



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETTIMANA 1	risotto allo zafferano (1-7-9) scaloppa di pollo (1) carote julienne Pane (1) Frutta	insalata mista Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta	pasta integrale pomodoro e olive (1-7) Bis di formaggi (7) finocchi al forno Pane (1) Frutta	Pasta alle erbe aromatiche (1-7) nocetta di maiale al forno (1) insalata verde Pane (1) Frutta	Crema di lenticchie con crostini (1-7-9) Crocchette con salmone (1-3-4-7) mix verdure cotte Pane (1) Frutta
SETTIMANA 2	Pasta integrale alle verdure (1-7-9) Frittata (3-7) insalata di cavolo Pane (1) Frutta	Pasta al pesto (1-7-8) Mozzarella (7) Mix broccoli Pane (1) Frutta	passato di legumi con crostini (1-7-9) Cotoletta di pesce al forno (1-3-4) Finocchi gratinati (7) Pane (1) Frutta	Insalata verde e cavolo Lasagne (1-3-7-9) Pane (1) Frutta	Risotto allo zucca (1-7-9) Cosce di pollo (materna petto pollo) carote julienne Pane (1) Frutta
SETTIMANA 3	insalata mista Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta	risotto allo zafferano (1-7-9) filet' di merluzzo panato (1-3-4) carote baby Pane (1) Frutta	Pasta integrale aurora (1-7) sformato di verdura e legumi (1-3-7) mix broccoli Pane (1) Frutta	Crema di verdura con orzo (1-7-9) Scaloppine di pollo (1) patate Pane (1) Frutta	Insalata mista Polenta (1-7) Polpette di manzo in umido (1-3-7) Pane (1) Frutta
SETTIMANA 4	pasta integrale al pomodoro (1-7) cotoletta di pollo al forno (1-3) Insalata verde e rossa Pane (1) frutta	Pasta all'amatriciana (1-7) hamburger con ceci (1-3-7) Carote julienne Pane (1) Frutta	Minestra di porri con orzo (1-7-9) Arrosto di maiale agli aromi (1) mix verdura cotta Pane (1) Frutta	ravioli di magro olio e salvia (1-3-7) Frittata alle erbe (3-7) Finocchi gratinati (7) Pane (1) Frutta	Risotto agli aromi (1-7-9) polpette al tonno (1-3-4-7) fagiolini Pane (1) Frutta
SETTIMANA 5	Polenta (7) polpette di manzo in umido (1-3-7) Cavolo e carote in insalata Pane (1) Frutta	insalata mista Pizza margherita (1-7) Pane (1) Frutta	Pasta al pesto (1-7-8) tortino di legumi (1-3-7) insalata verde e rossa Pane (1) Frutta	Pasta integrale all'ortolana (1-7-9) Pesce gratinato (1-3-4) fagiolini all'olio Pane (1) Frutta	Crema aurora con crostini (1-7-9) scaloppa di pollo al limone (1) piselli e carote Pane (1) Frutta
SETTIMANA 6	Pasta alla pizzaiola (1-7) Uova sode (3) carote crude Pane (1) Frutta	Pasta integrale pesto e pomodoro (1-8-7) lonza arrosto (1) zucchine trifolate (7) Pane (1) Frutta	risotto con zucca (1-7) Sformato di verdura (1-3-7) insalata di cavolo Pane (1) Frutta	Vellutata di piselli con pasta (1-7-9) Filetto di nasello gratinato (1-3-4) patate e fagiolini Pane (1) Frutta	Pasta con zucchine (1-7) Arrosto di tacchino al forno (1) Finocchi in insalata Pane (1) Frutta

utilizzo di pane a basso contenuto di sale frutta di stagione a rotazione nella settimana : arancia, clementini , banana, mela, pera, kiwi

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

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

* UTILIZZO DI SALE IODATO

* PANE INTEGRALE 2 VOLTE AL MESE



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**

<input checked="" type="checkbox"/>	1.	Verdura fresca di stagione (almeno una porzione ad ogni pasto)
<input checked="" type="checkbox"/>	2.	Frutta di stagione almeno 1 porzione al giorno
<input checked="" type="checkbox"/>	3.	Piatti a base di cereali ad ogni pasto (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 4/5 tipologie al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	4.	Patate come contorno, associate a un primo piatto in brodo con verdure non oltre 1 volta alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	5.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	6.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	7.	Piatti a base di carne rossa (suina o bovina) non oltre 1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	8.	Piatti a base di carne bianca non oltre 1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	9.	Piatti a base di uova 0-1 volta a settimana, nel mese 2-3 volte
<input checked="" type="checkbox"/>	10.	Piatti a base di formaggio 0-1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	11.	Utilizzo esclusivo di olio EVO
<input checked="" type="checkbox"/>	12.	Utilizzo di sale 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 dell' ATS Val Padana
<input checked="" type="checkbox"/>	15.	Variabilità del menù stagionale articolato su 4 settimane

DI MIGLIORAMENTO PER LA STESURA DEL MENU

<input type="checkbox"/>	a.	Doppio contorno di verdura (cruda e cotta)
<input type="checkbox"/>	b.	Piatti a base di cereali ad ogni pasto (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 3 tipologie alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	c.	Utilizzo di cereali integrali almeno 1 volta a settimana (pasta, riso, miglio, etc.) ad eccezione degli Asili Nido
<input checked="" type="checkbox"/>	d.	Cereali integrali da agricoltura biologica
<input type="checkbox"/>	e.	Piatti a base di legumi più di 4 volte al mese
<input type="checkbox"/>	f.	Piatti a base di pesce più di 4 volte al mese
<input type="checkbox"/>	g.	Piatti a base di carne rossa (suina o bovina) non oltre 2 volte al mese
<input type="checkbox"/>	h.	Piatti unici preceduti da un contorno crudo ed uno cotto
<input checked="" type="checkbox"/>	i.	Pizza presente in menù non più di 1-2 volte al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	j.	Verdura almeno 3 - 4 varietà nella settimana
<input type="checkbox"/>	k.	Verdura fresca del contorno crudo servita in apertura del pasto
<input checked="" type="checkbox"/>	l.	Utilizzo esclusivo di verdura ed ortaggi freschi per i contorni crudi
<input checked="" type="checkbox"/>	m.	Frutta fresca almeno 4 tipologie diverse nella settimana
<input type="checkbox"/>	n.	Frutta fresca proposta come spuntino di metà mattina
<input checked="" type="checkbox"/>	o.	Non utilizzo di prodotti di IV e V gamma
<input type="checkbox"/>	p.	Pane servito dopo il primo piatto
<input checked="" type="checkbox"/>	q.	Utilizzo di pane integrale (No negli Asili Nido) o di semola di grano duro ed a ridotto contenuto di sale (1,7% sul peso della farina)
<input type="checkbox"/>	r.	Variabilità del menù stagionale articolato su 8 settimane