

ISTITUTO SANTA MARTA  
 Scuola dell'Infanzia e Primaria Paritaria  
 Via Santa Marta, 12 – 55049 Viareggio (LU)  
 Tel/Fax 0584/392194  
 e-mail: [smarta.viareggio@tin.it](mailto:smarta.viareggio@tin.it)

**TABELLA DIETETICA INVERNALE**  
**PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA SANTA MARTA – VIA SANTA MARTA, 12 – VIAREGGIO (LU)**

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1^ SETTIMANA	<i>Kcal. 584</i> <i>P. 26, L. 19, G. 83</i>  Minestrone Petto di pollo alla salvia Verdure cotte Dolce	<i>Kcal. 550</i> <i>P. 21, L. 18, G. 81</i>  Riso al pomodoro Frittata al forno Piselli Frutta fresca	<i>Kcal. 599</i> <i>P. 22, L. 23, G. 82</i>  Pasta burro e salvia Stracchino Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 600</i> <i>P. 21, L. 20, G. 89</i>  Pasta al pomodoro Hamburger Verdure cotte Frutta Fresca	<i>Kcal. 623</i> <i>P. 18, L. 17, G. 107</i>  Pasta al pesto Polpettine di merluzzo al forno/pomodoro Patate al forno Frutta fresca
2^ SETTIMANA	<i>Kcal. 606</i> <i>P. 22, L. 21, G. 87</i>  Pasta al pomodoro Cotoletta frita Piselli Frutta fresca	<i>Kcal. 599</i> <i>P. 23, L.27, G. 70</i>  Lasagne al forno Uovo sodo Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 600</i> <i>P. 21, L. 21, G. 89</i>  Pasta olio/parmigiano Polpettine di carne al forno/pomodoro Verdura cotta Frutta fresca	<i>Kcal. 612</i> <i>P. 22, L. 19, G. 95</i>  Minestrone Prosciutto cotto Purè Frutta fresca	<i>Kcal. 580</i> <i>P. 26, L. 16 G. 89</i>  Pasta al pomodoro Tonno e fagioli Frutta fresca
3^ SETTIMANA	<i>Kcal. 609</i> <i>P. 22, L. 24, G. 83</i>  Pasta al pesto Stracchino Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 621</i> <i>P. 24, L. 20, G. 90</i>  Pasta al ragù Scaloppine al limone Verdure cotte Dolce	<i>Kcal. 592</i> <i>P. 18, L. 17, G. 96</i>  Minestrone Polpettine di merluzzo al forno/ pomodoro Patate al forno Frutta fresca	<i>Kcal. 600</i> <i>P. 21, L. 20, G. 89</i>  Riso al pomodoro Hamburger Verdure cotte Frutta fresca	<i>Kcal. 560</i> <i>P. 22, L. 19, G. 82</i>  Pasta burro e salvia Frittata al forno Piselli Frutta fresca
4^ SETTIMANA	<i>Kcal. 634</i> <i>P. 22, L. 16, G. 107</i>  Pasta al pomodoro Arista arrosto con patate Frutta fresca	<i>Kcal. 590</i> <i>P. 22, L. 21, G. 83</i>  Pasta burro e salvia Mozzarella Verdure cotte Frutta fresca	<i>Kcal. 566</i> <i>P. 22, L. 19, G. 83</i>  Pasta al ragù Uovo sodo Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 600</i> <i>P. 21, L. 21, G. 89</i>  Pasta olio/parmigiano Polpettine di carne al forno/pomodoro Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 590</i> <i>P. 20, L. 22, G. 85</i>  Minestrina in brodo Pizza margherita Verdure crude Frutta fresca

AZIENDA U.S.L. N. 12 DI VIAREGGIO  
 Dipartimento di prevenzione  
 U.F. Igiene Alimenti e Nutrizione  
**IL RESPONSABILE**  
 Dott.ssa GIOVANNA CAMARLINGHI

**TABELLA DIETETICA ESTIVA**  
 PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA SANTA MARTA – VIA SANTA MARTA, 12 – VIAREGGIO (LU)

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 <sup>^</sup> SETTIMANA	<i>Kcal. 521</i> <i>P. 22 L. 14 G. 83</i>  Riso al pomodoro Frittata al forno Verdure cotte Frutta fresca	<i>Kcal. 552</i> <i>P. 24 L. 19 G. 74</i>  Minestrina in brodo Arista arrosto Verdure cotte Dolce	<i>Kcal. 573</i> <i>P. 22 L. 19 G. 83</i>  Pasta al pesto Prosciutto cotto Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 659</i> <i>P. 21 L. 17 G. 112</i>  Pasta al pomodoro Hamburger Purè di patate Frutta fresca	<i>Kcal. 599</i> <i>P. 27 L. 18 G. 89</i>  Pasta olio/ parmigiano Tonno e fagioli Frutta fresca
2 <sup>^</sup> SETTIMANA	<i>Kcal. 608</i> <i>P. 23 L. 13 G. 107</i>  Pasta al pomodoro Scaloppine al limone Patate al forno Frutta fresca	<i>Kcal. 533</i> <i>P. 26 L. 14 G. 82</i>  Pasta burro e salvia Polpettine di merluzzo al forno/ pomodoro Piselli Frutta fresca	<i>Kcal. 633</i> <i>P. 25 L. 23 G. 88</i>  Pasta al pesto Polpettine di carne al forno/pomodoro Verdure cotte Frutta fresca	<i>Kcal. 591</i> <i>P. 25 L. 19 G. 85</i>  Pasta al ragù Emmenthal Verdure cotte Frutta fresca	<i>Kcal. 541</i> <i>P. 23 L. 18 G. 76</i>  Passato legumi/pasta Frittata Verdure crude Frutta fresca
3 <sup>^</sup> SETTIMANA	<i>Kcal. 573</i> <i>P. 22 L. 19 G. 83</i>  Pasta al pesto Prosciutto cotto Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 604</i> <i>P. 24 L. 17 G. 88</i>  Minestrina in brodo Spezzatino di carne Verdure cotte Dolce	<i>Kcal. 606</i> <i>P. 28 L. 18 G. 89</i>  Pasta al ragù Tonno e fagioli Frutta fresca	<i>Kcal. 539</i> <i>P. 26 L. 14 G. 83</i>  Riso olio/parmigiano Petti di pollo alla salvia Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 595</i> <i>P. 27 L. 10 G. 106</i>  Pasta al pomodoro Polpettine di merluzzo al forno/pomodoro Patate lesse Frutta fresca
4 <sup>^</sup> SETTIMANA	<i>Kcal. 551</i> <i>P. 24 L. 15 G. 82</i>  Pasta al pomodoro Arista arrosto Verdure cotte Frutta fresca	<i>Kcal. 585</i> <i>P. 24 L. 23 G. 75</i>  Passato legumi/pasta Emmenthal Verdure crude Frutta fresca	<i>Kcal. 619</i> <i>P. 22 L. 15 G. 108</i>  Pasta al ragù Uovo sodo Patate lesse Frutta fresca	<i>Kcal. 600</i> <i>P. 21 L. 21 G. 89</i>  Pasta olio/ parmigiano Polpettine di carne al forno/pomodoro Verdure lesse Frutta fresca	<i>Kcal. 590</i> <i>P. 20 L. 22 G. 85</i>  Minestrina in brodo Pizza margherita Verdure crude Frutta fresca