



Comune di  
Loro  
Ciuffenna



Comune di  
Montevarchi



Comune di  
Castelfranco  
Piandiscò



Responsabili Centro Cottura di  
Montevarchi, Castelfranco Piandiscò

Servizio Ristorazione Scolastica

# Bambini, a tavola!

Anno scolastico 2016/2017

a cura della Dottoressa  
Sandra Bonannini (Dietista)



**CENTROPLURISERVIZI**  
S.p.A.

Menù approvato da AZIENDA USL TOSCANA SUD-EST con Protocollo GEN/0123186/U del 22/08/2016

## **Il giorno 8 Agosto 2016 è stato l'Earth Overshoot Day giorno in cui l'umanità ha esaurito il suo budget ecologico dell'anno, ovvero il consumo di risorse naturali supera la capacità rigenerativa del pianeta. La nostra vita continua prelevando risorse ed accumulando anidride carbonica in atmosfera.**

La Centropluriservizi S.p.A. e le Amministrazioni Comunali di Montevarchi, Castelfranco Piandiscò e Loro Ciuffenna da anni si stanno impegnando per fornire un pasto sostenibile e limitare lo spreco del cibo.

Già molto è stato fatto ma è possibile fare di più.

L'impatto ambientale della ristorazione scolastica può essere ridimensionato puntando su prodotti sostenibili, cibi sani, di provenienza locale, di stagione e biologici.

Questi concetti si sposano bene con la filosofia delle amministrazioni Comunali che già da tempo hanno scelto di servire nelle proprie mense scolastiche frutta verdura, pane, pasta, carni, olio, provenienti da aziende locali rigorosamente selezionate per la qualità dei loro prodotti. Ma ciò a cui vorremmo porre maggiore attenzione è che nulla vada sprecato.

Attualmente su questo tema sono attive le seguenti azioni:

- costante revisione e miglioramento del menù per renderlo più adatto al gusto dei bambini;
- revisione delle grammature in osservanza delle Nuove Linee di Indirizzo per la Ristorazione Collettiva 2016 (in fase di pubblicazione), e dei nuovi LARN (2014)
- corsi di formazione al personale addetto alla distribuzione del vitto presso il refettorio scolastico;
- accordi con le associazioni di volontariato per il recupero di pane, frutta e cibo cucinato ma non distribuito da destinare alle mense dei poveri o alle famiglie disagiate;
- coinvolgimento delle insegnanti per sensibilizzare con il loro prezioso aiuto i bambini al rispetto del cibo.

Con queste azioni lo spreco del cibo si è notevolmente ridotto, ma possiamo fare ancora di più. Con il prossimo anno scolastico partirà un nuovo progetto di sensibilizzazione alla Riduzione dello Spreco Alimentare. Il progetto prevede brevi interventi della dietista in tutte le classi della primaria e della secondaria di 1° grado di tutti gli istituti che usufruiscono del servizio mensa gestito dalla CentroPluriservizi S.p.A. Durante il breve incontro la dietista spiegherà le caratteristiche del pasto che in quel giorno verrà servito a mensa: la sua storia, perché ha quel nome, da dove viene, la tradizione, gli ingredienti, la cottura, chi lo ha mangiato e chi lo mangia etc. Nel caso in cui si tratti di un piatto particolare o nuovo, i bambini verranno invitati ad assaggiarne almeno una piccola porzione: se la pietanza è di loro gradimento potranno prenderne ancora in altro caso il cibo non distribuito potrà essere recuperato e donato ai bisognosi.

