

COMUNE DI MENDICINO
MENU' SCUOLA INFANZIA CENTRO (PRIMAVERA/AUTUNNO) A.S. 2023/2024
SENSIBILITA' AL GLUTINE E INTOLLERANZA AL LATTOSIO

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
<p>LUNEDÌ</p> <p>Pasta (<u>senza glutine</u>) al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Bocconcini di mozzarella senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Insalata di pomodori/Insalata mista/**Spinaci saltati Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) ***Yogurt alla frutta (<u>senza glutine</u> e senza lattosio)</p>	<p>LUNEDÌ</p> <p>Riso in bianco con parmigiano o grana senza lattosio Cotoletta di petto di pollo al forno (<u>senza glutine</u>) con (parmigiano o grana senza lattosio) **Bietola saltata Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>MARTEDÌ</p> <p>**Minestrone (<u>senza glutine</u>) con pasta (<u>senza glutine</u>) (parmigiano o grana senza lattosio) Cotoletta di petto di pollo al forno (<u>senza glutine</u>) con (parmigiano o grana senza lattosio) Patate al forno Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>MARTEDÌ</p> <p>Trancio di pizza margherita (<u>senza glutine</u>) con mozzarella senza lattosio Bocconcini di mozzarella senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Insalata di pomodori/Insalata mista Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Risotto alla crema di **zucchine (parmigiano o grana senza lattosio) Frittata al forno con parmigiano o grana senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) **Fagiolini saltati Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>MERCOLEDÌ</p> <p>**Minestrone (<u>senza glutine</u>) con pasta (<u>senza glutine</u>) (parmigiano o grana senza lattosio) Pizzaiola di vitello **Piselli in umido Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) ***Yogurt alla frutta (<u>senza glutine</u> e senza lattosio)</p>
<p>GIOVEDÌ</p> <p>Pasta (<u>senza glutine</u>) e fagioli Filetto di maiale al forno **Zucchine saltate o ad insalata Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>GIOVEDÌ</p> <p>Pasta (<u>senza glutine</u>) e patate al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Frittata al forno con parmigiano o grana senza lattosio **Fagiolini saltati Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta (<u>senza glutine</u>) al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Filetto di **merluzzo al forno **Bietola saltata Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta (<u>senza glutine</u>) e **piselli **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) **Spinaci saltati Panino (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Frutta di stagione</p>

****Prodotto fresco o surgelato ***privo di pezzi, no kiwi**

Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011

COMUNE DI MENDICINO



02/01/24

MENU' SCUOLA INFANZIA CENTRO (PRIMAVERA/AUTUNNO) A.S. 2023/2024
SENSIBILITA' AL GLUTINE E INTOLLERANZA AL LATTOSIO

TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<p>LUNEDÌ</p> <p>Riso al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Parmigiano senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) Insalata di pomodoro o insalata verde/**Bieta saltata Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>LUNEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) al pomodoro(parmigiano o grana senza lattosio) Pizzaiola di vitello **Piselli e **carote in umido Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>MARTEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) con ragù di **verdure (parmigiano o grana senza lattosio) Pizzaiola di vitello **Piselli in umido Panino (senza glutine e senza lattosio) ***Yogurt alla frutta (senza glutine e senza lattosio)</p>	<p>MARTEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) e lenticchie Tocchetti di petto di pollo al forno Patate al forno Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) e lenticchie Frittata al forno con parmigiano o grana senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) **Zucchine saltate o ad insalata Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Riso al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Filetto di **platessa panata al forno (senza glutine) **Spinaci saltati/**Fagiolini saltati Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>GIOVEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) alla crema di **zucchine (parmigiano o grana senza lattosio) Cotoletta di petto di pollo al forno (senza glutine) con (parmigiano o grana senza lattosio) Patate prezzemolate/**Fagiolini saltati Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>GIOVEDÌ</p> <p>Trancio di pizza margherita (senza glutine) con mozzarella senza lattosio Bocconcini di mozzarella senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) Insalata di pomodoro/Insalata verde Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>
<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta fresca (senza glutine) al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno (senza glutine e senza lattosio) **Spinaci saltati/Insalata mista Panino (senza glutine e senza lattosio) Frutta di stagione</p>	<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) e fagioli Frittata al forno con ricotta senza lattosio **Spinaci saltati Panino (senza glutine e senza lattosio) ***Yogurt alla frutta (senza glutine e senza lattosio)</p>

