



**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA  
DELLA SALUTE UMANA**

**Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione**

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: [sian.potenza@aspbasilicata.it](mailto:sian.potenza@aspbasilicata.it)

pec: [sian.potenza@pec.aspbasilicata.it](mailto:sian.potenza@pec.aspbasilicata.it)

*Direttore f.f. Dr. C. Cufino*

## **INDICAZIONI GENERALI**

I menù sono preparati con rotazione di 4 settimane, diversi per il periodo autunno-inverno e primavera-estate, per garantire la stagionalità di ortaggi e frutta di stagione. Nonostante ciò ciascun Comune ha facoltà di non adottare la versione primavera-estate in base alle condizioni climatiche senza penalizzare la variabilità dei cibi.

Le grammature riportate nelle tabelle dietetiche si riferiscono al singolo bambino e sono da considerarsi a crudo, al netto degli scarti e prodotto scongelato; il personale addetto alla distribuzione è tenuto a rispettarle, servendosi anche di strumenti di riferimento (mestoli graduati, bilance, porzioni tipo, ecc.).

Tenuto conto che tra gli obiettivi del Piano Nazionale per la Prevenzione 2020-2025, rientrano la riduzione del consumo eccessivo di sale, la promozione dell'utilizzo del sale iodato in linea con il DDL del 26 luglio 2013 Art. 17 e il contrasto al sovrappeso e all'obesità, in particolare quella infantile, è opportuno evitare la somministrazione di seconde porzioni, soprattutto del primo piatto, al fine di evitare un apporto di nutrienti monotono e non proporzionato alle necessità dell'organismo.

## **DIETE SPECIALI**

- Prima di usare prodotti o semilavorati preconfezionati, leggere attentamente l'etichetta ed escludere quelli in cui l'alimento e/o l'allergene allergenico figurino in etichetta.
- Il bambino a dieta speciale deve essere servito sempre per primo: la distribuzione dei pasti, dopo l'identificazione del bambino, deve iniziare con i soggetti a dieta speciale e proseguire successivamente con gli altri commensali.
- Ogni vivanda costituente la dieta va preparata e confezionata in area dedicata, evitando la contaminazione tra gli alimenti da utilizzare per il menù scolastico e quelli per la dieta speciale che va riposta in appositi contenitori da collocare su vassoio personalizzato recante il nome del bambino.
- Gli utensili utilizzati per la preparazione e il confezionamento della dieta speciale devono essere unicamente impiegati per tale produzione.
- Il personale addetto alla preparazione e distribuzione, nonché il personale scolastico, deve sempre lavarsi accuratamente le mani qualora abbia manipolato altri alimenti.

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA  
DELLA SALUTE UMANA**

**Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione**

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: [sian.potenza@aspbasilicata.it](mailto:sian.potenza@aspbasilicata.it)

pec: [sian.potenza@pec.aspbasilicata.it](mailto:sian.potenza@pec.aspbasilicata.it)

*Direttore f.f. Dr. C. Cufino*



**COMUNE DI SATRIANO**  
**MENU REFEZIONE SCOLASTICA**  
**AUTUNNO – INVERNO A.S. 2023 - 2024**

I SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	Pasta e fagioli Frittata con patate Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina di vitello Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pesto Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta
II SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	Riso e piselli Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Fusi di pollo al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con zucchini Frittata Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta alla bolognese Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con minestrone Sogliola con i pomodorini Patate al forno Pane Frutta
III SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	Pasta e lenticchie Frittata con spinaci Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Cotoletta di pollo Verdura di stagione Pane Frutta	Riso con zucca Formaggio spalmabile Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta al pomodoro Lonza di maiale al forno Verdura di stagione Pane Frutta	Pastina in brodo vegetale Merluzzo gratinato Verdura di stagione Pane Frutta
IV SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	Pasta e ceci Prosciutto cotto magro Verdura di stagione Pane Frutta	Riso al pomodoro Roastbeef Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con pesto Frittata al formaggio Patate al forno Pane Frutta	Pasta al pomodoro Mozzarella o scamorza Verdura di stagione Pane Frutta	Pasta con passato di verdura Bastoncini di merluzzo Verdura di stagione Pane Frutta



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA  
DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

## COMUNE DI SATRIANO DI LUCANIA

### MENÙ AUTUNNO - INVERNO

1° Settimana A.S.  
2023-24

#### LUNEDÌ

Pasta e fagioli

Frittata con patate

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40
<i>Fagioli secchi</i>	gr.	30	gr.	40
<i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Uovo</i>	gr.	60	gr.	60
<i>Patate</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150

#### MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Scaloppina di vitello

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Vitello (noce)</i>	gr.	60	gr.	80
<i>Farina</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Burro</i>	gr.	5	gr.	5
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100

#### MERCOLEDÌ

Pasta con pesto

Mozzarella o scamorza

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Pesto</i>	gr.	10	gr.	15
<i>Mozzarella o scamorza</i>	gr.	50	gr.	60
<i>Insalate di stagione</i>	gr.	30	gr.	50

#### GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro

Lonza di maiale al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Maiale magro (lonza, arista)</i>	gr.	60	gr.	80
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150

#### VENERDÌ

Pastina in brodo vegetale

Bastoncini di merluzzo al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Verdure per brodo (carota, sedano...)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Bastoncini di merluzzo</i>	gr.	n. 2	gr.	n. 3
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50

#### OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pane</i>	gr.	50	gr.	50
<i>Frutta di stagione</i>	gr.	100	gr.	150
<i>Olio extravergine di oliva</i>	gr.	10	gr.	15

La Dietista Dr.ssa ROSA Sabrina

5 ottobre 2023



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
BASILICATA  
Azienda Sanitaria Locale di Potenza

DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA  
DELLA SALUTE UMANA

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione  
Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

## COMUNE DI SATRIANO DI LUCANIA

### MENÙ AUTUNNO - INVERNO

2° Settimana A.S.  
2023-24

#### LUNEDÌ

Riso e piselli

Prosciutto cotto magro

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
Riso	gr.	30	gr.	40
Piselli freschi/surgelati	gr.	60	gr.	80
Prosciutto cotto magro	gr.	30	gr.	40
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150

#### MARTEDÌ

Pasta al pomodoro

Fusi di pollo al forno

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Pollo (fusi, coscia disossata)	gr.	60	gr.	80
Ortaggi	gr.	70	gr.	100

#### MERCOLEDÌ

Pasta con zucchine

Frittata

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50
Zucchine	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Uovo	gr.	60	gr.	60
Prezzemolo	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Insalata di stagione	gr.	30	gr.	50

#### GIOVEDÌ

Pasta alla bolognese

Mozzarella o scamorza

Verdura di stagione

	INFANZIA		PRIMARIA	
Pasta di semola	gr.	40	gr.	50
Passata di pomodoro	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Carne bovina macinata	gr.	20	gr.	30
Mozzarella o scamorza	gr.	50	gr.	60
Verdura cotta	gr.	100	gr.	150

#### VENERDÌ

Pasta con minestrone o passato di verdure

Sogliola con pomodorini

Patate al forno

	INFANZIA		PRIMARIA	
Pasta di semola o riso	gr.	40	gr.	50
Verdure di stagione	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Sogliola o platessa	gr.	80	gr.	100
Pomodorini	gr.	q.b.	gr.	q.b.
Patate	gr.	100	gr.	100

#### OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA	
Pane	gr.	50	gr.	50
Frutta di stagione	gr.	100	gr.	150
Olio extravergine di oliva	gr.	10	gr.	15

**DIPARTIMENTO PREVENZIONE COLLETTIVA  
DELLA SALUTE UMANA**

**Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione**

Via Ciccotti - POTENZA

tel. 0971.310323 – 0971.310387 – 0973.48550

e-mail: sian.potenza@aspbasilicata.it

pec: sian.potenza@pec.aspbasilicata.it

Direttore f.f. Dr. C. Cufino

# COMUNE DI SATRIANO DI LUCANIA

## MENÙ AUTUNNO - INVERNO

3° Settimana A.S.  
2023-24

### LUNEDÌ

**Pasta e lenticchie**

**Frittata con spinaci**

**Verdura di stagione**

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	30	gr.	40
<i>Lenticchie secche</i>	gr.	30	gr.	40
<i>Aromi (pomodoro, sedano...)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Uovo</i>	gr.	60	gr.	60
<i>Spinaci</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Verdura cotta</i>	gr.	100	gr.	150

### MARTEDÌ

**Pasta al pomodoro**

**Cotoletta di pollo**

**Verdura di stagione**

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Petto di pollo</i>	gr.	60	gr.	80
<i>Pangrattato</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Uovo</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100

### MERCOLEDÌ

**Riso con zucca\***

**Formaggio spalmabile**

**Verdura di stagione**

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Riso</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Zucca</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Formaggio spalmabile</i>	gr.	40	gr.	40
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50

\*(in periodi di non reperibilità la zucca può essere sostituita con altra verdura di stagione)

### GIOVEDÌ

**Pasta al pomodoro**

**Lonza di maiale al forno**

**Verdura di stagione**

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Passata di pomodoro</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Lonza di maiale</i>	gr.	60	gr.	80
<i>Ortaggi</i>	gr.	70	gr.	100

### VENERDÌ

**Pastina in brodo vegetale**

**Merluzzo gratinato**

**Verdura di stagione**

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pasta di semola</i>	gr.	40	gr.	50
<i>Verdure per brodo (carota, sedano..)</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Filetti di merluzzo</i>	gr.	80	gr.	100
<i>Pangrattato</i>	gr.	q.b.	gr.	q.b.
<i>Insalata di stagione</i>	gr.	30	gr.	50

### OGNI GIORNO AGGIUNGERE:

	INFANZIA		PRIMARIA	
<i>Pane</i>	gr.	50	gr.	50
<i>Frutta di stagione</i>	gr.	100	gr.	150
<i>Olio extravergine di oliva</i>	gr.	10	gr.	15