



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SETTIMANA 1	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
SETTIMANA 2	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
SETTIMANA 3	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
SETTIMANA 4	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
SETTIMANA 5	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
SETTIMANA 6	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