****Prodotto fresco o surgelato ***privo di pezzi, no kiwi**

Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011

02/01/23



COMUNE DI MENDICINO

MENU' SCUOLA INFANZIA CENTRO (INVERNALE) A.S. 2023/2024

SENSIBILITA' AL GLUTINE E INTOLLERANZA AL LATTOSIO

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
<p>LUNEDÌ</p> <p>Risotto con crema di zucca (parmigiano o grana senza lattosio) Bocconcini di mozzarella senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) **Fagiolini saltati Panino (senza glutine) ***Yogurt alla frutta (senza glutine e senza lattosio)</p>	<p>LUNEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) con ragù di **verdure (parmigiano o grana senza lattosio) Frittata al forno con parmigiano o grana senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) Insalata mista Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>
<p>MARTEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) con **minestrone (senza glutine) (parmigiano o grana senza lattosio) Cotoletta di petto di pollo al forno (senza glutine) con (parmigiano o grana senza lattosio) Patate al forno Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>	<p>MARTEDÌ</p> <p>Riso al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Polpette di vitello al sugo (senza glutine) (parmigiano o grana senza lattosio) **Piselli in umido Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>
<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Frittata al forno con parmigiano o grana senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) **Spinaci saltati Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>	<p>MERCOLEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) con fagioli Filetto di **platessa al forno **Spinaci saltati Panino (senza glutine) ***Yogurt alla frutta (senza glutine e senza lattosio)</p>
<p>GIOVEDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) alla crema di **zucchine (parmigiano o grana senza lattosio) Pizzaiola di vitello **Piselli in umido Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>	<p>GIOVEDÌ</p> <p>Trancio di pizza margherita (senza glutine) con mozzarella senza lattosio Bocconcini di mozzarella senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (senza glutine e senza lattosio) Insalata mista Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>
<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta (senza glutine) e ceci **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno (senza glutine e senza lattosio) **Spinaci saltati/Insalata mista Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>	<p>VENERDÌ</p> <p>Pasta e patate (senza glutine) in bianco (parmigiano o grana senza lattosio) Sovracosce di pollo al forno **Fagiolini saltati o ad insalata Panino (senza glutine) Frutta di stagione</p>

Prodotto fresco o surgelato *privo di pezzi, no kiwi

Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011

02/01/24



COMUNE DI MENDICINO MENU' SCUOLA INFANZIA CENTRO (INVERNALE) A.S. 2023/2024 <u>SENSIBILITA' AL GLUTINE E INTOLLERANZA AL LATTOSIO</u>	
TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ Risotto con crema di zucca o **zucchine (parmigiano o grana senza lattosio) Parmigiano senza lattosio e prosciutto cotto s.p. (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) **Fagiolini saltati Panino (<u>senza glutine</u>) ***Yogurt alla frutta (<u>senza glutine</u> e senza lattosio)	LUNEDÌ Riso al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Tocchetti di petto di pollo al forno **Fagiolini saltati Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione
MARTEDÌ Pasta fresca (<u>senza glutine</u>) al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) Cotoletta di petto di pollo al forno (<u>senza glutine</u>) con (parmigiano o grana senza lattosio) **Bietola saltata Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione	MARTEDÌ Pasta (<u>senza glutine</u>) e **piselli Polpette di ricotta al forno (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) **Bietola saltata Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione
MERCOLEDÌ **Minestrone (<u>senza glutine</u>) con pasta (<u>senza glutine</u>) (parmigiano o grana senza lattosio) Filetto di **merluzzo in umido Patate al forno Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione	MERCOLEDÌ Pasta (<u>senza glutine</u>) e patate in bianco (parmigiano o grana senza lattosio) / Pasta (<u>senza glutine</u>) al pomodoro (parmigiano o grana senza lattosio) **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) Insalata mista Panino (<u>senza glutine</u>) ***Yogurt alla frutta (<u>senza glutine</u> e senza lattosio)
GIOVEDÌ Pasta (<u>senza glutine</u>) e lenticchie Polpette di vitello al sugo (<u>senza glutine</u>) (parmigiano o grana senza lattosio) **Piselli in umido Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione	GIOVEDÌ Trancio di pizza margherita (<u>senza glutine</u>) con mozzarella <u>senza lattosio</u> Boccconcini di mozzarella <u>senza lattosio</u> e prosciutto cotto s.p. (<u>senza glutine</u> e senza lattosio) **Fagiolini saltati Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione
VENERDÌ Riso in bianco con parmigiano o grana senza lattosio Filetto di **platessa al forno con limone **Spinaci saltati Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione	VENERDÌ Pasta (<u>senza glutine</u>) e fagioli Cotoletta di vitello al forno (<u>senza glutine</u>) con (parmigiano o grana senza lattosio) **Zucchine gratinate (<u>senza glutine</u>) con (parmigiano o grana senza lattosio) Panino (<u>senza glutine</u>) Frutta di stagione

