



**REGIONE CAMPANIA**  
AZIENDA SANITARIA LOCALE AVELLINO  
www.aslavellino.it



Dipartimento di Prevenzione  
U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione  
Tel. 0825-292621-07-06-11 – Fax 0825-292606  
Via Circumvallazione 77, 83100 Avellino  
[sian@aslavellino.it](mailto:sian@aslavellino.it)

<b>PRIMAVERA -ESTATE</b>	<b>PRIMARIA</b>
<b>I SETTIMANA</b>	<b>GRAMMI</b>
<b><u>Lunedì</u></b>	
Pasta	50gr
Pomodori,passata	40gr
Prosciutto cotto	40 gr
Spinaci bolliti NO sale	40 gr
Pane	40 gr
Olio extra vergine di oliva	14 gr
Frutta	150 gr
<b><u>Martedì</u></b>	
Pasta	50 gr
Zucchine	q.b
Pollo,fuso senza pelle crudo	60gr
Carote	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr
<b><u>Mercoledì</u></b>	
Riso	40gr
Lenticchie crude/cotte	40gr
Arista	60gr
Patate	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr
<b><u>Giovedì</u></b>	
Pasta	40gr
Piselli freschi	20gr
Ricotta/mozzarella	100gr
Lattuga	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr

<b><u>Venerdi</u></b>	
Pasta	
Melanzane	50gr
Merluzzo o nasello	20gr
Zucchine	80gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>II SETTIMANA</u></b>	
<b><u>Lunedì</u></b>	
Pasta	
Patate	50gr
Asiago /parmigiano	80gr
Fagiolini	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>Martedì</u></b>	
Pasta	
Pomodoro	50gr
Filetto di pesce	40gr
Melanzane	60gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>Mercoledì</u></b>	
Riso	
Spinaci	50gr
Pollo	20gr
Mais	80gr
Pomodori	10gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>Giovedì</u></b>	
Pasta	
Fagioli	40gr
Vitello	40gr
lattuga	60gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr



<b><u>Venerdi</u></b>	
Pizza margherita	150gr
Lattuga	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr
<b><u>III SETTIMANA</u></b>	
<b><u>Lunedì</u></b>	
Pasta	50gr
Pesto	10gr
Arista di maiale	60gr
Insalata verde e pomodori	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr
<b><u>Martedì</u></b>	
Pasta	50gr
Zucchine	30gr
Filetto di pesce	60gr
Patate	60gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr
<b><u>Mercoledì</u></b>	
Pasta	40gr
Lenticchie crude/ cotte	40gr
uova	60gr
Spinaci	60gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr
<b><u>Giovedì</u></b>	
Riso	50gr
pomodoro	40gr
Polpette	60gr
lattuga	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	14gr
Frutta	150gr



<b><u>Venerdi'</u></b>	
Pasta	
Pomodoro	50gr
Carne macinata	40gr
Mozzarella di vacca	40gr
Fagiolini	40gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b>IV SETTIMANA</b>	
<b><u>Lunedì'</u></b>	
Pasta	
Fagioli	40gr
Pollo	40gr
Patate	80gr
Pane	60gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>Martedì'</u></b>	
Riso	
Spinaci	50gr
Ricotta/mozzarella	30gr
Pomodori	60gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>Mercoledì'</u></b>	
Pasta	
Pomodoro e basilico	50gr
Filetto di pesce	40gr
Melanzane	60gr
Pane	40gr
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr
<b><u>Giovedì'</u></b>	
Pasta	
Parmigiano	50gr
Prosciutto cotto	5gr
Carote	60gr
Pane	q.b.
Olio extra vergine di oliva	40gr
Frutta	14gr
	150gr



<b>Venerdi</b>	
Gnocchi	
Pomodoro	150gr
Uova	40gr
spinaci	60gr
Parmigiano	q.b.
Pane	5gr
Olio extra vergine di oliva	50gr
Frutta	14gr
	150gr



Ente certificato UNI EN ISO 9001-2015

Azienda Sanitaria Locale "Avellino" – Via degli Imbimbo – 83100 Avellino-C.F. e P.IVA : 02600160648