



**Dipartimento di Prevenzione**

**Direttore: S. Muscolino**  
UOS Autorizzazioni & Controlli  
Tel. 0941244607 Fax 0941244608  
Via Garibaldi 98066, 47A Patti



N. Prot. *Pop/veip* .....

data *04 OTT. 2018* .....

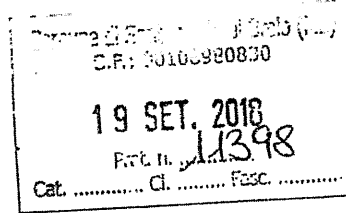
Oggetto: vidimazione tabella dietetica

Al sindaco del comune di  
Sant'Angelo di Brolo

Si trasmette la tabella dietetica così come elaborata dal dr. Pipitò Giuseppe e  
vistata dai nostri uffici

**A.S.P. Messina - Distretto di PATTI**  
**Dr. Giuseppe TOPPOLO**  
Dirigente Medico - Dip. Prevenzione  
Cod. ENPAM 800062160 - G

ASP MESSINA - DISTRETTO DI PATTI  
RESPONSABILE UO  
MEDICINA PREVENTIVA IGIENE PUBBLICA  
*Dr. Salvatore Sidoti*



Prot. N. 1/18 Tab. Diet 04 SET. 2018 1

**COMUNE DI SANT'ANGELO DI BROLO**  
**TABELLE DIETETICHE SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA**

Note relative alle tabelle dietetiche

**PREMESSA**

Una corretta alimentazione fin dall'infanzia consentirà di prevenire un gran numero di malattie dell'adulto.

La prevenzione deve, quindi iniziare nell'infanzia educando ad una corretta alimentazione non solo il fanciullo, ma anche e soprattutto la famiglia. Se il pasto a scuola è un momento importante per promuovere una corretta e sana alimentazione non può e non deve essere trascurato quanto avviene al di fuori della refezione scolastica, cioè il completamento in ambito familiare del fabbisogno energetico del bambino.

**CONSIGLI ED AVVERTENZE DI CARATTERE GENERALE per tutte le scuole**

Il pasto giornaliero può essere spostato, se si ravvisa la necessità, in altro giorno della stessa settimana.

Per tutte le scuole la grammatura dei cibi è riferita ad alimento crudo e a singolo soggetto.

Se si ravvisa la necessità la grammatura del cibo può essere aumentata.

**Deve essere garantito un apporto idrico adeguato.**

Deve essere sempre garantito un pasto di riserva in caso di rifiuto del menù del giorno.

**Le diete proposte per le scuole soddisfano un fabbisogno energetico del 40% sul totale del fabbisogno giornaliero calcolato sulla base dell'età dell'alunno.**

**Il menù proposto garantisce un apporto equilibrato di nutrienti così ripartiti:**

proteine 15/20 %,

grassi 25/30%

carboidrati 55%

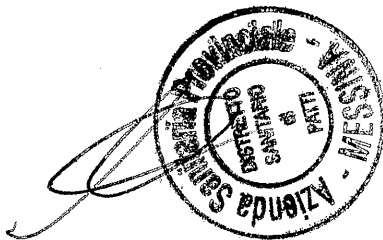
**Il menù presenta un apporto calorico medio che va da 600 Kcal (circa) a 800/900 Kcal (circa)**

**in grado di soddisfare il fabbisogno energetico (a pranzo) per ogni fascia di età.**

Il menù proposto tiene conto delle abitudini alimentari locali.

**In caso di intolleranza a determinati alimenti dovrà essere richiesta una dieta personalizzata (è allegata scheda di segnalazione).**

A.S.P. MESSINA - Dipartimento di PATTI  
Dr. Giuseppe Ioppolo  
Dirigente Territoriale - Dip. Prevenzione  
Cod. Fisc. 00100920830



%



### RACCOMANDAZIONI:

Privilegiare sempre l'olio di oliva (extravergine) di oliva nella preparazione dei pasti.

La carne deve essere magra eliminando il grasso visibile.

Moderare l'uso del sale.

L'alimento surgelato, una volta scongelato (in frigo), dovrà essere utilizzato e mai ricongelato.

### ALIMENTI DA PRIVILEGIARE:

- olio di oliva extravergine
- pane integrale
- frutta fresca di stagione
- acqua naturale
- parmigiano reggiano
- grana padano
- sale iodato.

### FRUTTA DI STAGIONE:

Nel periodo invernale dare preferenza a : mele, pere, arance, mandarini, kiwi.