Prodotto fresco o surgelato *privo di pezzi, no kiwi

Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011

02/09/23



**TABELLA DIETETICA E GRAMMATURE INFANZIA CENTRO
COMUNE DI MENDICINO - ANNO SCOLASTICO 2023/2024
SENSIBILITA' AL GLUTINE E INTOLLERANZA AL LATTOSIO**

PRIMI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:		PRIMI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER:	
	ADULTI			ADULTI	
<u>PASTA O RISO AL POMODORO:</u> Pasta (senza glutine) Riso Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana(SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 80 Gr. 70 Gr. 50 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		<u>RISOTTO CON CREMA DI ZUCCA O **ZUCCHINE:</u> Riso Zucca fresca **Zucchine Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana(SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 60 Gr. 60 Gr. 50 Gr. 6 Gr. 6 q.b.	
<u>PASTA ALLA CREMA DI **ZUCCHINE:</u> Pasta (senza glutine) **Zucchine Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana(SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 60 Gr. 50 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		<u>PASTA CON RAGU' DI **VERDURE:</u> Pasta (senza glutine) **Verdure miste (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 70 Gr. 80 Gr. 6 q.b.	
<u>PASTA E LENTICCHIE:</u> Pasta (senza glutine) Lenticchie secche Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 45 Gr.40 Gr.20 Gr. 6 q.b.		<u>PASTA E CECI:</u> Pasta (senza glutine) Ceci secchi Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 45 Gr. 40 Gr. 6 q.b.	
<u>PASTA E PATATE IN BIANCO:</u> Pasta (senza glutine) Patate fresche Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana(SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 40 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		<u>**MINISTRONE CON PASTA:</u> Pasta (senza glutine) ** Minestrone (senza glutine) Patate fresche Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 45 Gr. 50 Gr. 40 Gr. 20 Gr. 6 q.b.	
<u>PASTA CON FAGIOLI:</u> Pasta (senza glutine) Fagioli secchi Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 45 Gr. 40 Gr. 20 Gr. 6 q.b.		<u>PASTA FRESCA AL POMODORO:</u> Pasta fresca (senza glutine) Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana(SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 100 Gr. 50 Gr. 6 Gr. 6 q.b.	
<u>PASTA E PATATE AL POMODORO:</u> Pasta (senza glutine) Patate fresche Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana(SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 40 Gr. 30 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		<u>PASTA CON **PISELLI:</u> Pasta (senza glutine) **Piselli Olio extra vergine di oliva Pomodori pelati Sale iodato	Gr. 45 Gr. 60 Gr. 6 Gr. 20 q.b.	

02/09/24



RISO IN BIANCO: Riso Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana (SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 80 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		TRANCIO DI PIZZA MARGHERITA: Farina (senza glutine) Lievito di birra Sale iodato Origano Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Mozzarella (SENZA LATTOSIO)	Gr. 250 PZ q.b. q.b. q.b. q.b. Gr. 60 Gr. 6 Gr. 50	
**** PASTA CON POLPETTINE: Pasta (senza glutine) Carne tritata di vitello Mollica di pane (senza glutine) Pomodori pelati Uova ogni 10 porzioni Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana (SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 35 Gr. 30 Gr. 70 N° 1 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		**** PASTA "CHINA" CON POLPETTINE: Pasta (senza glutine) Carne tritata di vitello Mollica di pane (senza glutine) Uova ogni 10 porzioni Pomodori pelati Uova sode ogni 5 porzioni Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana (SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 35 Gr. 30 N° 1 Gr. 70 N° 1 Gr. 6 Gr. 6 q.b.	
**** LASAGNE AL FORNO: Lasagne all'uovo (senza glutine) Carne tritata di vitello Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana (SENZA LATTOSIO) Sale iodato	Gr. 70 Gr. 35 Gr. 70 Gr. 6 Gr. 6 q.b.				
SECONDI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER: ADULTI		SECONDI PIATTI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER: ADULTI	
FRITTATA AL FORNO CON RICOTTA Uova Ricotta SENZA LATTOSIO Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Sale iodato	N° 1 Gr. 40 Gr. 6 Gr. 6 q.b.		FRITTATA CON PARMIGIANO O GRANA E PROSCIUTTO COTTO s.p. AL FORNO Uova Prosciutto cotto s.p. (senza glutine e SENZA LATTOSIO) Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Sale iodato	N° 1 Gr. 20 Gr. 6 Gr. 6 q.b.	
FRITTATA AL FORNO CON PARMIGIANO O GRANA Uova Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Sale iodato	N° 1 Gr. 6 Gr. 6 q.b.				
FILETTO DI ** MERLUZZO IN UMIDO Filetto di **merluzzo Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 110 Gr. 35 Gr. 6 q.b.		**BASTONCINI DI FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO **Bastoncini di filetto di merluzzo (senza glutine e SENZA LATTOSIO) Olio extra vergine di oliva	N° 5 Gr. 6	



<u>PIZZAIOLA DI VITELLO:</u> Fettina di vitello Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 90 Gr. 35 Gr. 6 q.b.		<u>POLPETTE DI RICOTTA AL FORNO</u> Ricotta SENZA LATTOSIO Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Mollica di pane (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 60 N° 1 Gr. 6 q.b. Gr. 6 q.b.	
<u>FILETTO DI**MERLUZZO AL FORNO:</u> Filetto di **merluzzo Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 110 Gr. 6 q.b.		<u>FILETTO DI**PLATESSA AL FORNO:</u> Filetto di **platessa Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 110 Gr. 6 q.b.	
<u>COTOLETTA DI VITELLO AL FORNO:</u> Fettina di vitello Mollica di pane (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Sale iodato	Gr. 90 q.b. Gr. 6 Gr. 6 q.b.		<u>SOVRACOSCE DI POLLO AL FORNO:</u> Sovracosce di pollo Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 160 Gr. 6 q.b.	
<u>TOCCHETTI DI PETTO DI POLLO AL FORNO:</u> Petto di pollo Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 90 Gr. 6 q.b.		<u>FILETTO DI **PLATESSA IMPANATO AL FORNO:</u> Filetto di **platessa Mollica di pane (senza glutine) Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 110 q.b. Gr. 6 q.b.	
<u>FILETTO DI**PLATESSA AL FORNO CON LIMONE:</u> Filetto di **platessa Olio extra vergine di oliva Sale iodato e limone	Gr. 110 Gr. 6 q.b.		<u>BOCCONCINI DI MOZZARELLA E PROSCIUTTO COTTO s.p.</u> Bocconcini di mozzarella (gr. 30 cd) SENZA LATTOSIO Prosciutto cotto s.p. (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	N° 3 Gr. 45	
<u>COTOLETTA DI PETTO DI POLLO AL FORNO:</u> Petto di pollo Mollica di pane (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Sale iodato	Gr. 90 q.b. Gr. 6 Gr. 6 q.b.		<u>POLPETTE DI VITELLO AL SUGO:</u> Carne tritata di vitello Uova ogni 10 porzioni Pomodori pelati Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Mollica di pane (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 70 N° 1 Gr. 35 Gr. 6 q.b. Gr. 6 q.b.	
<u>FILETTO DI MAIALE AL FORNO:</u> Filetto di maiale Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 90 Gr. 6 q.b.		<u>PARMIGIANO E PROSCIUTTO COTTO s.p.:</u> Parmigiano SENZA LATTOSIO Prosciutto cotto s.p. (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	Gr. 45 Gr. 45	

