

Prot. N. 401892 DS 06/08/2014



Dr.ssa BRUNA BALDASSARRA
Studio di nutrizione applicata e funzionale
ORDINE DEI BIOLOGI N.PUB_A3944

Biologa nutrizionista

Master in alimentazione e nutrizione umana
brunasbalda@gmail.com - tel. 334 3203503

P.IVA 08447580724

SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA PER IL COMUNE DI BITONTO
TABELLE BROMATOLOGICHE

COMMITTENTE: PASTORE s.r.l.



Bruna Baldassarra

Dr.ssa Bruna Baldassarra

IPAD SPA
SOCIETA' A RESPONSABILITA' LIMITATA
Sede in Via S. Maria 100 - 70122 Bari
Tel. 080 4394111 - Fax 080 4394112
E-mail: ipad@ipadspa.it

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

Di seguito le tabelle Bromatologiche e l'apporto settimanale in termini di proteine, lipidi e carboidrati del menù primavera estate 2024 in vigore per il servizio di refezione scolastica, infanzia, per il comune di Bitonto.

Per la formulazione delle tabelle bromatologiche sono state usate le tabelle di composizione degli alimenti presenti sul sito INRAN, Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione.

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

MENU' PRIMAVERA -ESTATE -SC. INFANZIA -- COMUNE DI BITONTO

PRANZO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETT.1	Pasta integrale al pomodoro	Riso e piselli	Pasta al forno	Pasta con melanzane	Pasta al pesto di zucchine
	Hamburger di tacchino al forno	scamorza		Frittata al forno	Merluzzo gratinato
	Zucchine gratinate	Insalata verde	pomodori	Insalata di lollo (riccia)	Finocchi lessi
	Pane tipo 0	Pane tipo 0	Pane tipo integrale	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
SETT.2	Pasta all'ortolana	Pasta e ceci	Lasagne al forno	Pasta integrale con patate	Riso al pomodoro
	Bocconcini di pollo in umido	giuncata		Omelette semplice	Plattessa al limone
	pomodori	Insalata di lollo (riccia)	Fagiolini lessi	Lattuga batavia	Zucchine gratinate
	Pane di tipo 0	Pane tipo 0	Pane tipo integrale	Pane tipo 0	Pane tipo integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
SETT.3	Pasta con passato di verdure	Pasta e piselli	Pasta al pomodoro	Riso al forno	Pasta integrale con melanzane
	Prosciutto cotto	Ricotta di vacca	Polpette di bovino	frittata	Sogliola al vapore
	Contorno mediterraneo	Lattuga batavia (riccia)	Zucchine grigliate	Insalata verde	pomodori
	Pane tipo 0	Pane tipo 0	Pane tipo integrale	Pane tipo 0	Pane di tipo integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
SETT.4	Riso primavera	Pasta con lenticchie	Pasta alla bolognese	Pasta integrale con pesto	Pasta in brodo
	Straccetti di pollo al forno	Primo sale		Frittata al forno	Filetto di merluzzo panato al forno
	Bietole all'olio	Insalata verde (lattuga)	Zucchine al vapore	Insalata verde	Contorno mediterraneo
	Pane di tipo 0	Pane tipo 0	Pane tipo integrale	Pane tipo 0	Pane tipo integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

PRANZO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETT.1	Pasta integrale al pomodoro 80gr	Riso e piselli 105gr	Pasta al forno 150gr	Pasta con melanzane 140gr	Pasta al pesto di zucchini 140gr
	Hamburger di tacchino al forno 55gr	Scamorza 40gr		Frittata al forno 70gr	Merluzzo gratinato 85 gr
	Zucchine gratinate 90gr	Insalata verde 35gr	Pomodori 85gr	Insalata di lollo (riccia) 35gr	Finocchi lessi 105gr
	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr
	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr
SETT.2	Pasta all'ortolana 160gr	Pasta e ceci 85gr	Lasagne al forno 145 gr	Pasta integrale con patate 80gr	Riso al pomodoro 80gr
	Bocconcini di pollo in umido 75 gr	Giuncata 40gr		Omelette semplice 70gr	Platessa al limone 75gr
	Pomodori 85 gr	Insalata di lollo (riccia) 35gr	Fagiolini lessi 85gr	Lattuga batavia 35gr	Zucchine gratinate 90gr
	Pane di tipo 0 40gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr
	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr
SETT.3	Pasta con passato di verdure 140gr	Pasta e piselli 105gr	Pasta al pomodoro 80gr	Riso al forno 100gr	Pasta integrale con melanzane 140gr
	Prosciutto cotto 20gr	Ricotta di vacca 40gr	Polpette di bovino 85gr	Frittata 80gr	Sogliola al vapore 75gr
	Contorno mediterraneo 85gr	Lattuga batavia (riccia) 35gr	Zucchine gratinate 90gr	Insalata verde 35gr	Pomodori 35gr
	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr	Pane tipo 0 40gr	Pane di tipo integrale 50gr
	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr
SETT. 4	Riso primavera 140gr	Pasta con lenticchie 85gr	Pasta alla bolognese 130gr	Pasta integrale con pesto 160gr	Pasta in brodo 60gr
	Straccetti di pollo al forno 65gr	Primo sale 40gr		Frittata al forno 70gr	Filetto di merluzzo panato al forno 85gr
	Bietole all'olio 85gr	Insalata verde (lattuga) 35gr	Zucchine al vapore 85gr	Insalata verde 35gr	Contorno mediterraneo 85gr
	Pane di tipo 0 40 gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr	Pane tipo 0 40gr	Pane tipo integrale 50gr
	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr	Frutta fresca di stagione 150gr

