ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – SIAN ASL TA
Direttore f.f. Dr. Augusto Giorgino
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto - tel. 099 4585696 (Segreteria)
e-mail: sian@asl.taranto.it pec: dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it

29 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 3-5 anni Scuola Infanzia

Anno scolastico 2026/2027 valide fino all'A.S. 2029/2030

AUTUNNO/INVERNO

	1^ SETTIMANA	Quantità alimenti
Lunedì	Farro o riso con lenticchie[1] Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca Carote alla julienne o grattugiate Pane di semola Frutta di stagione	Farro o riso parboiled 40g; lenticchie 20g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 40g Carote 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Martedì	Pasta al pomodoro Merluzzo[2] o fettuccine di pesce gratinati al forno Insalata mista Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; pomodori pelati/passata 30g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Merluzzo o fettuccine di pesce 60g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Insalata verde 20g; ortaggi misti (carote, finocchi, pomodori) 60g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Mercoledì	Risotto con crema di zucca Petto di pollo al latte Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Riso parboiled 50g; zucca gialla 50g; cipolla e brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Petto di pollo 45g; farina 00 5g; latte p.s. 15ml; brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Verdura di stagione 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Giovedì	Pastina in brodo vegetale Brasato di vitello in umido Patate al forno Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 40g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Vitello magro 45g; brodo vegetale, ortaggi ed erbe aromatiche qb Patate 100g; erbe aromatiche qb Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Venerdì	Pasta al pomodoro Schiacciatina di legumi[1] al forno Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; pomodori pelati/passata 30g; parmigiano/grana 5g,cipolla qb Legumi (ceci o fagioli) 25g; uova 15g; patate 10g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom. qb Verdura di stagione 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: platessa/sogliola/nasello 60g

OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA PER L'INTERO PRANZO: 9g (10ml) a crudo
N.B. non si somministrano ortaggi o verdure crude al di sotto dei 3 anni;
non si somministrano latticini provenienti da latte crudo
Si raccomanda il taglio sicuro per tutti gli alimenti secondo le norme anti-soffocamento

Le grammature sono state elaborate secondo i LARN V Revisione 2024 (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana)

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL TA

Azienda Sanitari Locale Taranto
Viale Virgilio n.31 – 74121 Taranto
https://www.sanita.puglia.it/web/asl-taranto
C.F. e P.I. 02026690731

COMUNE DI LATERZA PROTOCOLLO IN arrivo N. 0021089 DEL 30-09-2026

COMUNE DI LATERZA PROTOCOLLO IN arrivo N. 0021089 DEL 30-09-2026

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – SIAN ASL TA
Direttore f.f. Dr. Augusto Giorgino
Via Pupino n.2 – 74123 Taranto - tel. 099 4585696 (Segreteria)
e mail: sian@asl.taranto.it pec: d.partprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it

29 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 3-5 anni Scuola Infanzia

Anno scolastico 2026/2027 valide fino all'A.S. 2029/2030

AUTUNNO/INVERNO

	2^ SETTIMANA	Quantità alimenti
Lunedì	Pasta fresca[3] di semola al pomodoro Platessa[2] gratinata al forno Finocchi a cubettini Pane di semola Frutta di stagione	Pasta fresca di semola 60g; pomodori pelati/passata 30g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Platessa 60g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Finocchi 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Martedì	Pasta e fagioli[1] Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca Zucca al gratin Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 40g; fagioli 20g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 40g Zucca gialla 120g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Mercoledì	Pasta con i broccoli (a pezzetti o crema) Schiacciatina di carne mista al forno Carote alla julienne o grattugiate Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; broccoli 50g; erbe aromatiche qb Macinato misto magro 30g; uova 10g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom. qb Carote 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Giovedì	Pasta al pomodoro Scaloppina di petto di pollo Insalata verde Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; pomodori pelati/passata 30g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Petto di pollo 45g; farina 00 5g, succo di limone, brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Insalata verde 40g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Venerdì	Pastina in brodo vegetale Fettuccine di pesce gratinate al forno Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 40g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Fettuccine di pesce 60g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Verdura di stagione 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: sogliola/nasello 60g
3 alternativa: pasta secca 50g

OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA PER L'INTERO PRANZO: 9g (10ml) a crudo
N.B. non si somministrano ortaggi o verdure crude al di sotto dei 3 anni;
non si somministrano latticini provenienti da latte crudo
Si raccomanda il taglio sicuro per tutti gli alimenti secondo le norme anti-soffocamento

Le grammature sono state elaborate secondo i LARN V Revisione 2024 (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana)

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL TA

Azienda Sanitari Locale Taranto
Viale Virgilio n.31 – 74121 Taranto
https://www.sanita.puglia.it/web/asl-taranto
C.F. e P.I. 02026690731

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – SIAN ASL TA
Direttore f.f. Dr. Augusto Giorgino
Via Pupino n 2 – 74123 Taranto - tel. 099 4585696 (Segreteria)
e-mail: sian@asl.taranto.it pec: dipartprevenzione.sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it

29 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 3-5 anni Scuola Infanzia

