



AZIENDA PER L'ASSISTENZA SANITARIA
 Friuli Occidentale
 Dipartimento di Prevenzione
 dell'Assessorato Regionale Sanitario
 Specialista in Scienza dell'Alimentazione

AZIENDA SANITARIA FRIULI OCCIDENTALE
 SIAN - Area Igiene della Nutrizione

TABELLA DIETETICA INVERNALE SCUOLA PRIMARIA DEL COMUNE DI PORDENONE - anno scolastico 2020 / 2021

Giorno	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
LUNEDI'	Pasta al pomodoro	Riso al ragù vegetale	Pasta all'olio	Pasta all'amatriciana
	Scaloppina di pollo	Frittata	Spezzatino di manzo	Formaggio
	Fagiolini	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta
	Pane	Pane	Pane	Pane
MARTEDI'	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pasta al ragù	Pasta all'olio	Pasta o orzo e fagioli/lenticchie	Pasta al pomodoro
	Frittata	Involtoni di pollo	Formaggio	Hamburger o polpette di manzo
	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta
MERCOLEDI'	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Riso allo zafferano	Pasta al tonno	Pasta al pomodoro	Passato di verdure con pastina
	Bocconcini di tacchino all'arancia	Pesce al forno	Arrosti di tacchino	Polpette di pollo in umido
GIOVEDI'	Verdura cruda o cotta	Verdura cotta o cruda	Verdura cruda o cotta	Patate al forno
	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Passato di verdure con pastina	Lasagne al forno	Risotto con zucca o verdure	Pizza margherita
VENERDI'	Frico	(integrazione prosciutto cotto)	Pesce al forno	(integrazione prosciutto cotto)
	Polenta	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta
	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta all'olio	Pasta o orzo e fagioli/lenticchie	Gnocchetti sardi al burro e salvia	Riso all'olio
	Pesce al forno	Formaggio	Frittata	Pesce al forno
	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta	Verdura cruda o cotta	Piselli
	Pane	Pane	Pane	Pane
VENERDI'	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione