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

2 9 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 6-10 anni Scuola Primaria

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 50g; lenticchie 25g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 70g Carote 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Martedì	Pasta al pomodoro Merluzzo[2] o fettuccine di pesce gratinati al forno Insalata mista Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 70g; pomodori pelati/passata 40g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Merluzzo o fettuccine di pesce 80g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Insalata verde 25g; ortaggi misti (carote, finocchi, pomodori) 75g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Mercoledì	Risotto con crema di zucca Petto di pollo al latte Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Riso parboiled 70g; zucca gialla 70g; cipolla e brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Petto di pollo 60g; farina 00 5g; latte p.s. 15ml; brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Verdura di stagione 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Giovedì	Pastina in brodo vegetale Brasato di vitello in umido Patate al forno Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 55g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Vitello magro 60g; brodo vegetale, ortaggi ed erbe aromatiche qb Patate 150g; erbe aromatiche qb Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Venerdì	Pasta al pomodoro Schiacciatina di legumi[1] al forno Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 70g; pomodori pelati/passata 40g; parmigiano/grana 5g,cipolla qb Legumi (ceci o fagioli) 35g; uova 20g; patate 10g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom. qb Verdura di stagione 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: platessa/sogliola/nasello 80g

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: s.an@asl.taranto.it pec: dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it

29 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 6-10 anni Scuola Primaria

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 85g; pomodori pelati/passata 40g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Platessa 80g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Finocchi 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Martedì	Pasta e fagioli[1] Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca Zucca al gratin Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; fagioli 25g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 70g Zucca gialla 150g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
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 70g; broccoli 70g; erbe aromatiche qb Macinato misto magro 40g; uova 15g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom. qb Carote 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Giovedì	Pasta al pomodoro Scaloppina di petto di pollo Insalata verde Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 70g; pomodori pelati/passata 40g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Petto di pollo 60g; farina 00 5g, succo di limone, brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Insalata verde 50g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
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 55g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Fettuccine di pesce 80g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Verdura di stagione 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: sogliola/nasello 80g
3 alternativa: pasta secca 70g

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

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 6-10 anni Scuola Primaria

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 55g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Legumi (fagioli o lenticchie) 35g; uova 20g; patate 10g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom.qb Verdura di stagione 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
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 70g, pomodori pelati/passata 40g, tonno già sgocciolato 20g; cipolla qb Platessa o fettuccine di pesce 80g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Insalata verde 25g; ortaggi misti (carote, finocchi, pomodori) 75g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Mercoledì	Pasta e ceci[1] Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca Finocchi gratinati Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; ceci 25g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 70g Finocchi 150g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
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 70g; zucca gialla o carote 70g; cipolla e brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Lonza di maiale 60g; sedano, carota, cipolla, farina 00, brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Verdura di stagione 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Venerdì	Pasta al pomodoro Sovracoscia di pollo al forno Insalata verde Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 70g; pomodori pelati/passata 40g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Sovracoscia disossata di pollo 60g; erbe aromatiche qb Insalata verde 50g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: sogliola/nasello 80g

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: dipartprevenzione_sian.asl.taranto@pec.rupar.puglia.it

29 SET. 2026

COMUNE DI LATERZA TABELLE DIETETICHE 6-10 anni Scuola Primaria

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

AUTUNNO/INVERNO

	4^ SETTIMANA	Quantità alimenti
Lunedì	Pasta al pomodoro Merluzzo[2] o fettuccine di pesce gratinati al forno Carote alla julienne o grattugiate Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 70g; pomodori pelati/passata 40g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Merluzzo o fettuccine di pesce 80g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Carote 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Martedì	Pasta e lenticchie[1] Mozzarella, scamorzina o caciotta fresca Insalata mista Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 50g; lenticchie 25g; carote, cipolla, sedano qb; erbe aromatiche (alloro, rosmarino, ecc) qb Mozzarella o scamorzina fresca o caciotta fresca 70g Insalata verde 25g; ortaggi misti (carote, finocchi, pomodori) 75g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Mercoledì	Pastina in brodo vegetale Scaloppina di petto di pollo Zucca al gratin Pane di semola Frutta di stagione	Pasta di semola 55g; brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Petto di pollo 60g; farina 00 5g, succo di limone, brodo vegetale ed erbe aromatiche qb Zucca gialla 150g; pangrattato 10g; erbe aromatiche qb Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Giovedì	Pasta fresca[3] al forno *(piatto unico)* Verdura di stagione all'olio Pane di semola Frutta di stagione	Pasta fresca di semola 85g; pomodori pelati/passata 40g, macinato misto magro 40g; scamorza fresca 20g; parmigiano/grana 5g, cipolla qb Verdura di stagione 150g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g
Venerdì	Risotto con crema di spinaci Schiacciatina di carne mista al forno Insalata verde Pane di semola Frutta di stagione	Riso parboiled 70g; spinaci 70g; cipolla e brodo vegetale qb; parmigiano/grana 5g Macinato misto magro 40g; uova 15g; pangrattato 5g; parmigiano 5g; latte p.s. 10 ml; erbe arom. qb Insalata verde 50g Pane di semola 50g Frutta fresca di stagione 100g

1 Legumi: vietate fave e piselli in caso di favismo
2 alternative: platessa/sogliola/nasello 80g
3 alternativa: pasta secca 70g

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