**Ma abbiamo bisogno anche della collaborazione dei genitori e dei nonni. Più volte è stato sottolineato che se un bambino è ben nutrito vi sono buone possibilità che arrivi al pasto di mezzogiorno con un pò di appetito e quindi con volontà e curiosità di mangiare o assaggiare ciò che il Menù propone. In poche parole, è importante anche per la loro salute che i bambini facciano una buona prima colazione ed un sano spuntino a scuola.**

Comune di Montevarchi  
Comune di Castelfranco Piandiscò  
Comune di Loro Ciuffenna  
Centro Pluriservizi S.p.A. Responsabili Centro Cottura Montevarchi e Centro Cottura Castelfranco Piandiscò  
Dietista Dott.ssa Sandra Bonannini



# Il buongiorno

**La prima colazione è il pasto più importante della giornata** perché rifornisce di energie il corpo e la mente dopo la pausa notturna; deve essere energetica, salutare e di facile digestione, oltre che varia e invitante; perciò è necessario:

- pianificare il menu della colazione e preparare la tavola fin dalla sera precedente;
- coinvolgere il bambino stesso nella scelta degli alimenti (dolci o salati, liquidi o solidi);

La colazione più classica e più sana è:

## Latte con il pane e marmellata

Questa colazione è un inizio di giornata classico, sano, da far riscoprire ai bambini ormai dipendenti dalle merendine.

Il latte fresco, parzialmente scremato e biologico

Il pane toscano, ai cereali o integrale, evitate il pane confezionato e il pane condito (panini al latte o al burro).

La marmellata di produzione bio senza zuccheri aggiunti.

Certo che se il pane e la marmellata sono fatti in casa è tutta un'altra storia!

E il burro? Un velo a crudo può essere tranquillamente inserito nella prima colazione per fornire la giusta quota di grassi e proteine, purché si tratti di un prodotto di qualità. Oppure si può sostituire il latte con un vasetto di yogurt bio (con o senza frutta), oppure con una spremuta di frutta fresca per un carico di vitamine e sali minerali, oppure con un frullato di frutta mista.

I succhi di frutta confezionati sono da evitare, ma se impossibile rinunciare, scegliete succhi bio senza zuccheri aggiunti.

Sostituire il pane con biscotti secchi integrali, con fette biscottate, con cereali (mischiate cereali integrali classici con quelli più graditi ai bambini con cioccolato), oppure con torte casalinghe. E se non posso fare a meno delle merendine? Una tantum e che sia di ottima qualità. Visto l'elevato contenuto in grassi delle merendine sarebbe meglio accompagnarle con succo di frutta fresca.

Di seguito alcune facili ricette per la colazione; un modo di mangiare sano e per riciclare gli alimenti avanzati:



# Ricette

## BARRETTE AI CEREALI FATTE IN CASA

100 g di cereali misto bio

30 g di riso soffiato

50 g di frutta secca tritata (se gradita)

50 g di zucchero di canna grezzo

50 g di miele bio

Frutta disidratata a pezzetti (banana, cocco, pesca)

### Procedimento

In un pentolino antiaderente fate sciogliere lo zucchero e il miele, a fuoco basso e girando per non far attaccare lo zucchero sul fondo. Quando il composto diventa liquido, unite i cereali, il riso soffiato e il trito di frutta secca e i pezzetti di frutta disidratata. Mescolate bene per circa 20 minuti: quando il composto diventerà piuttosto duro e difficile da girare, e inizierà a caramellare, continuate a girare con movimenti energici ma lenti. Dopo circa 20 minuti, mescolate ancora e spegnete il fornello; versate il composto in una teglia coperta di carta forno. Livellate la superficie per stendere bene l'impasto, quindi intagliate lo strato ottenuto formando delle barrette di forma regolare e lasciate freddare. Una volta indurito l'impasto, potete rimuovere le barrette dalla teglia: a questo punto potete incartarle singolarmente con della carta da forno e dello spago da cucina (così saranno comode da portare anche a scuola). Se invece decidete di tenerle in casa, riponetele in un contenitore ermetico, separandole sempre con della carta da forno.

## BROWNIES CON PANE AVANZATO

150 g di pane raffermo

150 g di cioccolato fondente

1/2 bicchiere di latte

80 g di burro, io ne ho messi solo 60 g.

