

Sede di L'Aquila

Via G. Bellisari
Tel. e Fax 0862.368980
Tel. 0862.368874
Tel. 0862.368968

Dirigenti Medici:
D.ssa Maria Di Luzio

Personale Sanitario:
Ass. Sanitario
Sig.ra Daniela Prisco

Tecnici della Prevenzione
Dott. Luca Di Francesco
Dott. Gianfranco Gentile
D.ssa Maria Palmerini

Ass. Amministrativo:
Sig.ra Nadia Ciocca

Sede di Avezzano

Via Monte Velino, 16
Tel. 0863499856-5-8
Fax 0863499856

Dirigenti Medici:
Dott. Francesco D'Orazi
D.ssa Maddalena Scipioni
Dott. Remo G. Pulsani

Tecnici della Prevenzione
Dott. Antonino Mancini

Sede di Sulmona

Via Gorizia, 4
Tel. 0864499606
Fax 0864499631

Dirigenti Medici:
D.ssa Dora Manetta

Tecnici della
Prevenzione
Carmine Bucceroni
Enrico Giovannelli

Collaboratore Amm.vo
Sig.ra Stefania Di Massa

**Sede di Castel di
Sangro**

Via Porta Napoli,
Tel. e Fax 0863899269

Dirigente Biologo:
D.ssa Diana Di Santo

Tecnici della Prevenzione
D.ssa Ida Orsini

Prot. n° 30057/14

Avezzano li 15/02/2017

**Comune di
CARSOLI (AQ)**

Arrivo

Prot. N° 0001630 del 23-02-2017

Cat. 1 Classe 1



SERMI GENERAL
SM

*Alla c.a. del Responsabile
dei S. Generali
Comune di Carsoli
Dr.ssa Sabrina Marzano*

Oggetto: invio menù per asilo nido

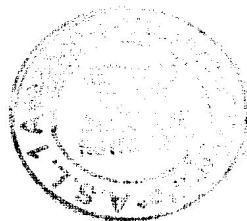
*Con riferimento alla Vs. richiesta del 15/02/2017 ns. prot. 30049/17 si
invia il menù predisposto da codesto servizio.*

Per la fascia d'età 3-12 mesi si invia anche lo schema merenda.

*Per la fascia di età 1-3 anni il menù è articolato su 4 settimane, anche in
questo caso si è provveduto a definire la merenda pomeridiana.*

Restando a disposizione per eventuali chiarimenti si inviano

Cordiali Saluti



*Il Dirigente Medico SIAN
Dott.ssa Maddalena Scipioni*

[Handwritten signature of Dott.ssa Maddalena Scipioni]

Dieta per bambini da 3 a 12 mesi

Età 3 mesi	
Latte in polvere o liquido	150 ml
Crema di riso o biscotto granulato	1 cucchiaino
<i>Note: Somministrare ogni 4 ore</i>	

Età 4 mesi	
Latte in polvere o liquido	180 ml
Crema di riso o biscotto granulato	1 cucchiaino e ½
<i>Note: Somministrare ogni 4 ore</i>	

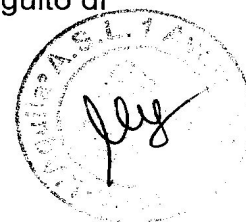
Età 5 mesi		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo Vegetale	Carote, patate, zucchine, acqua	180 ml
	Pastina triplo 0 o crema di riso	20 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	1 cucchiaino
Carne bianca	Pollo o Tacchino	½ vasetto
Frutta	Mela o pera	½ vasetto
Merenda		
Latte	In polvere o liquido	180 ml
	Biscotti o crema di riso	2 o 2 cucchiaini

Età 6-8 mesi		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo Vegetale	Carote, patate, zucchine, acqua	200 ml
	Pastina triplo 0 o crema di riso	30 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	1 cucchiaino
Carne bianca	Pollo o Tacchino	1 vasetto
Ogni nuovo mese aggiungere	Pesce, formaggino	1 vasetto
	Tuorlo d'uovo	1 cucchiaino
Frutta	Mela, pera, banana	1 vasetto
Merenda		
Latte	In polvere o liquido	200-220-240 ml
	Biscotti	3

Età 9-12 mesi		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo Vegetale	Carote, patate, zucchine, acqua	200 ml
	Pastina, semolino o crema di riso	30/40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
oppure Pasta asciutta	Fettuccine o spaghetti	30/40 gr
	Sugo di pomodoro fresco	q.b.
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Carne bianca	Pollo o Tacchino	1 vasetto grande
Ogni nuovo mese aggiungere	Pesce, formaggino	1 vasetto grande
	Tuorlo d'uovo	1
Frutta grattugiata	Mela, pera, banana	½ Frutto
Merenda		
Latte	In polvere o liquido	240-250 ml
	Biscotti	3-4

Somministrazione fino al 4° - 5° mese latti maternizzati di tipo 1, poi di latti di seguito di tipo 2 secondo l'indicazione del pediatra di base.

