

Martedì

Antipasto di barrattieri	g
Barrattieri	80
Orecchiette al forno	
Orecchiette fresche	120
Pomodoro pelato	100
Macinato di vitello	50
Fontina	20
Olio evo	5
Insalata bicolore	
Insalata verde	30
Carote	20
Olio evo	5
Pane semintegrale	60
Frutta di stagione	150

Giovedì

Pasta alla crudaiola	g
Pasta	80
Pomodorini	120
Grana o parmigiano	7
Olio evo	5
Scaloppina di vitello	
Vitello	80
Farina	q.b.
Olio evo	5
Zucchine all'olio e menta	
Zucchine	80
Olio evo	5
Pane semintegrale	40
Frutta di stagione	150

Tablette dietetiche

Primavera/Estate

Scuola Secondaria I° grado

Comune di San Pancrazio
S.no (BR)

Anno scolastico 2025-26

Valide fino all'a.s.2025-26



ASL Brindisi

PugliaSalute

a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli e
dott.ssa R. Peschechera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Igiene della Nutrizione
Il Responsabile
Dr. Pasquale FINA - C.Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

Martedì

Pasta al sugo di pomodoro fresco	g
Pasta	80
Pomodori per salsa	120
Grana o parmigiano	7
Olio evo	5
Petto di pollo dorato	
Petto di pollo	80
Olio evo	5
Pangrattato	q.b.
Fantasia di insalata estiva	
Insalata verde	40
Carote	30
Caroselle	30
Olio evo	5
Pane semintegrale	60
Frutta di stagione	150

Giovedì

Riso o orzo con lenticchie	g
Riso o orzo perlato	50
Lenticchie secche	50
Olio evo	5
Filetto di nasello al limone	
Filetto di nasello	120
Olio evo	5
Pangrattato	q.b.
Carote* all'olio	
Carote	100
Olio evo	5
Pane semintegrale	60
Frutta di stagione	150
* Cotte o crude a julienne	

Tablette dietetiche

Primavera/Estate

Scuola Secondaria I° grado

Comune di San Pancrazio
S.no (BR)

Anno scolastico 2025-26

Valide fino all'a.s.2025-26



a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli e
dott.ssa R. Peschechera



N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

Martedì

Riso integrale e patate	g
Riso integrale	60
Patate	150
Pomodoro pelato	100
Grana o parmigiano	7
Olio evo	5
Filetto di platessa al forno	
Filetto di platessa	120
Olio evo	5
Pangrattato	q.b.
Carote e piselli al vapore	
Carote e piselli	60-40
Olio evo	5
Pane semintegrale	60
Frutta di stagione	150

Tabella dietetica

Primavera/Estate

Scuola Secondaria I° grado

Comune di San Pancrazio
S.no (BR)

Anno scolastico 2025-26

Valide fino all'a.s.2025-26

Giovedì

Maritati integrali al pomodoro	g
Pasta fresca integrale	120
Pomodoro pelato	100
Grana o parmigiano	7
Olio evo	5
Polpette al sugo	
Macinato di vitello	80
Grana o parmigiano	7
Pane	q.b.
Olio evo	5
Caroselli	100
Pane semintegrale	60
Frutta di stagione	150



Terza settimana



ASL Brindisi

PugliaSalute

a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli e
dott.ssa R. Peschechera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O.igiene della Nutrizione
Il Responsabile
Dr. Pasquale FINA - C. Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.

Martedì

Risotto con verdure di stagione

Riso 80
Verdure di stagione (carciofi, carote, spinaci, asparagi, fiori di zucca) 80

Grana o parmigiano 7
Olio evo 3

Petto di pollo dorato

Petto di pollo 80
Olio evo 5
Pangrattato q.b.

Fagiolini all'olio

Fagiolini 100
Olio evo 5

Pane semintegrale 40

Frutta di stagione 150

Tablette dietetiche

Primavera/Estate

Scuola Secondaria I° grado

Comune di San Pancrazio
S.no (BR)

Anno scolastico 2025-26

Valide fino all'a.s.2025-26

Giovedì

Pasta e fagiolini con cacioricotta g

Pasta 80
Fagiolini 50
Pomodoro pelato 100
Cacioricotta 7
Olio evo 5

Merluzzo alla mediterranea

Filetto di merluzzo 120
Olio evo 5
Pangrattato q.b.
pomodori, olive, origano q.b.

Carote* all'olio

Carote 100
Olio evo 5

Pane semintegrale 60

Frutta di stagione 150

* Cotte o crude a julienne



a cura delle dietiste
dott.ssa M. A. Tomaselli e
dott.ssa R. Peschechera

A.S.L. BRINDISI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Agiene della Nutrizione
Il Responsabile
Dr. Pasquale FINA - C.Reg. 947980

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto a crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.

Vanno assicurati almeno 4 tipi diversi di frutta di stagione alla settimana.

In applicazione al Reg. CE 1169/2011 e alla nota del 6/02/2015 del Ministero della Salute, informiamo i consumatori sulla possibile presenza di sostanze ed allergeni nei pasti serviti.