

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**Allegato B: RICETTE INTEGRATIVE**

Nel vostro menù sono presenti delle preparazioni le cui ricette non sono presenti nel nostro manuale "In mensa con gusto", pertanto si allegano come integrazione:

DESCRIZIONE PIATTI	GRAMMI A CRUDO E AL NETTO DEGLI SCARTI (per porzione)	
	Infanzia g	Primaria g
<b>PRIMI PIATTI</b>		
<b><u>Pasta al pesto, broccoli e pinoli</u></b>		
Pasta	40	60
Broccoli	50	60
Pesto	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Pinoli, aromi e sale	q.b.	q.b.
<b>SECONDI PIATTI</b>		
<b><u>Rolata di tacchino con verza e prosciutto</u></b>		
Carne di tacchino	70	80
Prosciutto	10	15
Verza	20	30
Olio di oliva	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.



**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**Allegato C: TABELLE DIETETICHE**

PRIMI PIATTI	Infanzia grammi	Primarie grammi
Pastasciutta nei vari formati	40	60
Riso asciutto	40	60
Tagliatelle di semola di grano duro (pasta secca)	40	55
Pasta nei vari passati	20	25
Riso nei vari passati	20	25
Pastina in brodo	30	35
Orzo perlato, farro	20	25
Crostini	20	25

PRIMI PIATTI ASCIUTTI	Infanzia grammi	Primarie grammi
-----------------------	--------------------	--------------------

**SUGO AL POMODORO/POMODORO E BASILICO**

Pomodori pelati	40	60
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**SUGO AL PARMIGIANO**

Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Brodo vegetale, piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**SUGO AL POMODORO E RICOTTA**

Pomodori pelati	40	60
Ricotta	20	30
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**SUGO CON ZUCCHINE**

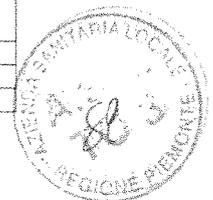
Pomodori pelati	40	60
Zucchini	30	40
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**SUGO POMODORO E PESTO**

Pomodori pelati	40	60
Pesto	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**SUGO ALLE VERDURE (in bianco)**

Verdure miste: carote, zucchini, fagiolini, piselli, sedano, cipolla etc	50	60
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.





**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO

SEDE LEGALE PROVVISORIA

Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011.40171

P.E.C.: [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO

Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**IN BIANCO - ALL'OLIO - OLIO E PARMIGIANO**

Olio di oliva	5	5
Parmigiano	7	10
Sale	q.b.	q.b.

**BURRO/OLIO E SALVIA**

Burro/Olio di oliva	5	5
Parmigiano	7	10
Salvia, sale	q.b.	q.b.

**AGLI AROMI**

Olio di oliva	5	5
Parmigiano	7	10
Aromi (rosmarino, salvia, aglio), sale	q.b.	q.b.

**AL RAGU' VEGETALE**

Polpa di pomodoro	40	60
Verdure miste (zucchine, carote, piselli) <b>NO soffritto</b>	20	20
Olio di oliva	5	5
Sale	q.b.	q.b.

**SUGO AURORA**

Polpa di pomodoro	40	60
Farina	5	5
Latte parzialmente scremato	10	15
Olio di oliva	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.

**PROSCIUTTO E PISELLI**

Prosciutto cotto	10	15
Piselli freschi o surgelati	15	20
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.

**SUGO ALLA ZUCCA**

Zucca	50	60
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Aromi, sale	q.b.	q.b.

**ALLO ZAFFERANO**

Brodo vegetale	q.b.	q.b.
cipolla	q.b.	q.b.
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	3	3
burro	2	2
Zafferano, aromi, sale	q.b.	q.b.

**AI FORMAGGI O ALLA PARMIGIANA (dato stessi ingredienti è stata uniformata la ricetta)**

Latte parzialmente scremato	25	30
Farina	15	15
Scamorza	15	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Sale	q.b.	q.b.



[\*] Variazioni da noi consigliate



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761 - fax 0119551953

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411 - fax 0121397683

email: [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011 40171

P.E.C: [asito3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.aslto3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**BESCIAMELLA**

Latte parzialmente scremato	50	60
Farina	5	10
Olio di oliva	5	5

**AL PESTO (prodotto confezionato)**

Pesto	10	15
Parmigiano	7	10

**POLENTA**

Farina di mais	40	60
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, acqua, sale	q.b.	q.b.

**PIZZA AL POMODORO - FOCACCIA BIANCA**

Farina	40	60
Pomodori pelati (se pizza)	40	60
Olio di oliva	5	5
Acqua, lievito, aromi, sale	q.b.	q.b.