02/09/25



****COSCIOTTO DI AGNELLO AL FORNO: Cosciotto di agnello disossato Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 90 Gr. 6 q.b.		****POLPETTE DI VITELLO FRITTE: Carne tritata di vitello Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Mollica di pane (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 70 N° 1 Gr. 6 q.b. Gr. 6 q.b.	
****PARMIGIANA DI MELANZANE AL FORNO: Melanzane Uova ogni 10 porzioni Pomodori pelati Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Mollica di pane (senza glutine) Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 70 N° 1 Gr. 35 Gr. 6 q.b. Gr. 6 q.b.		****INVOLTINO DI VITELLO AL FORNO: Fettina di vitello Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Mollica di pane (senza glutine) Farina Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 90 Gr. 6 q.b. q.b. Gr. 6 q.b.	
****RAPE E SALSICCIA ARROSTO: Salsiccia di maiale fresca Rape fresche Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 90 Gr. 150 Gr. 6 q.b.				
CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER: ADULTI		CONTORNI (AUTUNNALI, INVERNALI, PRIMAVERILI)	QUANTITA' PER: ADULTI	
INSALATA MISTA: Lattuga iceberg Radicchio Carote Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 35 Gr. 35 Gr. 35 Gr. 6 q.b.		**ZUCCHINE AD INSALATA: **Zucchine Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 150 Gr. 6 q.b.	
INSALATA DI POMODORI Pomodori freschi Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 130 Gr. 6 q.b.		INSALATA VERDE Lattuga iceberg Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 60 Gr. 6 q.b.	
PATATE AL FORNO: Patate fresche Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 150 Gr.6 q.b.		INSALATA DI **FAGIOLINI: **Fagiolini Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 150 Gr. 6 q.b.	
**SPINACI O **BIETOLA O **FAGIOLINI O ** ZUCCHINE SALTATE **Spinaci ** Bietola ** Fagiolini **Zucchine Olio extravergine di oliva Sale iodato	Gr. 150 Gr. 150 Gr. 150 Gr. 150 Gr. 6 q.b.		** ZUCCHINE GRATINATE ** Zucchine Olio extravergine di oliva Parmigiano o grana SENZA LATTOSIO Mollica di pane (senza glutine) Sale iodato	Gr. 150 Gr. 6 Gr. 6 q.b. q.b.	



PATATE PREZZEMOLATE Patate fresche Olio extra vergine di oliva Sale iodato e prezzemolo	Gr. 150 Gr. 6 q.b.		**PISELLI IN UMIDO **Piselli Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 130 Gr. 6 q.b.	
PISELLI E **CAROTE IN UMIDO: **Piselli **Carote Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 65 Gr. 65 Gr. 6 q.b.		**PEPERONI E PATATE: Patate fresche Peperoni freschi Olio extra vergine di oliva Sale iodato	Gr. 75 Gr. 75 Gr. 6 q.b.	
ALIMENTI VARI:	QUANTITA' PER: ADULTI		ALIMENTI VARI:	QUANTITA' PER: ADULTI	
PANINO (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	GR. 100		FRUTTA La frutta deve essere di stagione	GR. 180	
****TURDILLI O (senza glutine e SENZA LATTOSIO) PANDORO (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	N° 2 N° 1 FETTA		****COLOMBA PASQUALE (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	N° 1 FETTA	
****CHIACCHIERE (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	N° 2		PUREA DI FRUTTA (100% polpa di frutta)	150 GR	
***YOGURT ALLA FRUTTA (senza glutine e SENZA LATTOSIO)	100 GR				

Le preparazioni presenti nel menù possono contenere ingredienti considerati allergeni e provocare allergie o intolleranze in soggetti sensibili – Allegato II Reg. UE n. 1169/2011

Elenco allergeni:

1	Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)	8	Frutta a guscio e loro prodotti (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan, del Brasile, pistacchi, noci macadamia)
2	Crostacei e prodotti a base di crostacei	9	Sedano e prodotti a base di sedano
3	Uova e prodotti a base di uova	10	Senape e prodotti a base di senape
4	Pesce e prodotti a base di pesce	11	Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
5	Arachidi e prodotti a base di arachidi	12	Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg
6	Soia e prodotti a base di soia	13	Lupini e prodotti a base di lupini
7	Latte e prodotti a base di latte	14	Molluschi e prodotti a base di molluschi

