



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' | VENERDI' |
|--------------------|---|---|--|--|--|
| 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) crocchette 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) crocchette 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) arrostito 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) sfornato 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) crocchette 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 CAERA
 INVERNALE **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