



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<b>SETTIMANA 1</b>	Pasta integrale al pomodoro( 1-7 ) Frittata ( 3 ) Finocchi cotti Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Passato di legumi con crostini( 1-7-9 ) Filetto di merluzzo panato ( 1-3-4 ) carote julienne Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Risotto allo zafferano (1- 7-9 ) bis di formaggi ( 7 ) insalata mista Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Insalata di cavolo polenta carne bianca alla pizzaiola ( 9 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Vellutata di carote con orzo ( 1-7-9 ) Polpette di verdura (1-3-7 ) Patate Pane ( 1 ) Frutta di stagione
<b>SETTIMANA 2</b>	Insalata mista con mais <u>Infanzia : passato verdura (7- 9 )</u> pizza margherita ( 1-7 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	passato di legumi con farro (1- 7-9 ) merluzzo gratinato al forno ( 1-3-4 ) zucchine gratinate ( 1-7 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	raviolini al pomodoro ( 1-3-7 ) asiago e primosale ( 7 ) carote luliene Frutta di stagione Pane ( 1 )	Pasta integrale al pomodoro e zucchine (1-7 ) Scaloppina di pollo al limone ( 1 ) Insalata verde e rossa Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Risotto alla milanese (1-7-9 ) Frittata alle erbe ( 3-7 ) fagiolini Pane ( 1 ) Frutta di stagione
<b>SETTIMANA 3</b>	pasta integrale alla ricotta (1-7 ) filete' di pesce al forno (1-3-4 ) insalata di cavolo Pane ( 1 ) Frutta di stagione	passato con orzo ( 1-7-9 ) cotoletta di pollo ( 1 ) patate Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Riso con ceci ( 1-7-9 ) fesa di suino al forno ( 1- 7 ) carote cotte Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Pasta pomodoro e basilico ( 1-7 ) grana e mozzarella ( 7 ) finocchi gratinati ( 7 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Passato di legumi con riso ( 7-9 ) Crocchette di pesce ( 1-3-4-7 ) Insalata mista con mais Pane ( 1 ) Frutta di stagione
<b>SETTIMANA 4</b>	Pasta al pesto ( 1-7-8 ) Frittata con spinaci ( 3-7 ) Finocchi in insalata Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Pasta integrale olio e salvia ( 1-7 ) Cotoletta di pollo ( 1-3 ) mix broccoli Pane ( 1 ) Frutta di stagione	risotto alla parmigiana (1 7-9 ) sformato di ceci ( 1-3-7 ) carote julienne Pane ( 1 ) Frutta di stagione	insalata mista con mais ( 1 ) polenta brasato con piselli ( 1-9 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e olive ( 1-7 ) filete di merluzzo panato (1-3-4 ) Insalata verde e sedano ( 9 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione
<b>SETTIMANA 5</b>	Insalata mista con mais <u>Infanzia ( passato verdura (7- 9 )</u> pizza margherita ( 1-7 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Pasta integrale all'amatriciana ( 1-7 ) Frittata ( 3-7 ) carote julienne Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Tortellini in brodo ( 1-3-7-9 ) Scaloppine di tacchino ( 1 ) Insalata di cavolo Pane ( 1 ) Frutta di stagione	passato di fagioli con orzo ( 1-7-9 ) crocchette con salmone ( 1-3-4-7 ) piselli e carote Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Risotto alla milanese (1-7-9 ) bis di formaggi ( 7 ) fagiolini Pane ( 1 ) Frutta di stagione
<b>SETTIMANA 6</b>	Pasta agli aromi ( 1- 7 ) Merluzzo alla livornese ( 4 ) carotine baby Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Passato con orzo (1-7-9 ) cotoletta di pollo ( 1-3 ) patate Pane ( 1 ) Frutta di stagione	Pasta integrale alle verdure (1-7-9 ) crocchette di legumi ( 1-3-7 ) finocchi julienne Pane ( 1 ) Frutta di stagione	insalata mista con mais lasagne alla bolognese ( 1-3-7-9 ) Pane ( 1 ) Frutta di stagione	risotto aurora ( 1-7-9 ) Fettuccine in umido ( 4-9 ) fagiolini Pane ( 1 ) Frutta di stagione

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")

\* UTILIZZO DI SALE IODATO

\* PANE INTEGRALE 1 VOLTA A SETTIMANA

\* DESSERT UNA VOLTA AL MESE

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

## 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.	Verdura almeno 3 - 4 varietà nella settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	3.	Frutta di stagione almeno 1 porzione al giorno, almeno 3 diverse tipologie nella settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	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
<input checked="" type="checkbox"/>	5.	Pizza presente in menù non più di 2 volte al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	6.	Pane servito dopo il primo piatto
<input checked="" type="checkbox"/>	7.	Patate come contorno, associate a un primo piatto in brodo con verdure non oltre 1 volta alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	8.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	9.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana (i legumi non devono essere proposti come contorno)
<input checked="" type="checkbox"/>	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
<input checked="" type="checkbox"/>	11.	Piatti a base di uova 0-1 volta a settimana, nel mese 2-3 volte (no uova in salamoia)
<input checked="" type="checkbox"/>	12.	Piatti a base di formaggio 0-1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	13.	Utilizzo esclusivo di olio EVO
<input checked="" type="checkbox"/>	14.	Utilizzo di sale in modica quantità e solo del tipo iodato
<input checked="" type="checkbox"/>	15.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% sul peso della farina)
<input checked="" type="checkbox"/>	16.	Grammature conformi con Linea Guida ristorazione scolastica dell' ATS Val Padana
<input checked="" type="checkbox"/>	17.	Variabilità del menù stagionale articolato su almeno 4 settimane

**DI MIGLIORAMENTO PER LA STESURA DEL MENU**

<input type="checkbox"/>	a.	Doppio contorno di verdura (cruda e cotta)
<input checked="" 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 type="checkbox"/>	d.	Cereali integrali da agricoltura biologica
<input type="checkbox"/>	e.	Piatti a base di legumi più di 4 volte al mese
<input checked="" 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 type="checkbox"/>	i.	Pizza presente in menù non più di 1 volta al mese
<input type="checkbox"/>	j.	Verdura fresca del contorno crudo servita in apertura del pasto
<input checked="" type="checkbox"/>	k.	Utilizzo esclusivo di verdura ed ortaggi freschi per i contorni crudi
<input type="checkbox"/>	l.	Frutta fresca proposta come spuntino di metà mattina
<input checked="" type="checkbox"/>	m.	Non utilizzo di prodotti di IV e V gamma