180 g di zucchero grezzo di canna

2 uova

80 g di farina integrale

1 cucchiaino di lievito per dolci

1 pizzico di sale

### Procedimento

Mettete il pane in una ciotola e bagnatelo con il latte in modo che si ammorbidisca, quindi spezzettatelo grossolanamente. In un pentolino sciogliete a fiamma bassa il burro con lo zucchero e il cioccolato tagliato a pezzetti. Mescolate fino a ottenere una crema omogenea. Spegnete il fuoco e lasciate intiepidire. Incorporate le uova, la farina, il lievito, un pizzico di sale, il pane spezzettato, il latte e mescolate. Versate in uno stampo rettangolare e infornate in forno caldo a 180 °C per 35 minuti. Lasciate riposare per una decina di minuti prima di sfornare.

## NUTELLA CASALINGA

1/2 tazza di zucchero integrale di canna

1/2 tazza di nocciole spellate

300 grammi di cioccolato di ottima qualità, fondente al 70%

1 bicchiere scarso di latte scremato

### Procedimento

Polverizzate nel frullatore lo zucchero fino a renderlo impalpabile come farina, aggiungete le nocciole e continuate a frullare: dopo circa 5 minuti avrete una crema. Unite il cioccolato poco alla volta e poi il latte. Frullate ancora per qualche secondo. Riponete la crema ottenuta in una ciotola e fate cuocere a bagnomaria, sempre mescolando e mantenendo il tutto sul fuoco per circa 20 minuti. Fate intiepidire e non appena la vostra crema di nocciole fai da te si sarà raffreddata, riponetela in un vasetto di vetro.

## GOCCIOLE (BISCOTTI AL CIOCCOLATO)

75 g di burro bio

75 g di zucchero

160 g. di farina 00 e g. 50 di fecola di patate

un uovo

12 g. di cioccolato bianco di ottima qualità

70 g. di gocce di cioccolato fondente

1 pizzico di sale ed un pizzico di bicarbonato

### Procedimento\*

Montate lo zucchero con il burro fino ad ottenere una crema omogenea. Aggiungete poi l'uovo e continuate a mescolare. Incorporate adesso la vaniglia, il cioccolato bianco sciolto, la presa di sale e di bicarbonato. Aggiungete infine la farina e la fecola poco per volta e impastate fino ad ottenere un impasto omogeneo e compatto. Aggiungere le gocce di cioccolato, continuando a mescolare fino a che non si saranno distribuite in modo uniforme. Avvolgete il panetto nella pellicola e lasciatelo riposare in freezer per una decina di minuti. Trascorso questo tempo ricavate delle palline fate una piccola pressione ed allungate una punta per ottenere la tipica forma delle "Goccioline". Disponete i biscotti su di una teglia rivestita di carta da forno e fateli cuocere per circa 12 minuti a 180 gr. Sfornateli e lasciateli raffreddare prima di trasferirli in una biscottiera... Si conservano per 5-6 gg.

### per i salutisti:

50 g di olio di semi

150 g di zucchero

250 g. di farina 00 o integrale

100 g. di gocce di cioccolato fondente

2 uova

un pizzico di bicarbonato, un cucchiaino di lievito per dolci

### Stesso procedimento\*



# Menù da grandi

Ci sono molti bambini che **preferiscono il salato**, anche a colazione. In questi casi si può proporre il toast, che però dovrà essere preparato con alcuni accorgimenti:

- Utilizzare il pane toscano o integrale, evitando il pane confezionato;
- Farcire con salumi magri o con formaggi freschi, tipo ricotta e stracchino, evitando le sottilette ed i formaggini;
- Accompagnare con spremuta di agrumi o frullato di frutta fresca.

**Abituate i bambini bere acqua fin dal mattino!**



# La merenda a scuola

Una ricarica di energia per mente e corpo, deve aiutare il bambino ad arrivare al pranzo con la giusta energia ed il giusto appetito.

## Quale spuntino infilare nello zaino?

Ogni tanto la merendina o il pacchetto di cracker sono una necessità, se manca il tempo o il frigo è vuoto. Però l'ideale sarebbe variare la merenda ogni giorno, dal dolce al salato. Parole d'ordine: ingredienti sani e tanta creatività.