**CRESPELLE RICOTTA E SPINACI**

Farina 00	15	20
Spinaci	20	30
Ricotta	20	25
Uova pastorizzate	15	15
Parmigiano	7	10
Latte p.s.	5	10
Olio di oliva	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.

**PRIMI PIATTI IN BRODO**

Infanzia  
grammi

Primarie  
grammi

**PASSATO DI LEGUMI con pasta, riso, orzo, farro**

Patate	40	50
Legumi secchi	20	30
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**CREMA DI LENTICCHIE**

Patate	40	50
Lenticchie secche	20	30
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**VELLUTATA DI CECI CON ERBETTE con pasta, riso, orzo, farro**

Patate	40	50
Ceci secchi	20	30
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551963

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email: [asito3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.aslto3.piemonte.it)



**A.S.L. TO3**  
 Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011.40171

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.E.C.: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

PI./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**PASSATO O ZUPPA O CREMA O VELLUTATA DI VERDURE con pasta, riso, orzo, farro, crostini**

Verdure miste fresche e/o surgelate: carote, zucca o zucchini, costine o coste, verza, porro, cipolla	60	80
Patata		
Legumi secchi	40	40
Parmigiano	10	10
Olio di oliva	7	10
Piante aromatiche, ortaggi, sale	5	5
	q.b.	q.b.

**PASSATO O ZUPPA O CREMA O VELLUTATA DI PATATE E PORRI con pasta, riso, orzo, farro, crostini**

Patata	30	40
Porri	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**PASSATO DI ZUCCA con pasta, riso, orzo, farro, crostini**

Zucca gialla	60	80
Patata	40	40
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**PASSATO DI PATATE E CAROTE - CREMA/PASSATO DI CAROTE con pasta, riso, orzo, farro, crostini**

Patate	40	50
Carote	20	20
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**BRODO VEGETALE**

Brodo vegetale: patate, carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, sale	q.b.	q.b.

**PIATTI UNICI**

Infanzia  
grammi

Primarie  
grammi

In sostituzione del 1° piatto asciutto e del 2° piatto a base carne:  
**PASTA E LEGUMI**

Pasta	50	60
Pomodori pelati	40	60
Parmigiano	7	10
Legumi freschi o surgelati (piselli)	110	130
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

In sostituzione del 1° piatto asciutto e del 2° piatto a base di formaggio  
**PIZZA MARGHERITA**

Farina	40	60
Pomodori pelati	40	60
Mozzarella	60	80
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Acqua, lievito, aromi, sale	q.b.	q.b.



REGIONE  
 PIEMONTE

www.regione.piemonte.it/sanita

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiacella VIETTI

indirizzo sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/9551757-9551760-9551761- fax 0119551953  
 sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/235411- fax 0121397683

email: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

In sostituzione del 1° piatto asciutto e del 2° piatto a base di formaggio e/o affettato magro  
**PIZZA AL PROSCIUTTO E FORMAGGIO**

Farina	40	60
Pomodori pelati	40	60
Mozzarella	30	40
Prosciutto	30	40
Olio di oliva	5	5
Acqua, lievito, aromi, sale	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI A BASE DI CARNE	Infanzia grammi	Primarie grammi
--------------------------------	--------------------	--------------------

**COTOLETTA O MILANESE O SCALOPPINA IMPANATA/DORATA DI POLLO, TACCHINO, LONZA**

Fesa di pollo, tacchino, lonza	70	80
Uova pastorizzate		1x10 (gr. 5)
Olio di oliva	5	5
Pangrattato, aromi, sale	q.b.	q.b.
Limone	1 x 4	1 x 4

**SCALOPPINA ALLA PIZZAIOLA**

Fesa di pollo, tacchino, lonza, vitello, bovino	70	80
Pomodori pelati	20	30
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.

**SPEZZATINO DI BOVINO IN UMIDO**

Carne di bovino	70	80
Pomodori pelati	20	30
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.

**COSCIA DI POLLO AL FORNO - ROLATINA DI POLLO**

Coscia, fuso, sovracoscia di pollo al netto di pelle o ossa	70	80
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.

**ARROSTO DI TACCHINO/BOVINO/VITELLO/LONZA**

Carne di tacchino, bovino, vitello, lonza	70	80
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.

**POLPETTE DI BOVINO (E SPINACI) IN UMIDO**

Carne di bovino	50	60
Uova pastorizzate		n. 1x10 (gr. 5)
Mollica di pane bagnata nel latte	10	10
Patate	10	15
Pomodori pelati	25	30
Se con Spinaci	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.





