



Sede Legale Torre del Greco
Via Marconi, 66 –CAP 80059
www.aslnapoli3sud.it

Dipartimento di Prevenzione
Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
UOS Igiene della Nutrizione - UOC SIAN
Via Montedoro 47 – Torre del Greco (NA)
Tel. 081/8490157 – 081/8490143
e-mail: siaen@aslnapoli3sud.it - PEC: siaen@pec.aslnapoli3sud.it

I.C. 4 SULMONA - CATULLO - SALESIANE- -POMIGLIANO D'ARCO
Prot. 0004122 del 05/10/2022
V-6 (Entrata)

ASL NAPOLI 3 SUD
Registro di Protocollo - Partenza
N. 0196491 del 06/10/2021 - 14:43



Alla Dott.ssa Veronica Piscicelli
Ufficio Servizi Sociali
Comune di Pomigliano d'Arco (NA)

SEDE

Oggetto: Tabelle dietetiche a.s. 2021/2022 – Scuola dell'Infanzia e Scuola Primaria.

Con riferimento alla VS richiesta effettuata con nota protocollo n. 192630 del 01.10.2021 ed alle comunicazioni telefoniche con la dott.ssa in indirizzo, si inviano le nuove Tabelle dietetiche destinate al servizio di refezione, adeguate alle nuove Linee Guida Regionali (D.D. n. 260 del 09/07/2021).
Distinti saluti.

Il Direttore SIAN
Dott. Pierluigi Pecoraro

TABELLE DIETETICHE
Prima settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Lunedì	g	g	Prodotti specifici
Pasta e piselli			
Pasta di semola	40	40	Pasta senza glutine
Piselli	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Frittata di uova			
Uovo intero	50	50	
Parmigiano	2	2	
Olio extravergine d'oliva	3	5	
Patate lesse o al forno	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Martedì			
Riso agli spinaci			
Riso parboiled	50	50	
Spinaci	50	70	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Petto di tacchino	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Carote in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Mercoledì			
Pasta e fagioli			
Pasta di semola	30	40	Pasta senza glutine
Fagioli secchi	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Mozzarella	40	60	
Vellutata di zucca e patate	70	100	
Zucca	50	70	
Patate	20	30	
Olio extravergine d'oliva	5	5	





TABELLE DIETETICHE
Prima settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Giovedì	g	g	Prodotti specifici
Riso al pomodoro			
Riso parboiled	60	60	
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2	n. 3	Bastoncini senza glutine
Spinaci al burro	100	120	
Burro	5	7	
Venerdì			
Pasta con crema di carciofi			
Pasta di semola	50	50	Pasta senza glutine
Carciofi	50	70	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Polpette al pomodoro	60	70	
Manzo magro	50	60	
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Pane	10	10	Pane senza glutine
Uova	3	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	
Lattuga o indivia in insalata	50	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Dolcetto non farcito o con marmellata	30	30	Dolcetto senza glutine

Tutti i giorni dieta normale			Celiaci
			Prodotti specifici
Frutta di stagione	100	150	
Panino	30	50	Pane senza glutine
Acqua medio-minerale	Mezzo litro		



Dipartimento di Prevenzione – UOC SIAN
UOS Igiene della Nutrizione
 Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro
 Via Montedoro 47 - Torre del Greco (NA)
 Tel. 081/8490160 - 0159
 E-mail p.pecoraro@aslnapoli3sud.it
 Sito: www.aslnapoli3sud.it

TABELLE DIETETICHE
Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Lunedì	g	g	Prodotti specifici
Pasta e lenticchie			
Pasta di semola	30	40	Pasta senza glutine
Lenticchie secche	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Formaggio fuso	30	40	
Bietole in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Martedì			
Pasta e patate			
Pasta di semola	40	50	Pasta senza glutine
Patate	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Frittata di uova			
Uovo intero	50	50	
Parmigiano	2	2	
Olio extravergine d'oliva	3	5	
Spinaci in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Mercoledì			
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	60	60	Pasta senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Filetti di sogliola o platessa	50	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Cuori di carciofi	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	





Dipartimento di Prevenzione – UOC SIAN
UOS Igiene della Nutrizione
 Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro
 Via Montedoro 47 - Torre del Greco (NA)
 Tel. 081/8490160 - 0159
 E-mail p.pecoraro@aslnapoli3sud.it
 Sito: www.aslnapoli3sud.it