- A) È auspicabile inserire nei menù il consumo di pasta integrale almeno 2 volte alla settimana
- B) L'utilizzo dei cereali integrali (es. riso integrale) e di prodotti ottenuti con farine integrali (es. pasta integrale) consente di incrementare il contenuto di fibre del pasto e di ridurre l'indice glicemico. Viene pertanto riconosciuta come azione di miglioramento della qualità del pasto la periodica introduzione di cereali integrali, preferendo quelli prodotti con farine di provenienza biologica/integrata in sostituzione degli altri cereali
- C) Per la scuola materna i legumi e il minestrone devono essere passati
- D) L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale
- E) ** Prodotto fresco o surgelato
- F) *** Yogurt privo di pezzi, no kiwi
- G) **** Piatti tipici del territorio

02/09/23



- H) Si consiglia di rispettare la stagionalità per la frutta e la verdura
- I) Ove possibile preferire le verdure crude per il loro contenuto in sali minerali e vitamine
- J) Per quanto riguarda il consumo di verdure e frutta fresca o di IV gamma, si raccomanda di tener conto del possesso, da parte della Ditta destinataria del servizio, delle dovute attrezzature riservate al lavaggio ottimale di tali prodotti per come specificato nel piano di autocontrollo
- K) Sarebbe preferibile utilizzare pane a ridotto contenuto di sale e comunque sempre iodato: pane con contenuto di sale non superiore all'1.8% - 1.7% riferito alla farina. La produzione e vendita di pane con ridotto contenuto di sale, rispettando gusto, fragranza e qualità, è promossa dal Ministero della Salute e persegue un obiettivo di salute pubblica di estrema importanza, contribuendo alla diminuzione della prevalenza/incidenza delle malattie cronico-degenerative
- L) È auspicabile inserire nei menù il consumo di pane integrale almeno 2 volte alla settimana, al posto del pane comune. Da utilizzare pane fresco di giornata, ben lievitato e ben cotto. Va evitato il pane riscaldato o surgelato
- M) Accertarsi che i filetti di pesce serviti a mensa siano deliscati accuratamente secondo quanto previsto dal Piano di Autocontrollo
- N) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente previa cottura
- O) È preferibile limitare il consumo di pancarrè sostituendolo con pane meglio, se integrale, in quanto il pancarrè è ricco di grassi, zuccheri e additivi che servono ad allungare i tempi di conservazione. Quello industriale è spesso trattato anche con alcol etilico come antimicrobico
- P) Sarebbe preferibile limitare il consumo di nettari di frutta e di succhi di frutta non al 100% frutta sostituendoli con spremute o frullati di frutta fresca di stagione, questo perché i succhi sono ricchi di conservanti e zuccheri aggiunti
- Q) Per la preparazione degli hamburger di vitello, la carne macinata dovrebbe essere selezionata prevalentemente dai muscoli dei quarti anteriori, cioè da spalla, collo e costato, che garantiscono una percentuale di grasso sul prodotto finito del 20%, inferiore a quella massima (25%) consentita dalle normative vigenti
- R) I formaggi freschi spalmabili devono essere senza additivi e conservanti
- S) È preferibile non somministrare ai bambini formaggi fusi a fette e formaggini. Si consiglia di preferire formaggi quali ricotta, crescenza, stracchino, caciotta fresca, ecc. I formaggi fusi (formaggi fusi a fette e formaggini) infatti, sono ottenuti mediante il riciclo di scarti provenienti da altri formaggi, che possono subire prolungati processi di trasformazione mediante l'utilizzo di sali di fusione, dando origine ad un prodotto contenente composti come fosfato, citrato e sodio, in quantità più o meno elevate a seconda dei prodotti. Sono inoltre ricchi di sale, la cui concentrazione può raggiungere i 3 grammi ogni 100 grammi di prodotto per quanto riguarda i formaggi fusi e dovrebbe essere presa in considerazione soprattutto da parte dei soggetti ipertesi ed in caso di somministrazione di formaggi fusi ai bambini. Secondo le più recenti linee guida dell'OMS, gli adulti non dovrebbero consumare più di 5 grammi di sale al giorno. Le linee guida, secondo quanto comunicato da parte dell'OMS, devono essere rispettate anche nel caso dei bambini, sulla base di peso, altezza ed energia consumata, in quanto un bambino con la pressione alta sarà molto probabilmente un adulto con il medesimo problema.
- T) Verificare la presenza del sedano nel minestrone in quanto quest'ultimo rientra nell'elenco degli allergeni presenti nell'Allegato II Reg. UE n. 1169/2011
- U) Se si somministrano carciofini o finocchi fare attenzione ai filamenti e tagliare in piccoli pezzi per evitare il soffocamento
- V) Se si somministra il pesto è preferibile utilizzare quello senza aglio in quanto quest'ultimo è responsabile di allergie/intolleranze alimentari
- W) Le linee guida della ristorazione collettiva prevedono la somministrazione delle patate massimo 1 volta alla settimana
- X) È preferibile non somministrare kiwi perché allergizzante, rientra nel 5% delle allergie alimentari. In età pediatrica le allergie alimentari sono molto frequenti (incidenza media del 5%) per via dell'imaturità della barriera di protezione intestinale
- Y) Per le diete speciali devono essere rispettati rigorosamente tutti gli ingredienti dei menù che vengono sfilati e vidimati in base alle patologie degli utenti
- Z) Le preparazioni delle diete speciali vengono eseguite in contesti separati o con differenziazione temporale e con utensileria contraddistinta soprattutto per i celiaci
- AA) **Verificare sempre l'etichettatura dei Prodotti Alimentari:** Regolamento UE 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che modifica i regolamenti (CE) n. 1924/2006 e (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio e abroga la direttiva 87/250/CEE della Commissione, la direttiva 90/496/CEE del Consiglio, la direttiva 1999/10/CE della Commissione, la direttiva 2000/13/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, le direttive 2002/67/CE e 2008/5/CE della Commissione e il regolamento (CE) n. 608/2004 della Commissione
- BB) Prevedere un'offerta di almeno due varietà di frutta nella medesima settimana
- CC) Due volte al mese può essere prevista in sostituzione alla frutta di stagione una purea di frutta