AVEZZANO 15 FEB. 2017

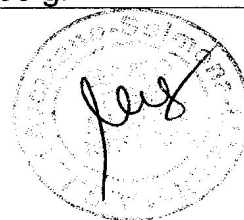


Dieta per bambini da 1 a 3 anni

Lunedì – prima settimana		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo Vegetale	Carote, patate, zucchine, bietole, acqua	250 ml
	Pastina	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Formaggio fresco	Stracchino/Ricotta	40/50 gr
Legumi	Piselli	50 gr
	Burro	q.b.
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Pane		50 gr
	Burro + Marmellata	5+5 gr

Martedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta asciutta	Fettuccine	40 gr
	Sugo al pomodoro fresco	q.b.
	Olio	q.b.
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Carne bianca	Pollo o tacchino ai ferri	60 gr
Verdura cotta	Carote a bastoncino	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Pane		50 gr
Frutta	Mela+ pera+ banana	150 gr
Merenda		
Yogurt	Bianco o alla frutta	125 gr
	Biscotti	30 gr

AVEZZANO 15 FEB. 2017

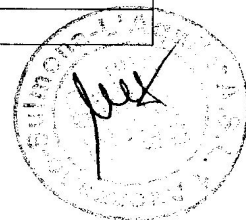


Mercoledì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Passato di verdure	Carote, patate, zucchine, verza bietole, cavolfiore, acqua	200 ml
	Pastina	30/40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaino
Frittata	Uovo intero	1
Verdura cruda	Pomodori	30/40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Pane		50 gr
Frutta	Pera, Mela	150 gr
Merenda		
Pane con olio		50+5 gr
Spremuta di frutta	Arancia	100 gr

Giovedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta al forno	Mezze maniche, sugo, mozzarella, parmigiano	60 gr
Prosciutto	Cotto senza conservanti	40 gr
Purè	Patate	30/40 gr
	Latte, burro	5+5 gr.
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Latte		200 gr
	Biscotti	30 gr

Venerdì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Risotto	Riso	40 gr.
	Burro	5 gr
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Pesce al pomodoro	Palombo	70 gr
	Olio, pomodori pelati, odori	q.b.
Verdure cotte	Cavolfiore	50 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Tè e ciambella	Tè deteinato	100 gr
	Ciambellone al forno	40 gr

AVEZZANO 15 FEB. 2017

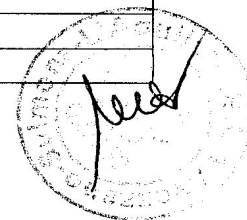


Lunedì – seconda settimana		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo di carne	Carne magra, carota, sedano, acqua	250 ml
	Pastina	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Bollito	Carne magra	60/70gr
Patate prezzemolate	Patate, prezzemolo, olio	40 gr
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Yogurt		125 gr
Biscotti		30 gr

Martedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta asciutta	Farfalle	40 ml
	Sugo al pomodoro fresco	q.b.
	Olio	q.b.
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Uovo in camicia	Uovo intero, acqua	1
Verdure cotte	Zucchine	50 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
latte		200 gr
Biscotti	Savoardi al forno	40 gr

Mercoledì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Passato di legumi	Fagioli, piselli, lenticchie, acqua	40 ml
	Riso	40 gr.
	Olio	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Formaggio fresco	Stracchino, robiola	40/50 gr
Verdura lessa	Bietola	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Pane		50 gr
	Burro+ marmellata	5+5 gr

AVEZZANO 15 FEB. 2017



Giovedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta asciutta	Gnocchetti	40 gr
	Pomodoro fresco	q.b.
	Olio	5 gr
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Carne bianca	Petto di pollo alla piastra	60 gr
Insalata mista	Insalata verde + mais	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Latte		50 gr
	Biscotti	30 gr

Venerdì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Risotto	Riso	40 ml
	Burro	5 gr
	Piselli	30 gr
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Pesce	Filetto di platessa lessa	70 gr
Verdura cruda	Pomodori	50 gr
	Olio extra vergine d'oliva	1 cucchiaino
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Tè e ciambella	Tè deteinato	100 gr
	Ciambellone al forno	40 gr

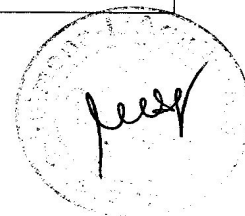
AVEZZANO 15 FEB. 2017

A handwritten signature is written over a circular official stamp.