**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011.40171

P.E.C.: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fonestrallo, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**HAMBURGER DI BOVINO ALLE VERDURE**

Carne di bovino	70	80
Verdure	25	30
Uova pastorizzate		n. 1x10(gr.5)
Mollica di pane bagnata nel latte	10	10
Patate	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.

**HAMBURGER DI BOVINO AL POMODORO**

Carne di bovino	70	80
Pomodori pelati	25	30
Uova pastorizzate		n. 1x10(gr.5)
Mollica di pane bagnata nel latte	10	10
Patate	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.

**PETTO DI POLLO/TACCHINO AGLI AROMI**

Petto di pollo	70	80
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche, farina, sale	q.b.	q.b.

**PETTO DI POLLO/TACCHINO ALLA SALVIA**

Petto di pollo	70	80
Olio di oliva	5	5
Salvia, farina, sale	q.b.	q.b.

**PETTO DI POLLO/TACCHINO AL LIMONE**

Petto di pollo	70	80
Olio di oliva	5	5
Farina, limone, sale	q.b.	q.b.

**SPIEDINI DI POLLO E TACCHINO**

Spiedini di pollo e tacchino	70	80
Olio di oliva	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.

**STRACCETTI DI POLLO AL LIMONE**

Pollo	70	80
Olio di oliva	5	5
Aromi, succo di limone e sale	q.b.	q.b.

**SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA**

Infanzia  
grammi

Primarie  
grammi

**SFORMATO DI PATATE E RICOTTA - OMELETTE ALLA RICOTTA**

Uova pastorizzate	50	50
Ricotta	30	40
Patate	20	30
Latte parzialmente scremato	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Ortaggi, aglio, sale	q.b.	q.b.



www.regione.piemonte.it/sanita

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

Indirizzo sede di Rivoli-Via Balegno n. 5 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761 - fax 0119551953  
 sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411 - fax 0121397683  
 email: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it



**A.S.L. TO3**  
 Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011 40171

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121 2331

P.E.C: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**FRITTATINA RICOTTA E BIETE / COSTINE**

Uova pastorizzate	50	50
Ricotta	30	40
Biete	20	30
Patate	20	20
Latte parzialmente scremato	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Ortaggi, aglio, sale	q.b.	q.b.

**TORTINO ALLE VERDURE**

Uova pastorizzate	50	50
Verdure miste	30	40
Patate	20	30
Latte parzialmente scremato	10	15
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	5
Ortaggi, aglio, sale	q.b.	q.b.

**TORTINO AL FORMAGGIO**

Uova pastorizzate	50	50
Patate	20	30
Latte parzialmente scremato	10	15
Parmigiano	10	15
Olio di oliva	5	5
Ortaggi, farina, sale	q.b.	q.b.

**UOVA SODE**

Uova pastorizzate	50	50
Olio di oliva	5	5
sale	q.b.	q.b.

<b>SECONDI PIATTI A BASE DI PESCE</b>	<b>Infanzia grammi</b>	<b>Primarie grammi</b>
---------------------------------------	----------------------------	----------------------------

**NASELLO OLIO E LIMONE**

Nasello	90	90
Olio di oliva	5	5
Aromi, limone, farina, sale	q.b.	q.b.

**PLATESSA/HALIBUT/CUORI DI MERLUZZO IMPANATO/DORATO**

Filetto di platessa, halibut, cuori di merluzzo	90	90
Uova pastorizzate		n. 1x10 (gr.5)
Olio di oliva	5	5
limone	1 x 4	1 x 4
Pangrattato, aromi, sale	q.b.	q.b.

**MERLUZZO ALLA MUGNAIA**

cuori di merluzzo surgelato	90	90
farina	q.b.	q.b.
Olio di oliva	5	5
Limone	q.b.	q.b.
prezzemolo, sale	q.b.	q.b.

**CUORI DI MERLUZZO ALLE ERBE**

Merluzzo	90	90
Olio di oliva	5	5
Piante aromatiche (rosmarino, salvia), farina, sale	q.b.	q.b.



www.regione.piemonte.it/sanita

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551953

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011.40171

P.E.C.: [asito3@cert.asito3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.asito3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**CUORI DI MERLUZZO GRATINATI**

Merluzzo	90	90
Pangrattato	10	12
Olio di oliva	5	5
Prezzemolo, aromi e sale	q.b.	q.b.

**CUORI DI MERLUZZO IN UMIDO**

Merluzzo	90	90
Pomodori pelati	20	30
Olio di oliva	5	5
Ortaggi, aromi, farina, sale	q.b.	q.b.

