COMUNE DI MONTE CREMASCO

MENU' PRIMAVERA-ESTATE 2018/2019

SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA

sodexo
Ogni giorno, un giorno migliore

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDÌ	RISOTTO CON VERDURE(3,7,9) FRITTATA(3,7) INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA AL PESTO(1,3,7,8) BIS DI FORMAGGI(7) CAROTE CRUDE E VERDURA COTTA (NO PATATE) PANE FRUTTA	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE(1,3,7) FORMAGGIO (7) POMODORI PANE FRUTTA	RAVIOLI DI MAGRO(1,3,7) FRITTATA(1,3,7) INSALATA VERDE PANE FRUTTA
MARTEDÌ	PASTA AL PESTO(1,3,7) POLLO AL FORNO VERDURA CRUDA MISTA CON MAIS PANE FRUTTA	RISOTTO ALLA PARMIGIANA(3,7) POLPETTE DI MANZO INSALATA MISTA PANE FRUTTA	INSALATA MISTA CON 4 VERDURE PIZZA MARGHERITA(1,3,7) PANE FRUTTA	PASSATO DI VERDURA CON ORZO(1,3,7,9) COTOLETTA DI TACCHINO(1,3) PATATE AL FORNO PANE FRUTTA
MERCOLEDÌ	PASTA INTEGRALE POMODORO,BASILICO E LEGUMI(1,3,7) FORMAGGIO(7) CAROTE PANE FRUTTA	MINESTRONE CON FARRO(1,3,7,9) PESCE GRATINATO(1,4) PATATE IN INSALATA PANE FRUTTA	ORZOTTO AL POMODORO(3,7,9) FRITTATA CON VERDURA(1,3,7) VERDURE COTTE PANE FRUTTA	RISOTTO ALLO ZAFFERANO(3,7,9) FORMAGGIO(7) POMODORI PANE FRUTTA
GIOVEDÌ	PASTA BIANCA(1,3,7) FILETTO DI PESCE GRATINATO(1,4) FINOCCHI IN INSALATA PANE FRUTTA	PASTA INTEGRALE ALLE MELANZANE(1,3,7) COSCETTE DI POLLO ZUCCHINE PANE FRUTTA	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI (1,3,7,9) MERLUZZO AL FORNO(1,4) INSALATA MISTA CON MAIS PANE FRUTTA	PASTA ALL'OLIO E AROMI(1,3,7) LONZA AL FORNO(1) SPINACI PANE FRUTTA
VENERDÌ	CAROTE OLIO E LIMONE ZUCCHINE PIZZA MARGHERITA(1,7) PANE FRUTTA	INSALATA DI PASTA CON CECI(1,3,7) CROCCHETTE DI VERDURA(1,3,7) FINOCCHI PANE FRUTTA	PASTA INTEGRALE AI LEGUMI(1,3,7) SCALOPPE DI TACCHINO(1) CAROTE IN INSALATA PANE FRUTTA	PASTA INTEGRALE AL PESTO(1,3,7,8) PESCE AL FORNO(1,4) INSALATA MISTA CON LEGUMI PANE FRUTTA

ATS VAL PADANA
15 APR. 2019
SI AUTORIZZA MENÙ CON CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI DI ECCELLENZA

UTILIZZO DI PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE FRUTTA DI STAGIONE A ROTAZIONE:ARANCIA,CLEMENTINE,MELE,PERE, KIWI,BANANA

I NUMERI ACCANTO AD OGNI PIETANZA INDICANO GLI ALLERGENI PRESENTI NELLA STESSA (ALLEGATO REG. UE 1169/11 – "ALLERGENI") **UTILIZZO DI SALE IODATO**

