

**A.S.L. TO3**Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e PineroloSEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011-40171P.E.C.: aslto3@cert.aslto3.piemonte.itSEDE DI PINEROLO
Stradale Fonestrollo, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121-2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DESCRIZIONE PIATTI	GRAMMI PER PORZIONE (a crudo e al netto degli scarti)		
	Infanzia	Primarie	Secondarie 1°
Primi piatti			
<u>Pasta al pomodoro e pesto</u>			
Pasta	40	60	80
Pesto	5	10	15
Pomodori pelati	40	60	65
Olio d'oliva	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
<u>Pasta al pomodoro e olive</u>			
Pasta	40	60	80
Olive denocciolate	5	7	10
tomodori pelati	40	60	65
Olio d'oliva	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
<u>Pasta besciamella, prosciutto e piselli</u>			
Pasta	40	40	40
Prosciutto cotto	10	10	10
Piselli	10	15	15
Besciamella			
Latte parzialmente scremato	10	15	15
Farina	5	5	5
Pomodori pelati	40	60	65
Olio d'oliva	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

**A.S.L. TO3**Agenzia Sanitaria Locale
di Collegno e PineroloSEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXV Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011 40171P.E.C. aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

SEDE DI PINEROLO

Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121 2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DESCRIZIONE PIATTI	GRAMMI PER PORZIONE (a crudo e al netto degli scarti)		
	Infanzia	Primarie	Secondarie 1°
<u>Riso patate e zafferano</u>			
Riso	40	60	80
Patate	20	30	40
Parmigiano	7	10	10
Olio d'oliva	5	5	5
Brodo vegetale, zafferano, sale	q b	q b	q b
SECONDI PIATTI			
<u>Prosciutto cotto alla valdostana al forno</u>			
Prosciutto	30	40	40
Primo sale al posto della mozzarella	30	40	60
Uova pastorizzate	5	5	5
Olio d'oliva	5	5	5
Pangrattato, aromi, sale	q b	q b	q b
<u>Coscia di pollo al rosmarino</u>			
Pollo (al netto delle ossa e pelle)	70	80	90
Olio d'oliva	5	5	5
Farina, sale, rosmarino	q b	q b	q b

Variazioni consigliateREGIONE
PIEMONTEwww.regione.piemonte.it/sanitaInsieme in salute www.aslto3.it

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DIRETTORE INCARICATO Dpt ssa Fiorella VIETTI

indirizzo sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551953

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

**A.S.L. TO3**Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e PineroloSEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011/40171P.E.C: aslto3@cert.aslto3.piemonte.itSEDE DI PINEROLO
Strada Fanestrallo, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel 0121/2331

PI/Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DESCRIZIONE PIATTI	GRAMMI PER PORZIONE (a crudo e al netto degli scarti)		
	Infanzia	Primarie	Secondarie 1°
<u>Frittata di prosciutto e spinaci al forno:</u>			
Uova pastorizzate	50	50	50
Prosciutto cotto magro	10	10	10
Spinaci	20	25	30
Latte parzialmente scremato	10	10	10
Parmigiano	7	10	10
Olio d'oliva	5	5	5
Pangrattato, aromi e sale	q b.	q b.	q b.
<u>Frittata di prosciutto o formaggio al forno:</u>			
Uova pastorizzate	50	50	50
Prosciutto cotto magro o Formaggio fresco tipo crescenza o ricotta	10	10	10
Latte parzialmente scremato	10	10	10
Parmigiano	7	10	10
Olio d'oliva	5	5	5
Pangrattato, aromi e sale	q b.	q b.	q b.

Variazioni consigliateREGIONE
PIEMONTEwww.regione.piemonte.it/assita

Una sanità in salute. Per bene di tutti.

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DIRETTORE INCARICATO Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761 - fax 0119551953

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411 - fax 0121397683

email: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

**A.S.L. TO3**Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e PineroloSEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011 40171P.E.C.: aslto3@cert.aslto3.piemonte.itSEDE DI PINEROLO
Stradale Fonestrello, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121 2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

DESCRIZIONE PIATTI	GRAMMI PER PORZIONE (a crudo e al netto degli scarti)		
	Infanzia	Primarie	Secondarie 1°
<u>Castellana al forno</u>			
Carne di tacchino	70	80	90
Primo sale	<u>10</u>	<u>15</u>	<u>20</u>
Uova pastorizzate	5 (n. 1x10)	5 (n. 1x10)	5 (n. 1x10)
Olio d'oliva	5	5	5
Pangrattato, aromi, sale	q b.	q b.	q b.
<u>Bocconcini di pollo con crema di peperoni</u>			
Petto di pollo	70	80	90
Peperoni	20	30	40
Patate	10	20	20
Olio d'oliva	5	5	5
Pangrattato, aromi, sale	q b.	q b.	q b.

Variazioni consigliate



A.S.L. TO3

Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011.40171

P.E.C: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

SEDE DI PINEROLO
Stradale Fanestralle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE – S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

Per le scuole (infanzia, primarie e secondarie di 1°):

Per il piatto riportato in colonna A occorre fare riferimento al piatto corrispondente elencato in colonna B, la cui ricetta (ingredienti e grammature) è riportata nel Manuale "In mensa con Gusto"

A	B
Fruita fresca di stagione	Si formula l'invito a variare il più possibile la tipologia di frutta fresca.
Verdura cruda o cotta di stagione	Contorni "verdure cotte" e "verdure crude" descritti alle pagine 23, 24 e 25 del manuale "In mensa con gusto". Si formula l'invito a variare il più possibile la tipologia di verdura avendo cura di rispettare le indicazioni relative alla scelta degli alimenti e alle modalità di cottura riportate nel manuale "In mensa con gusto" – SCUOLE (Allegato C).

Inoltre si consiglia di mettere a disposizione dell'utenza anche il sale iodato in linea con il DDL 26 luglio 2013 Art. 17. (Modifiche alla legge 21 marzo 2005, n. 55 "Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo endemico e di altre patologie da carenza iodica") che sancisce quanto segue:

"2. Nell'ambito della ristorazione pubblica, ivi inclusi gli esercizi commerciali in cui vengono somministrati prodotti di gastronomia, e di quella collettiva, quali mense e comunità, è messo a disposizione dei consumatori anche il sale arricchito con iodio".

Si precisa tuttavia che ai sensi delle Linee Guida per una sana alimentazione italiana dell'Istituto Nazionale di Ricerca Alimenti e Nutrizione (INRAN) del 2003 è bene ridurre progressivamente l'uso di sale sia a tavola che in cucina e non aggiungere sale nelle pappe dei bambini almeno per tutto il primo anno di vita.

In occasione di festività religiose e/o ricorrenze speciali in cui la tradizione richieda l'uso di cibi e preparazioni particolari, è possibile prevedere di poter modificare il menù del giorno con gli alimenti tradizionalmente utilizzati nell'occasione. Tali modifiche, che potrebbero prevedere scelte qualitative diverse da quelle suggerite, non sono soggette a valutazione nutrizionale in quanto rappresentano consumi occasionali e non abituali.



