



ASL Lecce

PugliaSalute

DIPARTIMENTO DI PREVENZION

Direttore: Dott. Alberto Fedele Viale Don Minzoni, 8 – 73100 Lecce

SERVIZIO DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE AREA SUD MAGLIE

Direttore: dr. Martino Protopapa

Via Sante Cezza · 73024 Maglie - Tel. 0836 420608 / 0836.420631

e-mail: siansud@asl.lecce.it; sian.uo.maglie@asl.lecce.it; pec: siansud.dipartimento.prevenzione@pec.asl.lecce.it

TABELLA DIETETICA PER LA SETTIMANA DELLA CELIACHIA 2025 Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti Venerdì 15.05.2026	Infanzia	Primaria	Secondaria I grado
SOVRACOSCE DI POLLO DISOSSATE CON PATATE			
Sovracosce di pollo disossate	45	80	100
Patate	100	150	200
Rosmarino	Q.B.	Q.B.	Q.B.
MEDAGLIONI DI RISO E SPINACI			
Riso in chicchi	35	50	65
Spinaci	30	35	40
Uova	n. 1 ogni 8 bambini	n.1 ogni 6 bambini	n.1 ogni 4 bambini
Pangrattato s.g.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
INSALATA DI CAROSELLI E POMODORI			
Pomodori e caroselli	120	150	200
MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
DESSERT S.G.	80	100	120
A scelta tra le tre opzioni disponibili			

DESSERT	TARTUFINI CIOCCO-COCCO-BANANA		TARTUFINI CIOCCO-MIGLIO		TARTUFINI CIOCCO-COCCO	
	Quantità per 10 pz		Quantità per 10 pz		Quantità per 10 pz	
	Banane mature pulite	180 g	Miglio s.g.	150 g	Zucchero a velo s.g.	60 g
	Cioccolato fondente s.g.	180 g	Zucchero	25 g	Farina/scaglie di cocco s.g.	60 g
	Farina/Scaglie di cocco s.g.	50 g	Latte UHT	600 ml	Cacao amaro in polvere s.g.	30 g
	per la copertura:		Tuorlo d'uovo	n. 2	Bevanda vegetale a base di riso s.g.	50 ml
	Farina/Scaglie di cocco s.g.	Q.B.	Gocce di cioccolato s.g.	Q.B.	per la copertura:	
	Cacao amaro in polvere s.g.	Q.B.			Farina/Scaglie di cocco s.g.	Q.B.
	TORTA MARGHERITA					
	Farina di riso s.g.	150 g				
Fecola di patate s.g.	100					
Zucchero	150 g					
Uova	n. 4					
Burro	120 g					
Latte UHT	80 ml					
Scorza di limone	Q.B.					

OLIO EVO →

la quantità totale di Olio Extra Vergine d'Oliva da utilizzare è pari a:
13 g totali da ripartire nelle ricette (Infanzia)
15 g totali da ripartire nelle ricette (Primaria)
20 g totali da ripartire nelle ricette (Secondaria)

Note: Leggere attentamente le indicazioni sottostanti prima della preparazione dei pasti

Si raccomanda un'attenta lettura delle etichette al fine di verificare l'assenza anche in tracce di glutine

Si raccomanda di seguire le indicazioni che l'A.I.C. fornisce sulle categorie alimentari per la preparazione dei pasti senza glutine: consultare la classificazione dei prodotti “ABC della dieta dei celiaci” di A.I.C..

Il “Menù senza glutine” verrà proposto anche a tutti gli utenti titolari di dieta speciale, compatibilmente con gli alimenti esclusi dalla loro dieta

Non è consentita la somministrazione di “carne ricomposta”, né prefritto, preimpanato, o che abbia subito analoghe lavorazioni da imprese diverse dall'aggiudicatario

Preparare e proporre gli alimenti/pasti in forma e consistenza adatte alle esigenze della fascia d'età (Vedi Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica).

L'ortofrutta dev'essere fresca di stagione secondo il calendario di stagionalità di cui all'Allegato A dei CAM 2020 (DM n.65 del 10 marzo 2020), oppure secondo i calendari regionali. Qualora non disponibile ortofrutta fresca di stagione sono ammessi solo: piselli, fagiolini, spinaci, bieta, cuori di carciofi e fagioli borlotti surgelati; frutta non stagionale nel mese di maggio

Utilizzare con moderazione il sale, sia per la cottura che come condimento, preferendo il sale iodato

Pagina 1 di 2

Settore Nutrizione
S.I.A.N. Area Sud

Direttore
Dietisti

Dott. M. Protopapa
dott.ssa M. Coluccia, dott.ssa M.G. Congedo, dott. R. De Donno, dott.ssa K. Novelli

Dirigente Medico
Dott.ssa A. Mele

Preparazione: TARTUFINI CIOCCO-COCCO-BANANA

- ◇ Frullare le banane sbucciate
- ◇ Sciogliere il cioccolato e lasciarlo intiepidire
- ◇ Versare il cioccolato fuso sulle banane aggiungere la farina/scaglie di cocco e frullare fino ad ottenere un composto uniforme
- ◇ Formare tante piccole palline e porle in congelatore per un paio di ore
- ◇ Prima di servire passare in frigo per una mezzoretta. Spolverare i tartufini con cacao amaro e scaglie/farina di cocco

Preparazione: TARTUFINI CIOCCO-MIGLIO

- ◇ Sciacquare il miglio e cuocerlo per 20 minuti nel latte a cui è stato unito lo zucchero, fino a che il liquido non sarà tutto assorbito
- ◇ Quando il miglio si sarà raffreddato unire le gocce di cioccolato ed il tuorlo fino ad ottenere un composto compatto
- ◇ Impastare il tutto e formate tante piccole palline
- ◇ Cuocere in forno statico a 180° per circa 15-20 minuti

Preparazione: TARTUFINI CIOCCO-COCCO

- ◇ Versare in una ciotola la farina/scaglie di cocco, lo zucchero a velo ed il cacao
- ◇ **Mescolare gli ingredienti per combinarli e aggiunger il latte fino ad ottenere un impasto lavorabile**
- ◇ Formare le palline e passarle nella farina/scaglie di cocco
- ◇ Riporle in frigo fino a prima di servirle