

Protocollo N° 124640/221 del 07/10/2021

**PIANO ALIMENTARE**

SCUOLA DI TITTY - PRIMAVERA/ESTATE

SCUOLA DI TITTY - PRIMAVERA/ESTATE

Elaborato da

Dott.ssa Valeria de Chirico

Biologa Nutrizionista

ASL BA  
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE  
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
Dott.ssa MARIA GELIZIA FORTE  
Dott.ssa Valeria de Chirico

APV

**SCUOLA DI TITTY - PRIMAVERA/ESTATE**

Indirizzo: Via Don Pietro Pappagallo, 21

70037 Ruvo di Puglia (BA)

Cellulare: 3401595004

Email: [valeriadechirico@gmail.com](mailto:valeriadechirico@gmail.com)

PROTOCOLLO N° 124640/2021 del 07/10/2021

**PIANO ALIMENTARE**

SCUOLA DI TITTY - AUTUNNO/INVERNO  
SCUOLA DI TITTY - AUTUNNO/INVERNO

Elaborato da

Dott.ssa Valeria de Chirico

Biologa Nutrizionista

ASL BA  
DIPARTIMENTO di PREVENZIONE  
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
Dott.ssa MARIAGRIZIA FORTE  
Dirigente Medico

**SCUOLA DI TITTY - AUTUNNO/INVERNO**

Indirizzo: Via Don Pietro Pappagallo, 21  
70037 Ruvo di Puglia (BA)  
Cellulare: 3401595004  
Email: valeriadechirico@gmail.com







**SCUOLA DI TITTY - AUTUNNO/INVERNO**

# SCUOLA DI TITTY - AUTUNNO/INVERNO - PRANZO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>SETTIMANA 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con vellutata di fagioli</li> <li>• Frittata</li> <li>• Vellutata di zucca</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestrone con pasta</li> <li>• Fior di latte a pasta friabile</li> <li>• Insalata di lattuga</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con sugo alla bolognese</li> <li>• Cavolfiore lesso</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso con il pomodoro</li> <li>• Polpette di pollo e tacchino</li> <li>• Insalata mista</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con la zucca</li> <li>• Platessa al forno con limone</li> <li>• Carote lesse</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>
<b>SETTIMANA 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con ricotta di vacca</li> <li>• Vellutata di zucca</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con le cime di rapa</li> <li>• Scaloppine di pollo</li> <li>• Insalata mista</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta di Kamut con passato di verdure</li> <li>• Sogliola al forno con limone</li> <li>• Carote lesse</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Purè di patate</li> <li>• Merluzzo al pomodoro</li> <li>• Bietole lesse</li> <li>• Carote lesse</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso e lenticchie</li> <li>• Frittata</li> <li>• Insalata di lattuga</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>
<b>SETTIMANA 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con le cime di rapa</li> <li>• Sogliola al forno con limone</li> <li>• Insalata mista</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestrone con pasta</li> <li>• Primo sale o Fior di latte a pasta friabile</li> <li>• Bietole lesse</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con il pomodoro</li> <li>• Polpette di manzo</li> <li>• Carote lesse</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso con i piselli</li> <li>• Frittata</li> <li>• Insalata di lattuga</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con sugo alla bolognese</li> <li>• Vellutata di zucca</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>
<b>SETTIMANA 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con il pomodoro</li> <li>• Polpette di pollo e tacchino</li> <li>• Cavolini di Bruxelles lessi</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta integrale con ricotta</li> <li>• Carote lesse</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con le cime di rapa</li> <li>• Pollo in umido</li> <li>• Vellutata di zucca</li> <li>• Pane integrale</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con le patate</li> <li>• Platessa impanata</li> <li>• Insalata mista</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riso e ceci</li> <li>• Frittata</li> <li>• Insalata di lattuga</li> <li>• Pane bianco</li> <li>• Frutta fresca di stagione</li> <li>• Acqua naturale</li> </ul>