Per garantire la sicurezza di una dieta speciale (**Celiachia**, allergia/intolleranza alimentare, malattie metaboliche/deficit enzimatici) in ristorazione collettiva è fatto obbligo di attivare tutta una serie di procedure gestionali specifiche, rigore se ed impegnative ed è doveroso richiedere/proporre restrizioni dietetiche quando la motivazione sia sostenuta o da un temporaneo dubbio diagnostico in fase di accertamento (dieta di sospensione) o da diagnosi certa.

Al fine di garantire correttamente le diete speciali richieste si sollecita all'Ente gestore:

1. l'applicazione di un piano autocontrollo aziendale adeguato, che descriva le procedure delle specifiche diete speciali;
2. la competenza del personale coinvolto nella preparazione, distribuzione, somministrazione delle diete speciali;
3. la formazione degli operatori addetti alla gestione delle diete speciali,
4. l'identificazione di un responsabile possibilmente delle diete speciali;
5. le modalità operative di preparazione delle diete speciali, il loro confezionamento e la identificazione;
6. la fase di somministrazione delle diete speciali;
7. la gratificazione palatale delle diete speciali;
8. la collaborazione e la corresponsabilità di tutti i soggetti coinvolti lungo la "filiera di sicurezza" di una dieta speciale: medico prescrittore, genitore, amministrazione comunale, scuola, gestore del servizio di ristorazione collettiva, personale di assistenza al pasto (educatore, docente, collaboratore scolastico e/o altro personale dedicato).

ISTRUZIONI PER LA PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE DI UN PASTO SENZA GLUTINE

1) Approvvigionamento delle materie prime

Escludere dalla dieta tutti gli alimenti a base di cereali e derivati contenenti glutine (grano, orzo, farro, kamut, segale, grano bulgur, spelta, triticale, avena), preparati con ingredienti contenenti glutine o che abbiano subito contaminazione da glutine.