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

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

SOMMA SETTIMANALI DELLE COMPONENTI BROMATOLOGICHE

	1 settimana	GR	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	CALORIE
LUNEDI'	Pasta Integrale	50	6,25	1	33,6	168,5
	pomodoro	20	1,42	1,32	8,28	48,6
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
hamburger di tacchino	Tacchino intero, senza pelle crudo	50	10,95	1,2	0	54,5
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
zucchine gratinate	Zucchine crude	80	1,04	0,1	1,12	8,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pangrattato	5	0,505	0,105	3,89	17,55
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
MARTEDI			0	0	0	0
RISO E PISELLI	Riso parboiled crudo	40	2,96	0,12	32,52	134,8
	Piselli surgelati	60	3,24	0,18	3,84	28,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
SCAMORZA	Scamorza	40	10	10,24	0,4	133,6
INSALATA VERDE	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Lattuga da taglio	30	0,33	0,03	0,66	4,2
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
MERCOLEDI			0	0	0	0
	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
PASTA AL FORNO	Pomodori, passata	20	0,26	0,04	0,6	3,6
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95

ASL BARI

	Scamorza	20	5	5,12	0,2	66,8
	Bovino adulto - lombata	50	10,9	2,6	0	67
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
POMODORI	Pomodori da insalata	80	0,96	0,16	2,24	13,6
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo integrale	50	3,75	0,65	24,25	112
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
GIOVEDÌ						
	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
	Melanzane crude	80	0,88	0,32	2,08	14,4
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Aromi	q.b				
frittata al forno	Uova di gallina, intero	60	7,44	5,22	0	76,8
	parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
INSALATA LOLLO	Lattuga	30	0,54	0,12	0,66	5,7
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
VENERDÌ						
PASTA AL PESTO DI ZUCCHINA	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Zucchine crude	80	1,04	0,08	1,12	8,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
MERLUZZO GRATINATO	Merluzzo o nasello, surgelato	70	12,11	0,42	0	52,5
	Pangrattato	10				
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

4,995 ASL BARI

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI

E NUTRIZIONE AREA NORD

Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE

Dirigente Medico

19/03/2014

SPESSE PER IL CONTRIBUTO

PER IL SERVIZIO DI PREVENZIONE

DELLA ASL BARI AREA NORD

PER IL SERVIZIO DI PREVENZIONE

DELLA ASL BARI AREA NORD

colloquio

FAGIOLINI LESSI	Fagiolini freschi crudi	80	1,68	0,08	1,92	14,4
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo integrale	40	3	0,52	19,4	89,6
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
			PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	KCAL
	Totale gr		121,7	105,01	411,88	2987,67
	MEDIA 5 giorni		24,34	21,0	82,32	597,53

EMONIALE VERRI DI OTTOBRETTANO
 FARMACIA S. GIACOMO
 70121 BARI - VIA S. GIACOMO 15
 TEL. 080 5211111 - FAX 080 5211112
 WWW.FARMACIAVERRI.IT