## Tramezzini e panini:

pane toscano, integrale, meglio se fresco, ma anche del giorno prima va benissimo. Se utilizzate pane confezionato, leggete bene le etichette, alcuni prodotti sono troppo raffinati (ricchi in zuccheri e grassi) e contengono alcool come conservante.

### Farcite con:

prosciutto crudo, cotto, bresaola;  
formaggio fresco: stracchino, crescenza, ma anche robiola e parmigiano in piccole scaglie;  
pomodoro e olio;

### e per i bambini più coraggiosi:

formaggio e pomodoro;  
bresaola e rucola.

Una volta ogni tanto anche pane e salame va bene!  
Oppure: un piccolo pezzetto di focaccia vuota (40 gr.);  
cracker; dadi di parmigiano o pecorino e grissini;

Se siete ben organizzati ed avete la macchina per il pane, potete impastare il pane con olive o con le noci, in questo caso basterà solo il panino!

Attenzione alle quantità: il tempo della ricreazione deve servire per giocare e per distrarsi non per stare a mangiare uno "sfilatino": **la quantità di pane suggerita è di circa 40 gr.**

## Merenda dolce

Si può scegliere:

- il ciambellone allo yogurt, o con ricotta, e magari anche con un pò di cacao magro, per renderlo più ghiotto;
  - la torta di mele (con il vostro aiuto sono i bambini che possono preparare una gustosa torta);
  - la crostata, il plumcake, la torta alle carote;
  - i panini dolci con miele o uvetta
- i muffin con la frutta (mela, pera, uvetta) "fatti in casa"

**Pane e Nutella:** impossibile rinunciare, ma deve essere un extra, non un'abitudine!

Le merendine confezionate sono soluzioni buone solo quando si ha fretta e non possiamo preparare niente di "sano".

Per i più salutisti (e non solo): almeno 1 o 2 volte alla settimana la merenda di metà mattina dovrebbe essere a base di yogurt (non dimenticatevi il cucchiaino!);  
Perfetta la frutta fresca: intera o a pezzetti, di una sola varietà o frutti diversi, ma sempre fresca e di stagione.

[Perché la frutta non annerisca, provocando il rifiuto dei bambini, è importante irrorarla con succo di limone e/o arancia freschi: questo garantirà anche il "pieno" di vitamina C]

Non dimenticare: un bel contenitore colorato, forchettina e cucchiaino. Infine ricordate: **a scuola si beve acqua!**

P.S. Noi vi aiutiamo attraverso un progetto educativo e di sensibilizzazione che coinvolge i bambini della I e II classe della scuola primaria: **La frutta sui banchi di scuola**. Il progetto consiste in un laboratorio di manipolazione trasformazione della frutta e conseguente degustazione.



# Bambini, a tavola!

Il menù per la ristorazione scolastica, servizio gestito da Centro Pluriservizi S.p.A. è redatto ed elaborato nel rispetto dei criteri espressi nei seguenti documenti:

Livelli Raccomandati di Assunzione e Nutrienti (LARN) 2014

Linee Guida Refezione Scolastica della Regione Toscana anno 2011

Linee Guida Nazionali per la ristorazione Scolastica (Ministero della salute 2010)

La pianificazione delle tabelle dietetiche avviene a cura di personale esperto e qualificato (laureato in Dietistica); nello specifico dalla dott.ssa Sandra Bonannini

E' previsto un programma nutrizionale per:

bambini da 1 a 3 anni (nido)

bambini da 3 a 6 anni (scuola d'infanzia)

ragazzi da 6 a 11 anni (scuola primaria)

ragazzi da 11 a 14 anni (scuola secondaria di primo grado)