Nel periodo primaverile dare preferenza a: pesche, pere, susine, fragole.

La frutta può essere somministrata anche come macedonia oppure cotta ( mele, pere, con zucchero di canna).

.....



La selezione dei fornitori, che dovranno essere qualificati, garantirà la sicurezza alimentare e di conseguenza la salute di tutti gli utenti.

Tutte le fasi di produzione del pasto saranno effettuate in maniera igienicamente corretta (ricevimento delle materie prime, preparazione, trasporto, somministrazione) applicando il sistema HACCP...

Il responsabile della cucina risponderà della corretta implementazione dei principi dell'HACCP.



F.to dott. Giuseppe Pipitò  
 specialista in Igiene e Medicina Preventiva  
 specialista in Diabetologia e Malattie del Ricambio

Menù invernale (dall'1/10 al 31/03)

	I settimana			II Settimana			III Settimana			IV Settimana							
	Infanzia	Primaria	Secondaria	Infanzia	Primaria	Secondaria	Infanzia	Primaria	Secondaria	Infanzia	Primaria	Secondaria					
Lunedì	Pasta	60	70	80	Pasta	60	70	80	Risotto	60	70	80	Pasta con legumi	30	40	50	
	con salsa di pom.	40	50	60	pomodoro e	10	15	20	zucca gialla	10	15	20	legumi	30	40	50	
	Lonza di maiale	70	80	90	patate fresche	20	30	40	speck o prosc. cotto	10			Frittata - uova	1			
	Piselli e	40	50	60	formaggio fresco o prosciutto*	80	90	100	Cotoletta di pollo o tacchin	80	90	100	Patate e parmigiano (q.b.)	60	70	80	
	carote	40	50	60	Insalata mista	180	200	220	Insalata mista	180	200	220	Insalata mista	150			
	Frutta	150			Frutta	150			Frutta	150			Pane di grano duro	50			
	Pane di grano duro	50			Pane di grano duro	50			Pane di grano duro	50			Frutta	50			
Martedì	Pizza margherita e/o	200	250	300	Pasta	60	70	80	Pasta con	60	70	80	Risotto alla contadina	60	70	80	
	Pizza al prosciutto (prosciutto q.b.)				al pomodoro o salsa di pom.	40	50	60	minestrone (prodotti freschi)	100			piselli, fagiolini	q.b.			
					Gateau di patate	100	120	140	Frittata				carote, zucchine, aromi	q.b.			
					formaggio a pasta filata	15	20	25	uova	1			Involtini di maiale	70	80	90	
					parmigiano	10	15	20	prosciutto	10			Insalata mista	80	100	150	
					uova	1/2			parmigiano	10			Frutta	150			
	Frutta	150			Frutta	150			Frutta	150			Pane di grano duro	50			
Mercoledì	Pasta con	40	50	60	Pastina in	40	50	60	Pasta	60	70	80	Pizza margherita e/o	200	250	300	
	legumi	30	40	50	brodo vegetale	200			con salsa di pomodoro	40	50	60	prosciutto (prosciutto q.b.)				
	Cotoletta di pollo o tacchino	80	90	100					Polpetta di manzo con salsa e piselli	70	80	90					
	Insalata mista	150	150	150	**filetti di platessa al forno	80	90	100	Uovo	1/2							
					aromi q.b.				Parmigiano	20	30	40					
	Frutta	150			patate al vapore	70	80	90	Mollica di pane	30	40	50					
	Pane di grano duro	50			Frutta	150			Piselli	40	50	60					
Giovedì	Risotto alla milanese	60	70	80	Pizza margherita e/o	200	250	300	Pizza margherita e/o	200	250	300	Pasta con zafferano	60	70	80	
	o al pomodoro	30	40	50	Pizza al prosciutto (prosciutto q.b.)				Pizza al prosciutto (prosciutto q.b.)				prosciutto cotto o speck	10			
	Frittata - uova	1											Polpetta di manzo al forno	70	80	90	
	con patate fresche	60	70	80									Uovo	1/2			
	Insalata mista	150	150	150									Parmigiano	20	30	40	
	Frutta	150			Frutta	150							Mollica di pane	30	40	50	
	Pane di grano duro	50											Insalata mista	150	150	150	
Venerdì	Pasta al forno	60	70	80	Pasta al forno	60	70	80	Pasta con	30	40	50	Pastina in	40	50	60	
	formaggio filante	q.b.			salsa	40	50	60	legumi	30	40	50	brodo vegetale	200			
	mortadella, parmigiano	q.b.			ragù di carne	30	40	50	Hamburger	80	90	100					
	salsa di pomodoro	q.b.			formaggio fresco o prosciutto*	80	90	100	Insalata mista	150	150	150	*cotoletta di pesce	100	100	100	
	bastoncini di pesce *	3	4	5	Insalata mista	150							Insalata mista	150			
	Insalata mista	150	150	150	Frutta	40	50	60	Frutta	150			Frutta	40	50	60	
	Frutta	80	100	100									Pane di grano duro	50			
Pane di grano duro	50			Pane di grano duro	50			Pane di grano duro	50								