COMUNE DI MONTE CREMASCO

MENU' AUTUNNO-INVERNO ANNO SCOLASTICO 2019/2020

SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA

sodexo
Ogni giorno, un giorno migliore

	1A SETTIMANA	2A SETTIMANA	3A SETTIMANA	4A SETTIMANA
LUNEDÌ	RISOTTO AL POMODORO(7,3,9) FRITTATA(3,7) INSALATA MISTA PANE(1) FRUTTA	PASTA INTEGRALE AL POMODORO(1,7,3) BIS DI FORMAGGI(7) FINOCCHI PANE(1) FRUTTA	GNOCCHI(1,7,3) FRITTATA(3,7) INSALATA MISTA PANE(1) FRUTTA	TORTELLI DI MAGRO(1,3,7) FORMAGGIO(7) FINOCCHI PANE(1) FRUTTA
MARTEDÌ	PENNETTE AL TONNO(1,3,7) FILETTO DI PESCE(1,3,4) VERDURA COTTA PANE(1) FRUTTA	RISOTTO ALLO ZAFFERANO(3,7,9) FRITTATA(1,3,7) VERDURA COTTA GRATINATA(7) INSALATA(7) PANE(1) FRUTTA	PASTA ALL'OLIO(1,3,7) TORTINO DI LEGUMI(1,3,7) FINOCCHI PANE(1) FRUTTA	RISOTTO ALLA PARMIGIANA(3,7,9) POLPETTE DI PESCE(1,3,4) INSALATA PANE(1) FRUTTA
MERCOLEDÌ	PASSATO DI LEGUMI CON FARRO(1,3,7,9) POLLO AL FORNO PATATE PANE(1) FRUTTA	MINESTRONE CON ORZO(1,7,3,9) PESCE(1,4) PATATE IN INSALATA PANE(1) FRUTTA	RISOTTO ALLE VERDURE(3,7,9) PESCE(4,1) CAROTE IN INSALATA PANE(1) FRUTTA	PASSATO DI VERDURE CON ORZO(3,7,9) LONZA AL FORNO(1) PATATE PANE(1) FRUTTA
GIOVEDÌ	PASTA INTEGRALE AL PESTO(1,7,3,5,6,8) LONZA AL FORNO(1) CAROTE PANE(1) FRUTTA	PISELLI CAROTE IN INSALATA POLENTA SPEZZATINO DI TACCHINO(9) CON PISELLI CAROTE IN INSALATA PANE(1) FRUTTA	INSALATA FAGIOLINI PASTA INTEGRALE ALLA BOLOGNESE(1,3,7) PANE(1) FRUTTA/YOGURT (7)	PASTA AGLI AROMI(1,7,3) BOCCONCINI DI MERLUZZO DORATI (1,3,4) VERDURA COTTA PANE(1) FRUTTA
VENERDÌ	PIZZA MARGHERITA(1,7) INSALATA CON MAIS YOUGURT(7) PANE(1) FRUTTA	PASTA E LEGUMI(1,7,3,9) CROCCHETTE DI VERDURA(1,7,3) INSALATA MISTA PANE(1) FRUTTA	CREMA DI VERDURA CON FARRO(1,7,3,9) SCALOPPE DI TACCHINO(1) VERDURA COTTA PANE(1) FRUTTA	PASTA INTEGRALE CON LEGUMI(1,7,3) TACCHINO AL FORNO(1) CAROTE PANE(1) FRUTTA

UTILIZZO DI PANE A RIDOTTO CONTENUTO DI SALE FRUTTA DI STAGIONE A ROTAZIONE:ARANCIA,CLEMENTINE,MELE,PERE, KIWI,BANANA

I NUMERI ACCANTO AD OGNI PIETANZA INDICANO GLI ALLERGENI PRESENTI NELLA STESSA (ALLEGATO REG. UE 1169/11 – "ALLERGENI")

UTILIZZO DI SALE IODATO

ROMAE VREDASCO

INVERNO

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Val Padana

Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria

UOC Igiene Alimenti e Nutrizione

Allegato 1

Scheda Requisiti Nutrizionali Ristorazione Scolastica ATS VAL PADANA

MINIMI PER LA VALIDAZIONE DEL MENU

☒	1.	Verdura fresca di stagione (almeno una porzione ad ogni pasto)
☒	2.	Verdura almeno 3 - 4 varietà nella settimana
☒	3.	Frutta di stagione almeno 1 porzione al giorno, almeno 3 diverse tipologie nella settimana
☒	4.	Piatti a base di cereali ad ogni pasto (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 4/5 tipologie al mese
☒	5.	Pizza presente in menù non più di 2 volte al mese
☒	6.	Pane servito dopo il primo piatto
☒	7.	Patate come contorno, associate a un primo piatto in brodo con verdure non oltre 1 volta alla settimana
☒	8.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana
☒	9.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana (i legumi non devono essere proposti come contorno)
☒	10.	Piatti a base di carne non oltre 2 volta a settimana variando la tipologia. La carne rossa (suina o bovina) non oltre 1 volta a settimana
☒	11.	Piatti a base di uova 0-1 volta a settimana, nel mese 2-3 volte (no uova in salamoia)
☒	12.	Piatti a base di formaggio 0-1 volta a settimana
☒	13.	Utilizzo esclusivo di olio EVO
☒	14.	Utilizzo di sale in modica quantità e solo del tipo iodato
☒	15.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% sul peso della farina)
☒	16.	Grammature conformi con Linea Guida ristorazione scolastica dell' ATS Val Padana
☒	17.	Variabilità del menù stagionale articolato su almeno 4 settimane

DI MIGLIORAMENTO PER LA STESURA DEL MENU

☐	a.	Doppio contorno di verdura (cruda e cotta)
☒	b.	Piatti a base di cereali ad ogni pasto (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 3 tipologie alla settimana
☒	c.	Utilizzo di cereali integrali almeno 1 volta a settimana (pasta, riso, miglio, etc.) ad eccezione degli Asili Nido
☐	d.	Cereali integrali da agricoltura biologica
☐	e.	Piatti a base di legumi più di 4 volte al mese
☒	f.	Piatti a base di pesce più di 4 volte al mese
☐	g.	Piatti a base di carne rossa (suina o bovina) non oltre 2 volte al mese
☒	h.	Piatti unici preceduti da un contorno crudo ed uno cotto
☐	i.	Pizza presente in menù non più di 1 volta al mese
☐	j.	Verdura fresca del contorno crudo servita in apertura del pasto
☒	k.	Utilizzo esclusivo di verdura ed ortaggi freschi per i contorni crudi
☐	l.	Frutta fresca proposta come spuntino di metà mattina
☐	m.	Non utilizzo di prodotti di IV e V gamma