**SECONDI PIATTI A BASE DI AFFETTATO**

	Infanzia grammi	Primarie grammi
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>	60	80
<b>PROSCIUTTO CRUDO</b>		80
<b>PROSCIUTTO COTTO/CRUDO</b>		40/40

**ARROSTO DI TACCHINO/FINISSIMA DI TACCHINO/MANZO OLIO E LIMONE**

Tacchino / Manzo	60	80
Limone	1X4	1X4
Olio di oliva	5	5

**BRESAOLA OLIO, LIMONE, PARMIGIANO REGGIANO E RUCOLA**

Bresaola	60	80
Limone	1X4	1X4
Olio di oliva	5	7
Parmigiano reggiano e rucola	q.b.	q.b.

**SECONDI PIATTI A BASE DI FORMAGGIO**

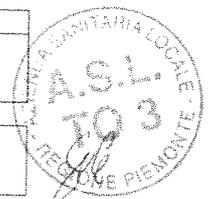
	Infanzia grammi	Primarie grammi
<b>Ricotta</b>	80	110
mozzarella, linea, crescenza, parmigiano reggiano, primo sale (cestella), tomini freschi	60	90

**SECONDI PIATTI A BASE DI AFFETTATO E FORMAGGIO**

	Infanzia grammi	Primarie grammi
--	--------------------	--------------------

**CASTELLANA**

Prosciutto cotto	30	40
Mozzarella (NO eddamer)	30	40
Uova pastorizzate		1x10 (gr. 5)
Olio di oliva	5	5
Pane grattato, fanna, aromi, sale	q.b.	q.b.



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

Indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551953  
 sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email: [asito3@cert.asito3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.asito3.piemonte.it)



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011.40171

P.E.C: [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

CONTORNI A BASE DI PATATE	Infanzia grammi	Primarie grammi
---------------------------	--------------------	--------------------

**MISTO DI VERDURA - MACEDONIA DI VERDURE**

Fagiolini, zucchine, cavolfiori, carote	40	50
Patate	20	30
Piselli	10	10
Olio di oliva	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.

**PUREA DI PATATE**

Patate	110	140
Latte parzialmente scremato	20	30
Parmigiano	7	10
Burro	5	7
Sale	q.b.	q.b.

**PATATE AL FORNO**

Patate	110	140
Olio di oliva	5	7
Sale	q.b.	q.b.
Aromi, rosmarino, aglio	q.b.	q.b.

**PATATE ALL'OLIO**

Patate	110	140
Olio di oliva	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.

**CAPONATA**

Patate	50	60
Melanzane	20	30
Zucchine	20	30
Pomodori	20	30
Olio di oliva (anche aromatizzato)	5	7
Piante aromatiche, sale	q.b.	q.b.

CONTORNI A BASE DI VERDURA	Infanzia grammi	Primarie grammi
----------------------------	--------------------	--------------------

**VERDURA GRATINATA**

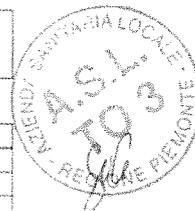
Verdura	60	80
Parmigiano	7	10
Olio di oliva	5	7
Pangrattato, aromi, sale	q.b.	q.b.

**VERDURA ALL'OLIO AROMATIZZATO**

Costine, spinaci, erbe	60	80
Olio di oliva (anche aromatizzato)	5	7
Piante aromatiche, sale	q.b.	q.b.

**CAROTE AL FORNO/ALL'OLIO PREZZEMOLATE**

Carote	60	80
Olio di oliva	5	7
Piante aromatiche, prezzemolo, sale	q.b.	q.b.



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

Indirizzo: sede di Rivoli - Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761 - fax 0119551953  
 sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411 - fax 0121397683  
 email: [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011 40171

P.E.C: [asito3@cert.asito3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.asito3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121 2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

**POLPETTE DI LEGUMI**

Legumi secchi		
Patate	10	15
Parmigiano	60	60
Olio di oliva (anche aromatizzato)	10	10
Pangrattato, Piante aromatiche, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**POLPETTE DI VERDURE**

Patate		
Verdure miste di stagione	60	60
Parmigiano	30	30
Olio di oliva (anche aromatizzato)	10	10
Pangrattato, Piante aromatiche, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**ZUCCHINE PRIMAVERA**

Zucchine		
Olio di oliva	60	80
Piante aromatiche, ortaggi, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**FAGIOLINI E POMODORI IN INSALATA**

Fagiolini		
Pomodori	30	40
Olio di oliva	30	40
Piante aromatiche, aceto e/o limone, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**INSALATA VERDE**

Insalata verde		
Olio di oliva	40	50
Aceto e/o limone, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**INSALATA DI CAROTE**

Carote		
Olio di oliva	60	80
Aceto e/o limone	5	7
Sale	1 x 4	1 x 4
	q.b.	q.b.