Utilizzare solo:

- Alimenti non prelaborati naturalmente privi di glutine
- Alimenti prelaborati che, essendo prodotti a **rischio**, per essere utilizzati per un pasto senza glutine, devono riportare in etichetta la dicitura "senza glutine" ai sensi dei regolamenti 1169/2011, 609/2013 e 828/2014, o il Marchio Spiga Barrata di AIC o essere presenti nel Prontuario degli alimenti di AIC.
- Alimenti prodotti con materie prime naturalmente prive di glutine oppure materie prime degluteinizzate che hanno seguito la procedura di notifica dell'etichetta del Ministero della Salute.

Tali alimenti sono presenti nel Registro Nazionale dei prodotti senza glutine, consultabile direttamente sul sito del Ministero della Salute all'indirizzo <http://www.salute.gov.it>

2) Stoccaggio

- Le scorte di magazzino dei prodotti approvvigionati per un pasto senza glutine devono essere conservate in luogo esclusivamente dedicato e correttamente identificato.
- La conservazione delle confezioni di cibi senza glutine, una volta aperte, dovrà avvenire utilizzando sacchetti e/o contenitori dotati di chiusura ermetica anche nel caso di conservazione in frigo/freezer.
- Si consiglia l'utilizzo di etichette o segnali distintivi per contrassegnare le confezioni e/o i contenitori al fine di evitare grossolani errori.

3) Comportamento degli operatori addetti alla preparazione

Il personale incaricato della preparazione di pasti senza glutine deve indossare divise pulite e non contaminate (in particolare non infarinate).

Lo stesso, prima di accingersi alla preparazione dei pasti senza glutine, è rigorosamente tenuto a lavarsi accuratamente le mani al fine di eliminare qualsiasi traccia di possibili residui.

Il responsabile di cucina, così come eventuali altri operatori addetti, dovranno essere adeguatamente informati/formati, al fine di assicurare la produzione di pasti senza glutine "sicuri".

4) In cucina

E' necessario che i cibi siano preparati in modo che non sia consentito il contatto con alimenti contenenti glutine.

- Il **luogo della lavorazione** degli alimenti senza glutine dovrà essere pulito da eventuali residui di precedenti lavorazioni con alimenti con glutine (es. le preparazioni di dolci o pasta fresca fatta a mano). Nel caso di cucine di piccole dimensioni e preferibile dare la priorità alla preparazione dei piatti senza glutine.

02/01/23



- Tutti i **macchinari, stoviglie e utensili, attrezzature, prodotti accessori ed ingredienti** necessari alla produzione di alimenti senza glutine devono essere assolutamente distinti e separati al fine di garantire la non contaminazione degli stessi, utilizzare preferibilmente anche fogli o teglie di alluminio.
- La **cottura degli alimenti** senza glutine deve avvenire in contenitori distinti da quelli usati per altri cibi: **mai** nella stessa acqua di cottura della pasta con glutine, **mai** nei cestelli multi cottura che ospitano alimenti con glutine. Non utilizzare l'acqua di cottura già usata per pasta normale, ne' utilizzarla per allungare risotti, sughi o altre preparazioni. **Mai** nel forno ventilato con cibi che contengono glutine.
- L'**olio di cottura** deve essere destinato in modo **esclusivo** alla cottura degli alimenti senza glutine.
- Qualsiasi alimento senza glutine non deve essere addensato nè infarinato con farina non consentita.
- Qualsiasi padella, teglia, griglia, piastra, ecc., prima dell'utilizzo, deve essere lavata accuratamente.
- Ogni strumento che serve per grattugiare, scolare, tagliare, ecc., deve essere adeguatamente lavato prima di essere usato per il senza glutine; si consiglia l'uso di tali strumenti in modo dedicato (scolapasta, grattugia, tagliere,...)

5) Distribuzione

- Il trasferimento del pasto senza glutine dalla cucina alla sede di somministrazione dovrà avvenire in modo tale da evitare qualsiasi contaminazione.
- Il pasto senza glutine dovrà essere confezionato in monoporzione sigillata, scrivendo nome e cognome del soggetto a cui è destinata la dieta.
- Chi apparecchia i tavoli dovrà lavarsi le mani e indossare guanti monouso nuovi per preparare il tavolo dove pranza il soggetto celiaco.
- Il pasto del celiaco dovrà arrivare in refettorio direttamente dalla cucina di produzione al soggetto stesso (in caso di pasto trasportato, sarà consegnato in contenitore apposito opportunamente contrassegnato da nome e cognome del celiaco).