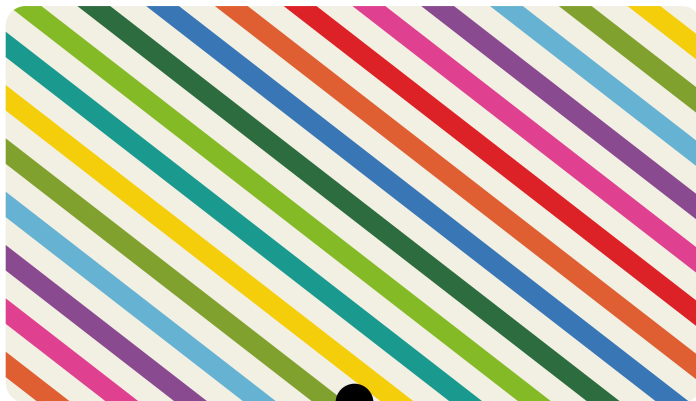
Le tabelle dietetiche propongono

**Menù autunnale** - da Settembre a metà Dicembre articolato su 5 settimane

**Menu invernale** - da metà Dicembre a metà Aprile articolato su 6 settimane

**Menu primavera/estate** - da metà Aprile a fine Giugno articolato su 4 settimane

E' stato selezionato un **Menù base** composto da pietanze che riscuotono un consenso unanime e sono stati inseriti piatti a base di verdure (torte e sformati) con l'obiettivo di guidare i bambini verso la scoperta di nuovi gusti, ma soprattutto verso uno stile alimentare più semplice e sano. I pasti forniti dalla mensa scolastica coprono il 40-45 % delle necessità energetico-nutrizionali giornaliere.



# Qualità degli alimenti

- E' previsto l'utilizzo di prodotti biologici e di filiera corta: pasta, riso, olio extravergine, pane, yogurt, prosciutto crudo toscano, etc;
- Prodotti nazionali, frutta ortaggi di produzione locale, regionale o nazionale, di 1° categoria;
- Viene garantito l'utilizzo di generi alimentari necessari per la preparazione delle pietanze esenti da organismi geneticamente modificati (O.G.M.) come previsto dalla L.G. del 26/04/2000;
- E' escluso l'uso di cibi confezionati, precotti; polpette ed hamburger vengono prodotte presso il centro cottura di riferimento;
- E' assolutamente vietato l'uso di grassi idrogenati, olio di colza e palma, esaltatori di sapidità dadi anche se vegetali ed estratti di carne;
- Sia in cottura che per condire a crudo è privilegiato l'uso di olio extravergine d'oliva di produzione toscana e biologica;
- E' escluso l'uso di burro, di margarina, di panna;
- Vengono privilegiate le tecniche di cottura che mantengono inalterati i caratteri organolettici e nutrizionali dei cibi;
- Non è mai prevista la frittura, tutti i piatti "impanati" vengono cotti in forno, senza aggiunta di grassi di cottura;
- Tutte le preparazioni vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo e nel centro di cottura di riferimento;
- E' assolutamente vietato il riciclo delle pietanze avanzate e/o parti di esse non utilizzate;
- Per insaporire le pietanze si utilizzano aromi freschi ed ortaggi: prezzemolo, basilico, rosmarino, salvia, carota, sedano, aglio, cipolla...



## Caratteristiche merceologiche dei prodotti utilizzati

**Pasta** di semola di grano duro di produzione locale

**Riso** parboiled secondo le disponibilità

**Pane** toscano fresco, di produzione locale

**Formaggio** Grana Padano, Mozzarella, Stracchino, Ricotta nazionale, pecorino toscano

**Yogurt** al naturale o con frutta, di latte vaccino intero, di produzione biologica

**Latte** parzialmente scremato a lunga conservazione (UHT)

**Prosciutto cotto** nazionale senza polifosfati, caseinati, lattati, nitrati e glutine

**Prosciutto crudo** toscano

**Carni** fresche refrigerate di: pollo, tacchino, suino e manzo, di provenienza locale o nazionale, certificata e con indicazione della filiera di produzione

**Pesce** surgelato: merluzzo, platessa, calamari, tonno conservato sott'olio

**Uova** di gallina intere di categoria A extra di produzione biologica, uova di gallina sguosciate, omogeneizzate, pastorizzate, refrigerate in tetrapak (per le lavorazioni dove è previsto l'uovo)

**Frutta** di stagione di provenienza nazionale o locale, di 1° categoria

**Verdure fresche** di stagione di provenienza nazionale e locale: insalata, pomodori, carote, zucca, cavolfiore, cavolo verza, broccoli, finocchi, spinaci, bietola, etc di 1° categoria