\* cucinati al forno

\* fior di latte, stracchino, prosciutto sgrassato

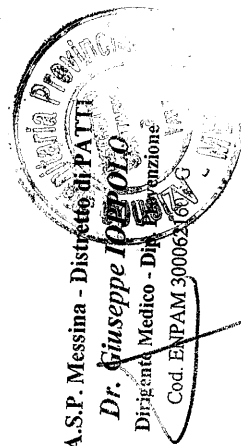
\* al forno con aromi

\*\* oppure alla mugnaia con farina di semola

aromi: cipolla, rosmarino, salvia  
origano, timo, prezzemolo, ecc..



Le suddette tabelle dietetiche sono state rimodulate dal dott. Giuseppe Pipitò per meglio rispondere alle indicazioni delle linee guida dell'Istituto Nazionale della Nutrizione

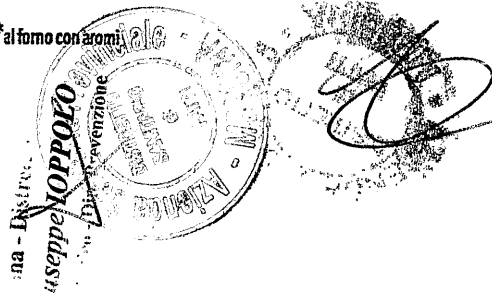


A.S.P. Messina - Distretto di PATTI  
Dr. Giuseppe PIPITÒ  
Dirigente Medico - Direzione Provinciale  
Cod. ENPAM 300063

Menù primaverile (dal 1/04 all'11/06)

	I settimana			II Settimana			III Settimana			IV Settimana		
	Infanzia	Primaria	Secondaria	Infanzia	Primaria	Secondaria	Infanzia	Primaria	Secondaria	Infanzia	Primaria	Secondaria
Lunedì	Pasta con salsa di pom.	60	70	80	Pasta al forno	60	70	80	Pasta fredda	70	80	90
	Involtoni di vitello	40	50	60	salsa	40	50	60	pomodoro fresco	10	15	20
	Insalata mista	70	80	90	ragù di carne	30	40	50	mozzarella e basilico		20	
	Frutta	180	200	220	Formaggio fresco	80	90	100	Cotoletta di pollo	70	80	90
	Pane di grano duro	150			Insalata mista	180	200	220	Insalata mista	180	200	220
Martedì	Pizza margherita e/o	200	250	300	Pasta	60	70	80	Pasta con	60	70	80
	Pizza al prosciutto				al pomodoro o salsa di pom.	40	50	60	piselli	10	15	20
	Frutta	150			Gateau di patate	100	120	140	fior di latte o stracchino	60	70	80
					Formaggio a pasta filata	15	20	25	patate al forno	80	90	100
					parmigiano	10	15	20	aromi	q.b.		
Mercoledì	Pasta	60	70	80	Pizza margherita e/o				Pasta	60	70	80
	ragù	30	40	50	Pizza al prosciutto	200	250	300	con salsa di pom.	40	50	60
	Insalata mista	40	50	60					Polpette di manzo	70	80	90
	Frutta	100	100	100					con salsa e piselli	20	30	40
	Pane di grano duro	180	200	220					Uovo	1/2		
Giovedì	Pasta	40	50	60	Pasta con	40	50	60	Pizza margherita e/o	200	250	300
	brodo vegetale	200			piselli	20	30	40	Pizza al prosciutto			
	Frittata - uova	1			e carciofi	20	30	40				
	Insalata mista	60	70	80	pomodoro	20	30	40				
	Frutta	180	200	220	bastoncini di pesce	3	4	5				
Venerdì	Pasta fredda	70	80	90	patate lesse	80	90	100	Frutta	150		
	pomodoro fresco	10	15	20	prezzemolo	q.b.			Pane di grano duro	50		
	mozzarella		20		Frutta	150						
	basilico				Pane di grano duro	50						
	Bastoncini di pesce	3	4	5								
Sabato	Insalata mista	150			Pasta con	60	70	80	Gnocchi	140	150	160
	Frutta	40	50	60	zucchine o melanzane	20	30	40	pomodoro	30	40	50
	Pane di grano duro	50			Cotoletta di vitello	70	80	90	Involtoni di vitello	80	90	100
					Insalata mista	150			Insalata mista	180	200	220
					Frutta	40	50	60	Frutta	150		
Domenica	Pasta	60	70	80	Pasta	60	70	80	Pasta con	60	70	80
	con salsa di pom.	40	50	60	al pomodoro o salsa di pom.	40	50	60	piselli	10	15	20
	Involtoni di vitello	70	80	90	Gateau di patate	100	120	140	fior di latte o stracchino	60	70	80
	Insalata mista	180	200	220	Formaggio a pasta filata	15	20	25	patate al forno	80	90	100
	Frutta	150			parmigiano	10	15	20	aromi	q.b.		