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

	2 SETTIMANA	GR	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	CALORIE
LUNEDÌ	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
PASTA ALL'ORTOLANA	Peperoni crudi	20	0,18	0,06	0,84	4,4
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Zucchine crude	30	0,39	0,03	0,42	3,3
	Melanzane crude	30	0,33	0,12	0,78	5,4
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
BOCCONCINI	Pollo, petto crudo	50	11,65	0,4	0	50
DI POLLO IN UMIDO	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pomodori, passata	20	0,26	0,04	0,6	3,6
POMODORI	Pomodori da insalata	80	0,96	0,16	2,24	13,6
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	Arance	150	1,05	0,3	11,7	51
MARTEDÌ			0	0	0	0
PASTA CON CECI	Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	31,64	141,2
	Ceci secchi crudi	40	8,36	2,52	18,76	126,4
	Aromi	q.b				
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
giuncata	Formaggio molle da tavola	40	10,16	12,08	0,4	150,8
insalata di lollo	Lattuga da taglio	50	0,55	0,05	1,1	7
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
MERCOLEDÌ			0	0	0	0
LASAGNA AL FORNO	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
	Scamorza	20	5	5,12	0,2	66,8
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35

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

	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pomodori, passata	20	0,26	0,04	0,6	3,6
	Bovino adulto - filetto	50	10,25	2,5	0	63,5
	Fagiolini lessi	80	1,68	0,8	1,92	14,4
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	frutta	150	0,45	0,15	20,55	79,5
	Pane di tipo integrale	40	3	0,52	19,4	89,6
GIOVEDÌ						
	Pasta integrale con patate	30	3,75	0,6	20,16	101,1
	Patate crude	40	0,84	0,4	7,16	34
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	OMELETTE SEMPLICE	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	AROMI	q.b				
	Uova di gallina, intero	60	7,44	5,22	0	76,8
	Lattuga da taglio	30	0,33	0,03	0,66	4,2
	Lattuga batavia	5	0	4,995	0	44,95
	Olio di oliva extra vergine	150	0,45	0,15	20,55	79,5
	frutta	40	3,24	0,2	25,4	110
	Pane di tipo 0					
VENERDI						
	Riso parboiled crudo	50	3,7	0,15	40,65	168,5
	Pomodori, passata	20	0,26	0,04	0,6	3,6
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	plattessa	70	11,2	0,84	0,91	56
	limone	q.b		0	0	0
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95

AST BARI

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI

E NUTRIZIONE AREA NORD

Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE

Dirigente Medico

aromi					0	0	0
Parmigiano	5	1,675	1,40	0	19,35		
Zucchine crude	80	1,04	0,08	1,12	8,8		
Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95		
Pangrattato	5	0,505	0,105	3,89	17,55		
Pane di tipo integrale	50	3,75	0,65	24,25	112		
2° SETTIMANA		PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	KCAL		
Totale GR		120,44	108,35	377,65	2877,6		
MEDIA 5 giorni		24,08	21,67	75,53	575,54		

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

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

	3 SETTIMANA	GR	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	CALORIE
LUNEDI	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
PASTA CON PASSATO DI VERDURE	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	fagioli	15	3,54	0,3	7,12	43,65
	piselli	15	0,81	0,04	0,96	7,2
	Pomodori maturi	10	0,2	0,1	0,7	1,5
	Spinaci crudi	10	0,17	0,035	0,145	1,55
	Zucchine crude	20	0,26	0,2	0,28	2,2
	Fagiolini crudi	10	0,21	0,01	0,24	1,8
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Prosciutto cotto	20	3,96	2,94	0,18	43
	contorno mediterraneo	20	0,18	0,06	0,84	4,4
	Carote crude	30	0,22	0,04	1,52	7
	Zucchine crude	30	0,39	0,03	0,42	3,3
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
MARTEDI						
pasta e piselli	Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	31,64	141,2
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Piselli surgelati	60	3,24	0,18	3,84	28,8
	Lattuga	30	0,54	0,12	0,66	5,7
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
ricotta	Ricotta di vacca	40	3,52	4,36	1,4	58,4
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
MERCOLEDI						
			0	0,2	25,4	110
			0	0,2	25,4	110

pasta al pomodoro	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
	Pomodori, pelati in scatola	20	0,24	0,1	0,6	4,2
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
polpette di bovino	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Bovino adulto - lombata	50	10,9	2,6	0	67
	Uova di gallina, intero	20	2,48	1,74	0	25,6
	Pangrattato	5	0,505	0,105	3,89	17,55
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
ZUCCHINE GRATINATE	Zucchine crude	80	1,04	0,08	1,12	8,8
	Pangrattato	5	0,505	0,105	3,89	17,55
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo integrale	50	3,75	0,65	24,25	112
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
GIOVEDI'			0	0	0	0
RISO AL FORNO	Riso parboiled crudo	50	3,7	0,15	40,65	168,5
	Pomodori, pelati in scatola	20	0,24	0,1	0,6	4,2
	Scamorza	20	5	5,12	0,2	66,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
FRITTATA	Uova di gallina, intero	60	7,44	5,22	0	76,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,1
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Lattuga da taglio	30	0,33	0,03	0,66	4,2
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	130

