

Comune di Crema

Menu' primaverile scuola infanzia, primaria, secondaria 1°

IL MENU' E' STATO ELABORATO SULLA BASE DEI REQUISITI NUTRIZIONALI DI ATS VALPADANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
SETTIMANA 1	Insalata mista primavera Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta	risotto alle spezie (1-7-9) Scaloppina di pollo al limone (1) carote e fagiolini * Pane (1) Frutta	passato di legumi con orzo (1-7-9) merluzzo * al forno con farina di mais e erbe aromatiche (4) patate al forno Pane (1) Frutta	pasta rossa al tonno naturale (1-4-7) Arrostito di maiale agli aromi (1) finocchi julienne Pane (1) Frutta	pasta al pesto (1-7) frittata (3-7) pomodori in insalata Pane (1) Frutta
SETTIMANA 2	pasta al pesto di zucchine (1-7) cubetti di nasello * gratinato (1-4) carote e finocchi julienne Pane (1) Frutta	passato di verdura con crostini (1-7-9) cotoletta di pollo (1-3) patate al forno Pane (1) Frutta	Pasta allo zafferano (1-7) crochette di legumi (1-3-7) insalata mista Pane (1) Frutta	insalata mista primavera pasta al ragu' (1-7-9) Pane (1) Frutta	risotto in crema di carote (1-7-9) tortino di verdura (1-3-7) pomodori e mais frutta Pane (1)
SETTIMANA 3	pasta alla pizzaiola (1-7) Frittata dell'orto (3-7) carote julienne Pane (1) Frutta	risotto allo zafferano (1-7-9) polpette di manzo* al forno (1-6) zucchine trifolate * Pane (1) Frutta	Pasta pesto e pomodoro (1-7) crochette con tonno (1-3-4-7) pomodori in insalata Pane (1) Frutta	crema di verdure con farro (1-7-9) cotoletta di pollo (1-3) patate Pane (1) Frutta	Pasta al pomodoro fresco e basilico (1-7) tortino di legumi (1-3-7) insalata mista con mais Pane (1) Frutta
SETTIMANA 4	Pasta al pesto (1-7) mozzarella (7) pomodori in insalata Pane (1) Frutta	Risotto al pomodoro (1-7-9) rolatina di pollo al forno (petto di pollo per materna) finocchi julienne Pane (1) Frutta	vellutata di legumi con crostini (1-7-9) cotoletta di pesce * (1-3-4) insalata mista Pane (1) Frutta	insalata mista con mais lasagne alla bolognese 1-3-7-9) Pane (1) Frutta	Pasta alla norma (1) polpette di legumi (1-3-7) carote baby * Pane (1) Frutta
SETTIMANA 5	pasta all'ortolana (1-7-9) merluzzo * al forno con farina di mais e erbe aromatiche (4) insalata di finocchi e carote Pane (1) Frutta	Pasta bianca al tonno naturale (1-4-7) pollo alla pizzaiola (1) insalata mista Pane (1) Frutta	Crema di verdure con farro (1-7-9) arrosto di maiale alle mele (1) pomodori in insalata Pane (1) Frutta	agnolotti al pomodoro (1-3-7) tortino di legumi (1-3-7) Carote crude Pane (1) Frutta	insalata mista primavera Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta
SETTIMANA 6	pasta pomodoro e olive (1-7) sformato di frittata con carote (1-3-7) Fagiolini in insalata * Pane (1) Frutta	Passato di verdura con crostini (1-7-9) cotoletta alla milanese (1-3) patate Pane (1) Frutta	pasta pomodoro fresco e basilico (1-7) crochette con salmone * (1-3-4-7) mix di verdura cotta * Pane (1) Frutta	insalata mista primavera pasta al ragu' (1-7-9) Pane (1) Frutta	Risotto con crema di ceci (1-7-9) cubetti di nasello* gratinato (1-4) insalata mista con mais Pane (1) Frutta

I NUMERI ACCANTO A OGNI PIETANZA INDICANO GLI ALLERGENI PRESENTI NELLA STESSA (ALLEGATO REG. UE 1169/11 – "ALLERGENI") All'interno del menu' NON sono presenti piatti precotti o prefritti

* UTILIZZO DI SALE IODATO PANE INTEGRALE 1 VOLTA A SETTIMANA * prodotto surgelato/congelato

frutta di stagione a rotazione nella settimana : mela, pera, pesca, albicocca, banana, prugna, anguria, uva (secondo stagionalità')