Anno scolastico 2026/2027 valide fino all'A.S. 2029/2030

AUTUNNO/INVERNO

	3^ SETTIMANA	Quantità alimenti
Lunedì	Pastina in brodo vegetale Schiacciatina di legumi[1] al forno Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 40g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Legumi (fagioli o lenticchie) 25g; uova 15g; patate 10g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom.qb Verdura di stagione 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Martedì	Pasta al sugo con tonno Platessa[2] o fettuccine di pesce gratinati al forno Insalata mista Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g, pomodori pelati/passata 30g, tonno già sgocciolato 15g; cipolla qb Platessa o fettuccine di pesce 60g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Insalata verde 20g; ortaggi misti (carote, finocchi, pomodori) 60g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Mercoledì	Pasta e ceci[1] Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca Finocchi gratinati Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 40g; ceci 20g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 40g Finocchi 120g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Giovedì	Risotto con crema di zucca o carote Lonza di maiale arrosto o in umido Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Riso parboiled 50g; zucca gialla o carote 50g; cipolla e brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Lonza di maiale 45g; sedano, carota, cipolla, farina 00, brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Verdura di stagione 120g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g
Venerdì	Pasta al pomodoro Sovracoscia di pollo al forno Insalata verde Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; pomodori pelati/passata 30g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Sovracoscia disossata di pollo 45g; erbe aromatiche qb Insalata verde 40g Pane di semola 40g Frutta fresca di stagione 80g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: sogliola/nasello 60g

OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA PER L'INTERO PRANZO: 9g (10ml) a crudo
N.B. non si somministrano ortaggi o verdure crude al di sotto dei 3 anni;
non si somministrano latticini provenienti da latte crudo
Si raccomanda il taglio sicuro per tutti gli alimenti secondo le norme anti-soffocamento

Le grammature sono state elaborate secondo i LARN V Revisione 2024 (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana)

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL

Azienda Sanitari Locale Taranto
Viale Virgilio n.31 – 74121 Taranto
https://www.sanita.puglia.it/web/asl-taranto
C.F. e P.I. 02026690731

COMUNE DI LATERZA PROTOCOLLO IN arrivo N. 0021089 DEL 30-09-2026

COMUNE DI LATERZA PROTOCOLLO IN arrivo N. 0021089 DEL 30-09-2026

ASL Taranto
PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – SIAN ASL TA
Direttore f.f. Dr. Augusto Giorgino
Via Pupino n 2 – 74123 Taranto - tel. 099 4585696 (Segreteria)
e mail: sian@asl.taranto.it pec: a.partprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it

29 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 3-5 anni Scuola Infanzia

Anno scolastico 2026/2027 valide fino all'A.S. 2029/2030

AUTUNNO/INVERNO

	4^ SETTIMANA	Quantità alimenti
Lunedì	Pasta al pomodoro	Pasta di semola 50g; pomodori pelati/passata 30g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb
	Merluzzo[2] o fettuccine di pesce gratinati al forno	Merluzzo o fettuccine di pesce 60g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb
	Carote alla julienne o grattugiate	Carote 120g
	Pane di semola	Pane di semola 40g
	Frutta di stagione	Frutta fresca di stagione 80g
Martedì	Pasta e lenticchie[1]	Pasta di semola 40g; lenticchie 20g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb
	Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca	Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 40g
	Insalata mista	Insalata verde 20g; ortaggi misti (carote, finocchi, pomodori) 60g
	Pane di semola	Pane di semola 40g
	Frutta di stagione	Frutta fresca di stagione 80g
Mercoledì	Pastina in brodo vegetale	Pasta di semola 40g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g
	Scaloppina di petto di pollo	Petto di pollo 45g; farina 00 5g, succo di limone, brodo vegetale ed erbe aromatiche qb
	Zucca al gratin	Zucca gialla 120g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb
	Pane di semola	Pane di semola 40g
	Frutta di stagione	Frutta fresca di stagione 80g
Giovedì	Pasta fresca[3] al forno *(piatto unico)*	Pasta fresca di semola 60g; pomodori pelati/passata 30g, macinato misto magro 30g; scamorza fresca 15g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb
	Verdura di stagione all'olio	Verdura di stagione 120g
	Pane di semola	Pane di semola 40g
	Frutta di stagione	Frutta fresca di stagione 80g
Venerdì	Risotto con crema di spinaci	Riso parboiled 50g; spinaci 50g; cipolla e brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g
	Schiacciatina di carne mista al forno	Macinato misto magro 30g; uova 10g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom. qb
	Insalata verde	Insalata verde 40g
	Pane di semola	Pane di semola 40g
	Frutta di stagione	Frutta fresca di stagione 80g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: platessa/sogliola/nasello 60g
3 alternativa: pasta secca 50g

OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA PER L'INTERO PRANZO: 9g (10ml) a crudo
N.B. non si somministrano ortaggi o verdure crude al di sotto dei 3 anni;
non si somministrano latticini provenienti da latte crudo
Si raccomanda il taglio sicuro per tutti gli alimenti secondo le norme anti-soffocamento

Le grammature sono state elaborate secondo i LARN V Revisione 2024 (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana)

Azienda Sanitari Locale Taranto
Viale Virgilio n.31 – 74121 Taranto
https://www.sanita.puglia.it/web/asl-taranto
C.F. e P.I. 02026690731