**INSALATA DI FINOCCHI**

Finocchi		
Olio di oliva	60	80
Aceto e/o limone, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**INSALATA MISTA VERDE E DI CAROTE**

Carote		
Insalata verde	40	50
Olio di oliva	20	30
Aceto e/o limone, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**INSALATA DI CAROTE E ZUCCHINE RAPE'**

Carote		
Zucchine	40	50
Olio di oliva	20	30
Aceto e/o limone, sale	5	7
	q.b.	q.b.

**INSALATA VERDE E POMODORI**

Pomodori		
Insalata verde	40	50
Olio di oliva	20	30
Aceto e/o limone, sale	5	7
	q.b.	q.b.



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551953  
 sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email [asito3@cert.asito3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.asito3.piemonte.it)



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
SEDE LEGALE PROVVISORIA  
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
Tel. 011.40171

P.E.C: [asito3@cert.asito3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.asito3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
Stradale Fonostrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

INSALATA DI VERZA		
Verza	60	80
Olio di oliva	5	7
Aceto e/o limone, sale	q.b.	q.b.
INSALATA DI POMODORI E ORIGANO		
Pomodori	60	80
Olio di oliva	5	7
Aceto, sale, origano	q.b.	q.b.
CONTORNI A BASE DI LEGUMI		
	Infanzia grammi	Primarie grammi
PISELLI ALL'OLIO / IN UMIDO		
Piselli	80	90
Pomodori pelati (se in umido)	20	30
Olio di oliva	5	7
Piante aromatiche, sale	q.b.	q.b.
VARIE		
	Infanzia grammi	Primarie grammi
PANE	40	50
FRUTTA FRESCA	120	150
YOGURT ALLA FRUTTA	n. 1 vasetto da 125 g.	
MOUSSE DI FRUTTA	n. 1 porzione	
BUDINO	n. 1 porzione(120)	
PLUM CAKE	<u>30</u>	<u>40</u>
TORTA MARGHERITA	<u>30</u>	<u>40</u>



REGIONE  
PIEMONTE

[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 8 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551953

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email: [asito3@cert.asito3.piemonte.it](mailto:asito3@cert.asito3.piemonte.it)



**A.S.L. TO3**

Azienda Sanitaria Locale  
 di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO  
 SEDE LEGALE PROVVISORIA  
 Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO  
 Tel. 011.40171

P.E.C. [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)

SEDE DI PINEROLO  
 Stradale Fenestrolle, 72 - 10064 Pinerolo TO  
 Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**

GITE SCOLASTICHE 1° IPOTESI	infanzia grammi	Primarie grammi
<u>Pane e prosciutto cotto o crudo</u>		
Pane	40	50
Prosciutto cotto o crudo	30	30
<u>Pane e certosa (o parmigiano)</u>		
Pane	40	50
Certosa o parmigiano	20	20
<u>Pane e cioccolato</u>		
Pane	40	50
Cioccolato	25	25
<u>Frutta fresca (o mousse di frutta)</u>		
Acqua minerale naturale 500 ml	120 (100)	150 (100)
Stoviglie a perdere, posate, tovaglioli, bicchieri	1	1
	1	1
GITE SCOLASTICHE 2° IPOTESI	Infanzia grammi	Primarie grammi
<u>Pane e prosciutto cotto (o crudo) o certosa (o parmigiano)</u>		
Pane comune	40	50
Prosciutto cotto (o crudo) / certosa (o parmigiano)	30/20	30/20
<u>Pane e cioccolato</u>		
Pane	40	50
Cioccolato	25	25
<u>Oppure</u>		
Focaccia bianca	40	50
Biscotti secchi	25	25
<u>Frutta fresca (o mousse di frutta)</u>		
Acqua minerale naturale 500 ml	120 (100)	150 (100)
Stoviglie a perdere, posate, tovaglioli, bicchieri	1	1
	1	1

[\*] Variazioni da noi consigliate



REGIONE  
 PIEMONTE

[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

ASL TO3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
 REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/ 9551757-9551760-9551761- fax 0119551953  
 sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/ 235411- fax 0121397683

email [aslto3@cert.aslto3.piemonte.it](mailto:aslto3@cert.aslto3.piemonte.it)