Pasta-Olio-Pomodori pelati-Uova-Aceto-Fagiolini-Spinaci-Legumi-Farina gialla-zucchero di canna-minestrone : prodotti derivati da agricoltura biologica

Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria

UOC Igiene Alimenti e Nutrizione

UOS Igiene Alimenti e Nutrizione a valenza territoriale

1.2 Nuova Scheda Requisiti Nutrizionali Ristorazione Scolastica ATS VAL PADANA

REQUISITI MINIMI PER LA STESURA DEL MENÙ - TEMPO PIENO

DEL COMUNE/SCUOLA PRIVATA/NIDO di CASERA

<input type="checkbox"/>	INVERNALE	<input checked="" type="checkbox"/>	ESTIVO
--------------------------	-----------	-------------------------------------	--------

<input checked="" type="checkbox"/>	1.	Verdura di stagione almeno una porzione ad ogni pasto cotta o cruda escludendo le patate
<input checked="" type="checkbox"/>	2.	Verdura di stagione almeno 3/4 varietà alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	3.	Frutta di stagione almeno 1 porzione al giorno, e non meno di 3 diverse tipologie alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	4.	Piatti a base di cereali (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 4 tipologie al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	5.	Le patate, se inserite nel menu, devono essere presenti non oltre 1 volta alla settimana: - come contorno, associate a un primo piatto in brodo con verdure oppure - come piatto unico (in sostituzione al primo) associate a carne o pesce con l'aggiunta di verdura fresca cruda
<input checked="" type="checkbox"/>	6.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	7.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana (i legumi non debbono essere proposti come contorno)
<input checked="" type="checkbox"/>	8.	Piatti a base di carne non oltre 2 volte alla settimana, variando fra carne bianca e rossa
<input checked="" type="checkbox"/>	9.	Piatti a base di uova 0-1 volta a settimana, nel mese non oltre 2 volte (no uova in salamoia)
<input checked="" type="checkbox"/>	10.	Piatti a base di formaggio, compresa pizza margherita, non più di 2 volte al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	11.	Utilizzo esclusivo di olio EVO
<input checked="" type="checkbox"/>	12.	Utilizzo di sale in modica quantità e solo iodato
<input checked="" type="checkbox"/>	13.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% sul peso della farina)
<input checked="" type="checkbox"/>	14.	Grammature conformi con Linea Guida ristorazione scolastica/collettiva dell'ATS Val Padana
<input checked="" type="checkbox"/>	15.	Variabilità del menù stagionale articolato su almeno 4 settimane

REQUISITI DI MIGLIORAMENTO PER LA STESURA DEL MENÙ

<input type="checkbox"/>	a.	Doppio contorno di verdura di stagione (cruda e cotta)
<input type="checkbox"/>	b.	Verdura fresca di stagione del contorno crudo servita in apertura del pasto
<input type="checkbox"/>	c.	Piatti a base di cereali (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 5 tipologie al mese
<input type="checkbox"/>	d.	Utilizzo di cereali integrali almeno 1 volta a settimana (pasta, riso, miglio, etc.) ad eccezione degli Asili Nido
<input type="checkbox"/>	e.	Cereali integrali da agricoltura biologica
<input checked="" type="checkbox"/>	f.	Piatti a base di legumi più di 4 volte al mese (i legumi non debbono essere proposti come contorno)
<input type="checkbox"/>	g.	Piatto unico composto da cereali e legumi (es. riso e piselli, pasta e fagioli, ecc...)
<input type="checkbox"/>	h.	Pane servito dopo il primo piatto
<input checked="" type="checkbox"/>	i.	Piatti a base di pesce più di 4 volte al mese
<input type="checkbox"/>	j.	Piatti a base di carne rossa (suina o bovina) non oltre 2 volte al mese
<input type="checkbox"/>	k.	Pizza presente in menù 0-1 volta al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	l.	Utilizzo esclusivo di verdura ed ortaggi freschi per i contorni crudi
<input type="checkbox"/>	m.	Frutta fresca proposta come spuntino di metà mattina
<input checked="" type="checkbox"/>	n.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% sul peso della farina) di grano duro o di farina di tipo 2 semi-integrale
<input type="checkbox"/>	o.	Utilizzo di dolci conformi alle Linee Guida ristorazione scolastica/collettiva dell'ATS Val Padana
<input checked="" type="checkbox"/>	p.	Non utilizzo di prodotti di IV e V gamma

REVISIONE DEL 02/09/2021