**Verdure surgelate** piselli, bieta, spinaci, fagiolini

**Patate** sempre fresche di produzione locale, anche per il purè di patate

**Legumi** ceci, fagioli, piselli, lenticchie (secchi e surgelati)

**Grassi da condimento** olio extravergine d'oliva di produzione locale e biologica

**Sale da condimento** sale marino iodato (limitando al minimo indispensabile l'uso)





# Esempi

Le ricette dei piatti vengo semplificate e modificate per rendere il prodotto finale più adatto al gusto dei bambini, senza per questo compromettere il gusto e la presentazione.

## Primi piatti asciutti

Pasta rosé: pomodoro e latte

Pasta al pesto: preparato con basilico fresco, non confezionato

Pasta al pesto d'inverno: il basilico è sostituito da foglie di cavolo nero stufato o da spinaci freschi, crudi

Pasta all'amatriciana: con prosciutto anziché pancetta

## Minestra

Crema (senza latte) di verdura fresca di stagione o surgelata, con aggiunta di pastina, riso, crostini di pane tostato, senza grassi aggiunti

## Secondi piatti

Polpette: preparate presso il centro cottura di riferimento, con carne macinata di vitello, patate o pane e uovo; impanate con farina o pane grattato

Hamburger di carne: vitello o tacchino e pane

Piatto freddo: alternanza tra stracchino, ricotta, mozzarella, caciotta fresca, prosciutto crudo magro o cotto

## Contorni

### Verdure crude

Insalata verde del tipo lattuga, radicchio;

Insalata mista : lattuga, radicchio cavolo cappuccio, finocchio, pomodoro (secondo la stagione)

Carote, pomodoro da insalata, cavolo cappuccio, cetrioli, finocchi

### Dolci e Dessert

A discrezione del centro cottura , la porzione della frutta può essere sostituita da un dessert: schiacciata alla fiorentina, torta di mele.

Il dolce viene distribuito una volta al mese, sempre in sostituzione della frutta fresca.

Tutte le torte sono di preparazione propria e prodotte presso il centro di cottura di riferimento.

Gli ingredienti utilizzati sono:

*uova omogeneizzate, pastorizzate, refrigerate in tetrapak; latte parzialmente scremato UHT; farina tipo 00; frutta fresca; non è previsto l'uso di panna, burro, margarina, olio di semi, crema.*

*N.B. Le teglie sono unte con olio extravergine di oliva o di semi di girasole o mais*