\* al forno con aromi



Le suddette tabelle dietetiche sono state rimodulate dal dott. Giuseppe Pipitò per meglio rispondere alle linee guida dell'Istituto Nazionale della Nutrizione

ANNO SCOLASTICO \_\_\_\_\_

MUNICIPIO \_\_\_\_\_

RINNOVO  PRIMA RICHIESTA

**RICHIESTA DIETA SPECIALE  
MOTIVI ETICO/RELIGIOSI O DI SALUTE**

Il/La Sottoscritto/a \_\_\_\_\_ nato/a a \_\_\_\_\_ ( ) \_\_\_\_\_

il \_\_\_\_\_ e residente in \_\_\_\_\_ ( ) Via/piazza \_\_\_\_\_

n. \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_ tel \_\_\_\_\_ cell. \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_

Codice Fiscale  documento(s) \_\_\_\_\_

n. \_\_\_\_\_ rilasciato il \_\_\_\_\_ dal \_\_\_\_\_

in qualità di genitore (2) del/la bambino/a \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

nato/a a \_\_\_\_\_ ( ) il \_\_\_\_\_ scuola \_\_\_\_\_

nome \_\_\_\_\_ cognome \_\_\_\_\_  
Prov. \_\_\_\_\_

INF - PRIM - SEC classe \_\_\_\_\_ sez \_\_\_\_\_ Via \_\_\_\_\_ I.C. \_\_\_\_\_

**CHIEDE (barrare)**

la preparazione di una dieta speciale per:

motivi di salute: allegare il Modello "I" (per patologia cronica e/o transitoria) il Modello "L" (per intolleranza e/o allergia) o il certificato medico (redatto in base ai citati modelli)

motivi etico/religiosi \_\_\_\_\_

Il/la bambino/a è presente a mensa:  tutti i giorni  lunedì  martedì  mercoledì  giovedì  venerdì

la reintroduzione della Dieta Libera

**Allega alla presente istanza:**

1  certificato medico

2  altro (specificare) \_\_\_\_\_

Il/la richiedente dichiara di essere informato/a ai sensi del D.Lgs. 30.05.2003 n. 195, che i dati personali raccolti saranno trattati, anche con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale la presente istanza viene presentata, dagli Uffici della Amministrazione Capitolina nonché dalla Società di ristorazione aggiudicataria del servizio.

Data \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Firma leggibile del genitore o esercente la patria potestà

1 Ai sensi dell'Art. 38-comma 3 del DPR 445/2000, la presente dichiarazione può essere sottoscritta dall'interessato o da chi esercita la patria potestà, in presenza del personale dell'Ufficio o sottoscritta prima e presentata a mezzo delega, unendo alla domanda la fotocopia di un documento di riconoscimento in corso di validità.

2 O affidatario che esercita la patria potestà; si rammenta che la domanda è legittimamente presentata dal genitore se sottintende il comune accordo con l'altro genitore ai sensi dell'art. 316 del Codice Civile. Di contro si ravviserà dichiarazione mendace penalmente perseguibile ai sensi dell'art. 76 del DPR 28 dicembre 2000, n. 445.

Per ricevuta della richiesta della dieta speciale \_\_\_\_\_

del/della bambino/a \_\_\_\_\_

scuola \_\_\_\_\_ classe \_\_\_\_\_ sez \_\_\_\_\_ anno scolastico \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Ufficio \_\_\_\_\_