delle carni dovrebbe orientarsi verso allevamenti non intensivi. Per la carne bovina le categorie previste sono: vitello, vitellone e bovino adulto. Possibile la sostituzione con carne avicola (pollo, tacchino) e carne suina.

È possibile la sostituzione del formaggio con altro tipo di latticino: ricotta vaccina, robiola, stracchino, giuncata.

È possibile la sostituzione del filetto di platessa con il filetto di merluccio.

Le uova da privilegiare sono quelle provenienti da allevamenti liberi a terra.

L'utilizzo di olio evo a crudo e biologico sarebbe auspicabile.

Si consiglia di ridurre il consumo di sale da cucina, utilizzando aromi di stagione (ad es. aglio, cipolla, basilico, sedano, carote, prezzemolo, ecc.).

Nota: alcuni prodotti possono trovarsi tutto l'anno (o quasi), perché adatti alla conservazione naturale dopo la raccolta, quali: l'aglio, le cipolle, le arance, le mele e le pere, i fagioli e tutti i legumi, le patate.

In presenza di disturbi gastrointestinali, il menù del giorno può essere sostituito con una dieta in bianco. Il pasto sarà sostituito da un primo piatto e un secondo piatto asciutti:

- pasta o riso con olio extra vergine d'oliva e parmigiano grattugiato;
- carne bianca o pesce cotti al vapore, lessati o al forno oppure prosciutto cotto magro.

Dot.ssa MARIA GRAZIA FORZÈ
SEZ. A



REGIONE PUGLIA
AZIENDA SANITARIA LOCALE DELLA PROVINCIA DI BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE | SIAN AREA NORD

ALTAMURA 09/09/2024

Alla c.a. del **COMUNE DI MOLFETTA**
Ufficio Scuola e Servizio Mensa

e p. c. a **LADISA S.R.L.**

OGGETTO: Parere n. 3 menù autunno/inverno per scuola infanzia, scuola primaria e scuola secondaria di I° grado anno scolastico 2024-2025 per il Comune di Molfetta

Con la presente si informa che, a seguito di Vostra richiesta pervenutaci in data 31/07/2024 e successive, in conformità a quanto previsto dalle "Linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica ed aziendale" DGR Puglia n. 1435 del 02 agosto 2018 - aggiornamento alla DGR n. 276 del 19.03.2002 e secondo quanto previsto dalle linee guida nazionali per la ristorazione scolastica "Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica" Gazzetta ufficiale n. 134 11.06.2010 e dai "Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed Energia per la Popolazione Italiana, 2014" si esprime parere positivo per:

- menù autunno/inverno scuola dell'infanzia;
- menù autunno/inverno scuola primaria;
- menù autunno/inverno scuola secondaria di I° grado

Si conferma la ricezione di avvenuto pagamento in data 06/09/2024.

Per qualsiasi ulteriore informazione contattare il seguente numero: 080 5848122 (Dott.ssa Marta D'Ambrosio) o 080 5844378 (Dott.ssa Maria Grazia Forte).

Distinti saluti.

SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE
| SIAN AREA NORD |
Dietista
DOTT.SSA Marta D'Ambrosio

SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE
| SIAN AREA NORD |
DIRIGENTE MEDICO
DOTT.SSA Maria Grazia Forte

M. Forte

www.asl.bari.it | sede legale: Lungomare Starita n. 6 70123 BARI | p.iva c.f.: 06534340721

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

Lungomare Starita n. 6 70123 BARI

pec: dipartimentoprevenzione.aslbari@pec.rupar.puglia.it

tel. 0805842442 | fax 0805842 425

mail: dipartimento.prevenzione@asl.bari.it

SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE | SIAN AREA NORD

VIA G. De Chirico n. 23 - Molfetta

P.zza De Napoli n. 5 - Altamura

pec: siannord.aslbari@pec.rupar.puglia.it

tel. 0803357901

tel.0805848148

mail: prevenzione.nutrizionale.aneanord@asl.bari.it