TABELLE DIETETICHE
Seconda settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Giovedì	g	g	Prodotti specifici
Riso con minestrone			
Riso parboiled	50	50	
Minestrone misto	50	70	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Hamburger di manzo magro	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Finocchi cotti o crudi in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Venerdì			
Pasta e fagioli			
Pasta di semola	30	40	Pasta senza glutine
Fagioli secchi	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Prosciutto cotto magro	30	40	Prosciutto senza glutine
Purè di patate	100	100	
Patate	80	80	
Latte scremato	10	10	
Parmigiano	2	2	
Burro	5	5	



Tutti i giorni dieta normale		Celiaci	
			Prodotti specifici
Frutta di stagione	100	150	
Panino	30	50	Pane senza glutine
Acqua medio-minerale	Mezzo litro		

TABELLE DIETETICHE
Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Lunedì	g	g	Prodotti specifici
Riso agli spinaci			
Riso parboiled	50	50	
Spinaci	50	70	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Petto di pollo	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Carote in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Martedì			
Pasta e ceci			
Pasta di semola	30	40	Pasta senza glutine
Ceci secchi	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Bastoncini di merluzzo impanato	n. 2	n. 3	Bastoncini senza glutine
Bietoline in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Mercoledì			
Riso con cavolo verza			
Riso parboiled	50	50	
Cavolo verza	50	70	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Polpette al pomodoro	60	70	
Manzo magro	50	60	
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Pane	10	10	Pane senza glutine
Uova	3	3	
Olio extravergine d'oliva	3	5	
Vellutata di zucca e patate	70	100	
Zucca	50	70	
Patate	20	30	
Olio extravergine d'oliva	5	5	





Dipartimento di Prevenzione – UOC SIAN
UOS Igiene della Nutrizione
 Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro
 Via Montedoro 47 - Torre del Greco (NA)
 Tel. 081/8490160 - 0159
 E-mail p.pecoraro@aslnapoli3sud.it
 Sito: www.aslnapoli3sud.it

TABELLE DIETETICHE
Terza settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Giovedì	g	g	Prodotti specifici
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	60	60	Pasta senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Ricotta vaccina fresca	50	80	
Spinaci in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Venerdì			
Pasta e piselli			
Pasta di semola	40	40	Pasta senza glutine
Piselli	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Frittata di uova			
Uovo intero	50	50	
Parmigiano	2	2	
Olio extravergine d'oliva	3	5	
Patate lesse o al forno	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Dolcetto non farcito o con marmellata	30	30	Dolcetto senza glutine



Tutti i giorni dieta normale		Celiaci	
			Prodotti specifici
Frutta di stagione	100	150	
Panino	30	50	Pane senza glutine
Acqua medio-minerale	Mezzo litro		

TABELLE DIETETICHE
Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Lunedì	g	g	Prodotti specifici
Pizza con mozzarella e prosciutto cotto			
Farina di grano tenero	100	120	Farina senza glutine
Mozzarella	20	30	
Prosciutto cotto	20	30	Prosciutto senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Olio extravergine d'oliva	5	7	
Carote in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Martedì			
Pasta e lenticchie			
Pasta di semola	30	40	Pasta senza glutine
Lenticchie secche	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Formaggio fuso	30	40	
Bietole in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Mercoledì			
Pasta al pomodoro			
Pasta di semola	60	60	Pasta senza glutine
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Filetti di cernia o di platessa	50	70	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Spinaci in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	





Dipartimento di Prevenzione – UOC SIAN
UOS Igiene della Nutrizione
 Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro
 Via Montedoro 47 - Torre del Greco (NA)
 Tel. 081/8490160 - 0159
 E-mail p.pecoraro@aslnapoli3sud.it
 Sito: www.aslnapoli3sud.it

TABELLE DIETETICHE
Quarta settimana

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Giovedì	g	g	Prodotti specifici
Riso con fagioli			
Riso parboiled	30	40	
Fagioli secchi	30	40	
Olio extravergine d'oliva	5	10	
Prosciutto cotto magro	30	40	Prosciutto senza glutine
Patate lesse o al forno	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Venerdì			
Pastina con minestrone			
Pastina di semola	50	50	Pasta senza glutine
Minestrone misto	50	70	
Parmigiano	3	5	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Hamburger di manzo	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	
Finocchi cotti o crudi in insalata	100	120	
Olio extravergine d'oliva	5	5	

Tutti i giorni dieta normale		Celiaci	
			Prodotti specifici
Frutta di stagione	100	150	
Panino	30	50	Pane senza glutine
Acqua medio-minerale	Mezzo litro		