Lunedì- terza settimana		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta asciutta	Farfalle	40 ml
	Sugo al pomodoro fresco	q.b.
	Olio	q.b.
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Frittatina	Uovo	1
	Olio	q.b.
Verdure cotte	Zucchine	50 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Spremuta di frutta	Arancia	200 gr
Pane con olio		50+5 gr

Martedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo di carne	Carne magra, carota, sedano, acqua	250 ml
	Pastina	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Bollito	Carne magra	60/70 gr
Patate prezzemolate	Patate, prezzemolo, olio	40 gr
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Yogurt		125 gr
Biscotti		30 gr

AVEZZANO 15 FEB, 2017

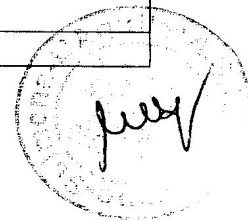


Mercoledì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Risotto	Riso	30/40 ml
	Burro	5 gr
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Pesce al forno	Bastoncini di merluzzo	70 gr
	Olio	q.b.
Insalata mista	Insalata + carote	50 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Tè e ciambella	Tè deteinato	100 gr
	Ciambellone al forno	40 gr

Giovedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta al forno	Mezze maniche, sugo, mozzarella, parmigiano	60 gr
Prosciutto	Cotto senza conservanti	50 gr
Verdura saltata	Cavolfiore	50 gr
	Burro	q.b.
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Latte		200 gr
	Biscotti	30 gr

Venerdì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Passato di legumi	Fagioli, piselli, lenticchie, acqua	150 ml
	Riso	40 gr.
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Formaggio fresco	Stracchino o ricotta	40/50 gr
Verdura lessa	Bietola	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Pane		50 gr
	Burro+ marmellata	5+5 gr

AVELIZIANO 15 FEB. 2017



Lunedì –quarta settimana		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Risotto	Riso	40 ml
	Olio	5 gr
	Piselli	30 gr
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Carne bianca	Petto di pollo alla piastra	70 gr
Purè di patate	Patate	50 gr
	Burro, latte	q.b.
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Tè e ciambella	Tè deteinato	100 gr
	Ciambellone al forno	40 gr

Martedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta asciutta	Gnocchetti	40 gr.
	Pomodoro fresco	q.b.
	Olio	q.b.
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Pesce lesso	Sogliola	70 gr.
	Olio	q.b.
Verdure cotte	Broccoletti	50 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
Frutta	Mela o pera	150 gr
Pane		50 gr
Merenda		
Latte		200 gr
Biscotti	Savoardi al forno	40 gr

Mercoledì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Brodo di carne	Carne magra, carota, sedano, acqua	250 ml
	Pastina	40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaini
Bollito	Carne magra	60/70 gr
Verdura cotta	Bietola	40 gr
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Tè deteinato		125 gr
	Biscotti	30 gr

AVEZZANO 15 FEB. 2017

per

Giovedì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Passato di verdure	Carote, patate, zucchine, verza bietole, cavolfiore, acqua	200 ml
	Pastina	30/40 gr
	Olio extra Vergine d'oliva	1 cucchiaino
	Parmigiano Reggiano	2 cucchiaino
Uovo in camicia	Uovo intero	1
Verdura cruda	Pomodori	30/40 gr
Pane		50 gr
Frutta	Pera, Mela	150 gr
Merenda		
Pane con olio		50+5 gr
Spremuta di frutta	Arancia	100 gr

Venerdì		
Pranzo		
Pietanza	Ingredienti	Quantità
Pasta al forno	Mezze maniche, sugo, mozzarella, parmigiano	60 gr
Prosciutto	Cotto senza conservanti	40 gr
Legumi	Piselli	30/40 gr
	Olio extra vergine d'oliva	5 gr.
Pane		50 gr
Frutta		150 gr
Merenda		
Yogurt	Bianco o alla frutta	125 gr
	Biscotti	30 gr

AVEZZANO 15 FEB. 2017

