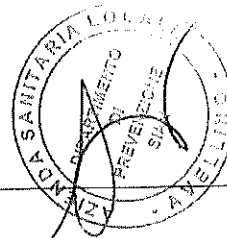
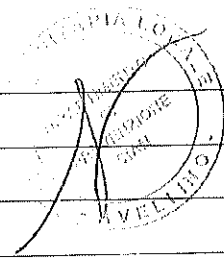


Dipartimento di Prevenzione ASLAV
U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Tel. 0825292621-07-06-11 – Fax 0825292606
Via Circumvallazione 77, 83100 Avellino

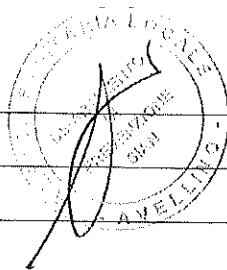


Autunno-Inverno

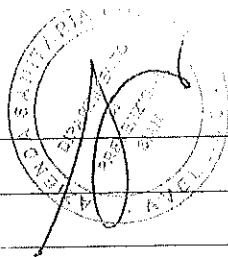
	Primaria				
	Quantità (g)				
1° settimana					
<u>Lunedì</u>					
Pasta di semola			30		
Ceci secchi			40		
Olio extra vergine di oliva			14		
Prosciutto Cotto			40		
Pane bianco			40		
Insalata			40		
Frutta Fresca			150		
<u>Martedì</u>					
Pasta di semola			50		
Salsa di pomodoro			40		
Merluzzo o Nasello			60		
Pane bianco			40		
Spinaci			50		
Olio extra vergine di oliva			14		
Frutta Fresca			150		
<u>Mercoledì</u>					
Riso			50		
Zucchine			50		
Parmigiano grattugiato			5		
Uovo di gallina			60		
Patate			80		
Frutta Fresca			150		
Olio extra vergine di oliva			14		
Pane bianco			40		



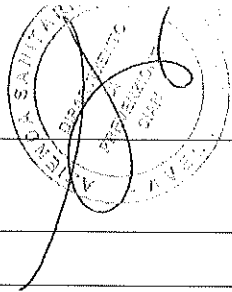
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Mercoledì</u>							
Pasta di semola			50				
Zucca			30				
Parmigiano grattugiato			5				
Sogliola			60				
Pane bianco			40				
Olio extra vergine di oliva			14				
Frutta fresca			150				
<u>Giovedì</u>							
Pasta di semola			50				
Salsa di pomodoro			40				
Vitello magro			80				
Carote			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Venerdì</u>							
Riso			40				
Lenticchie secche			40				
Fesa di tacchino			60				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>III settimana</u>							
<u>Lunedì</u>							
Pasta di semola			50				
Patate			80				
Petto di pollo			60				
Spinaci			50				



Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
Pane bianco			40				
<u>Martedì</u>							
Pasta di semola			40				
Piselli freschi			20				
Maiale magro			60				
Carote			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Mercoledì</u>							
Riso			50				
Misto di verdure cotte			200				
Ricotta			60				
Zucchine			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Giovedì</u>							
Riso			50				
Carciofi			50				
Platessa			60				
Broccoletti			60				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Venerdì</u>							
Pasta di semola			50				
Salsa di pomodoro			40				
Coscia di pollo			60				
Patate			60				



Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			12				
<u>IV settimana</u>							
<u>Lunedì</u>							
Pasta di semola			50				
Broccoli			50				
Platessa			60				
Spinaci			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Martedì</u>							
Pasta di semola			50				
Salsa di pomodoro			40				
Parmigiano grattugiato			5				
Bocconcini di pollo			60				
Zucchine			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Mercoledì</u>							
Pasta di semola			50				
Zucca			30				
Uovo di gallina			60				
Patate			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Giovedì</u>							
Riso/pasta			40				
Fagioli secchi			40				



Bastoncini di pesce/pesce impanato al forno			50				
Spinaci			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
<u>Venerdi</u>							
Riso/pasta			50				
Salsa di pomodoro			40				
Parmigiano			5				
Vitello magro			60				
Carote			50				
Pane bianco			40				
Frutta fresca			150				
Olio extra vergine di oliva			14				
Ogni giorno è prevista acqua							
Inserire prezzemolo e basilico nelle preparazioni							
FOCUS NUTRIZIONALE Autunno-Inverno e Primavera-Estate							
KCAL			634				
CARBOIDRATI		90,2g	56,9%				
LIPIDI		20g	28,4%				
PROTEINE		23,3 g	14,7%				
FERRO		4,5mg					
CALCIO		350 mg					

Ente certificato UNI EN ISO 9001-2015

Azienda Sanitaria Locale "Avellino" - Via degli Imbimbo - 83100 Avellino-C.F. e P.IVA : 02600160648