BRONZI ALBERTO OTTEMARINO
 DIRETTORE RESPONSABILE
 GIOVEDI' 24 AGOSTO 2015
 SITO: www.aslbari.it

SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD 12 -
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE
 Dirigente Medico

	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
VENERDI			0	0	0	0
PASTA INTEGRALE CON	Pasta Integrale	50	6,25	1	33,6	168,5
MELANZANE	Melanzane crude	80	0,88	0,32	2,08	14,4
	Pomodori, passata	10	0,13	0,02	0,3	1,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
SOGLIOLA AL VAPORE	Sogliola, surgelata	70	12,11	0,91	0,07	56,7
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo integrale	50	3,75	0,65	24,25	112
	Pomodori da insalata	80	0,96	0,16	2,24	13,6
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
	3° SETTIMANA		PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	KCAL
	Totale gr		118.1	99.7	412	2921
	MEDIA 5 GG		23.6	19,731	82.58	584.83

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE - 13 -
 Dirigente Medico

ASL BARI
 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
 E NUTRIZIONE AREA NORD
 Dott.ssa MARIA GRAZIA FORTE - 13 -
 Dirigente Medico

	4 SETTIMANA	GR	PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	CALORIE
LUNEDÌ	Riso parboiled crudo	50	3,7	0,15	40,65	168,5
RISO PRIMAVERA	Zucchine crude	30	0,39	0,03	0,42	3,3
	piselli	20	1,08	0,06	1,28	9,6
	carote	30	0,33	0,06	2,28	10,5
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
STRACC. DI POLLO AL FORNO	Pollo, petto crudo	50	11,65	0,4	0	50
	Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,1
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
MARTEDÌ			0	0	0	0
pasta e lenticchie	Pasta di semola cruda	40	4,36	0,56	31,64	141,2
	Lenticchie secche crude	40	9,08	0,4	20,44	116,4
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
primo sale	Formaggio molle da tavola	40	10,16	12,08	0,4	150,8
insalata	Lattuga	30	0,33	0,03	0,66	4,2
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
MERCOLEDÌ						
pasta alla bolognese	Pasta di semola cruda	50	5,45	0,7	39,55	176,5
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Bovino adulto - filetto	50	10,25	2,5	ASL BARI	69,5

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI

ASL BARI
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI
E NUTRIZIONE AREA NORD - 14 -
Dot.ssa MARIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico

PROVAZIONE AREA NORD - 14 -
Dot.ssa Maria Grazia Forte

	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Pomodori, conserva	20	0,78	0,08	4,08	19,2
	Zucchine crude	80	1,3	0,1	1,4	11
	Pane di tipo integrale	50	3,75	0,65	24,25	112
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
GIOVEDÌ						
	Pasta Integrale	50	6,25	1	33,6	168,5
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Zucchine crude	80	1,04	0,08	1,12	8,8
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,1
	Uova di gallina, intero	60	7,44	5,22	0	76,8
	Pane di tipo 0	40	3,24	0,2	25,4	110
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
VENERDI						
	Pasta di semola cruda	30	3,27	0,43	23,73	105,9
	Brodo vegetale di verdure	Q.B.	0	0	0	0
	Parmigiano	5	1,675	1,405	0	19,35
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Merluzzo o nasello, surgelato	70	12,11	0,42	0	52,5
	Pangrattato	10	1,01	0,21	7,78	35,1
	aromi	q.b.	0	0	0	0

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI

E NUTRIZIONE AREA NORD
Dott.ssa MAFIA GRAZIA FORTE
Dirigente Medico



contorno mediterraneo	Peperoni crudi	20	0,18	0,06	0,84	4,4
	Carote crude	30	0,22	0,04	1,52	7
	Zucchine crude	30	0,39	0,03	0,42	3,3
	Olio di oliva extra vergine	5	0	4,995	0	44,95
	Pane di tipo integrale	50	3,75	0,65	24,25	112
	frutta	150	0,6	0,15	16,05	64,5
	4° SETTIMANA		PROTEINE	LIPIDI	GLUCIDI	kcal
	Totale GR		121,195	94,71	435,58	298,85
	MEDIA 5 giorni		24,23	18,94	87,12	596,37



Dr.ssa Bruna Baldassarra

Dr.ssa Bruna Baldassarra

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

PIAS SPA
 PIAZZA SAN GIULIO 100
 00144 ROMA (RM) ITALIA
 TEL. 06 47811111
 FAX 06 47811112