Variazioni per il periodo primavera - estate

- Sostituire contorno “cuori di carciofi” con “fagiolini al pomodoro”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Mercoledì – II settimana	g	g	Prodotti specifici
Fagiolini al pomodoro			
Fagiolini	100	120	
Pomodoro	q.b.	q.b.	
Olio extravergine d’oliva	5	5	

- Sostituire contorno “finocchi cotti o crudi in insalata” con “pomodori in insalata”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Giovedì – II settimana e Venerdì - IV settimana	g	g	Prodotti specifici
Pomodori in insalata	100	120	
Olio extravergine d’oliva	5	5	

- Sostituire contorno “vellutata di zucca e patate” con “zucchine all’olio”:

	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	CELIACHIA
Mercoledì – I e III settimana	g	g	Prodotti specifici
Zucchine all’olio	100	120	
Olio extravergine d’oliva	5	5	



Computo nutrizionale		
	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA
Kcal	562	706
Proteine	g. 21; % 15	g. 27; % 14
Glucidi	g. 81; % 55	g. 106; % 59
Lipidi	g. 19; % 30	g. 21; % 27
Fibra	g. 9	g.11
Ferro	mg. 4,5	mg. 5,5
Calcio	mg. 291	mg. 342



Raccomandazioni

Le grammature degli alimentari si intendono relative al prodotto crudo al netto delle parti non edibili.

Frutta di stagione preferibilmente mele, pere, arance, mandarini, mandaranci/clementine, banane, pesche, albicocche, kiwi, ananas, assicurare variabilità.

Ortaggi e legumi: gli ortaggi devono essere rappresentati da prodotti freschi o, in alternativa, da prodotti surgelati.

Per la preparazione del minestrone, si potrà fare ricorso a specifico prodotto surgelato, verdure miste per minestrone, purché privo di patate e legumi.

I ceci, le lenticchie ed i fagioli devono essere rappresentati da prodotto secco, i piselli devono essere surgelati extrafini o quelli in conserva privati del liquido di governo.

I legumi e gli ortaggi costituenti le minestre, possono anche essere sottoposti a trattamenti di trasformazione in modo da renderli cremosi.

Prodotti ittici: il pesce deve essere rappresentato da prodotto surgelato privo di parti non commestibili sotto forma di prodotto impanato o filetto al naturale.

Carni: le carni di bovino e quelle avicole, devono essere fresche e refrigerate.

Il prosciutto cotto deve essere privo di polifosfati.

Prodotti da cereali: la pasta alimentare secca di tipo corto o piccolo.

Il riso deve essere parboiled.

Ricotta e mozzarella deve provenire da latte vaccino.

Uova: devono essere di categoria di freschezza extra o A.

Grassi di condimento e cottura: olio extravergine di oliva, burro.

Per la preparazione ed il condimento delle pietanze, è consentito l'utilizzo di limone anche sotto forma di succo e di erbe aromatiche (basilico, maggiorana, origano, prezzemolo, sedano, salvia, ecc).

Si consiglia di utilizzare moderatamente sale iodato nelle fasi di preparazione e condimento delle pietanze.

Metodi di cottura utilizzabili Cottura al forno, arrosto (in forno, in tegame, in teglia, in padella), bollitura, sbianchitura e sbollentatura, cottura a vapore, frittura in padella non in immersione, cotture miste (brasatura, in casseruola e stufatura).



Dipartimento di Prevenzione – UOC SIAN
UOS Igiene della Nutrizione
Responsabile: Dott. Pierluigi Pecoraro
Via Montedoro 47 - Torre del Greco (NA)
Tel. 081/8490160 - 0159
E-mail p.pecoraro@aslnapoli3sud.it
Sito: www.aslnapoli3sud.it

Raccomandazioni Celiaci

Evitare in assoluto di utilizzare prodotti alimentari contenenti glutine, è opportuno controllare accuratamente le etichette, soprattutto per quei prodotti confezionati contenenti più ingredienti (Regolamento comunitario UE 1169/2011 in materia di etichettatura dei prodotti alimentari).

Pane, pasta, farina, biscotti, utilizzare prodotti dietetici specifici privi di glutine.

Come previsto da normativa, Legge Reg. Campania n. 2 del 11/2003, DGRC n. 1211 del 23/9/2005 e n. 2163 del 14/12/2007, Dl.vo n. 112/92, Regolamento CE n. 41 del 20/1/99, la ditta deve attenersi scrupolosamente a tutte le raccomandazioni in essa contenute.

Per tutto quanto non specificato in tabella ed in caso di dubbi, fare riferimento al medico curante e/o allo specialista.