### Verdure cotte

Cavolfiore, lessso, in brasiera, al pomodoro cime di rapa o broccoli

Bietola, spinaci e ravi, lessi o saltati aglio e olio

Cavolo cappuccio stufato

Zucchine lesse al pomodoro, trifolate

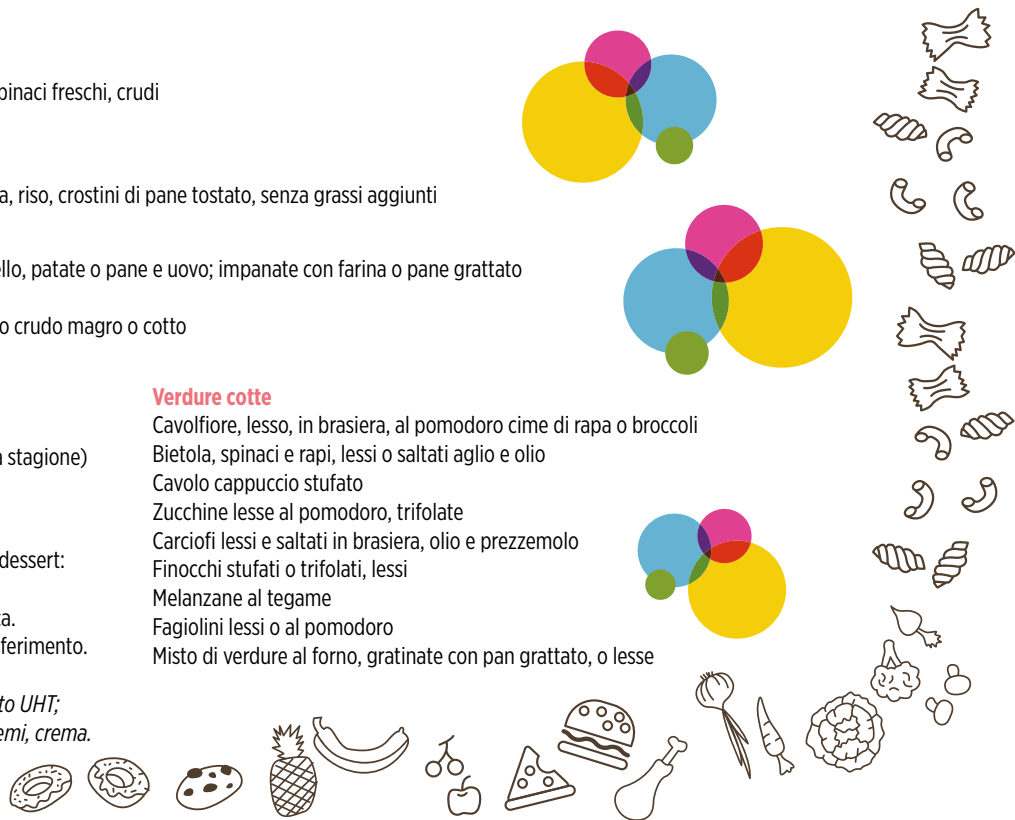
Carciofi lessi e saltati in brasiera, olio e prezzemolo

Finocchi stufati o trifolati, lessi

Melanzane al tegame

Fagiolini lessi o al pomodoro

Misto di verdure al forno, gratinate con pan grattato, o lesse



## La colazione e la merenda per la scuola dell'infanzia

La scuola d'infanzia gestisce in modo autonomo il momento della 2ª colazione del mattino o della merenda pomeridiana. Anche in questo caso si è cercato di orientare le scelte verso merende salutari: una porzione di frutta fresca (da proporre almeno 2 volte a settimana), un vasetto di yogurt alla frutta, mezza fetta di pane e olio o pane e pomodoro (secondo la stagione), latte e biscotti secchi non farciti ed a ridotto contenuto in grassi, fette biscottate con marmellata.



# Giornate con Menù a tema

Durante l'anno scolastico sono state individuate delle giornate con **Menù a tema**

## **Menù senza glutine**

I bambini consumeranno un pasto preparato con cibi naturalmente privi di glutine. Su tutte le tavole verrà distribuito pane senza glutine.

## **Menù toscano**

Finalizzato a rivalutare i piatti tipici della tradizione regionale: fagioli all'uccelletto, pappa al pomodoro, pollo alla cacciatora.

## **Menù vegetariano**

Si pone l'obiettivo di avvicinare i ragazzi ad un nuovo concetto di alimentazione, che non sia basata solo su piatti a base di proteine animali: torte, sformati e polpette di verdure.

## **Menù della tradizione regionale**

per far conoscere piatti della cultura regionale italiana, nello specifico verranno proposti :

**Menù Campania:** polpettine al pomodoro

**Menù Sicilia:** pasta alla norma (melanzane e ricotta)

**Menù Puglia:** zuppa alla salentina (calamari e patate)

**Menu Lombardia:** risotto allo zafferano e cotoletta impanata (cotta al forno)

**Menù Emilia Romagna:** tortellini

**Menù Lazio:** pasta amatriciana con pomodoro e dadi di prosciutto crudo magro



## **La distribuzione**

Il pasto distribuito è un pasto completo, sufficiente per ricoprire in modo corretto ed equilibrato i bisogni nutrizionali ed energetici dei ragazzi, le porzioni dei cibi distribuiti corrispondono alle indicazioni dettate dalle linee guida. Vista l'incidenza dei casi di sovrappeso e obesità in età evolutiva, al fine di limitare gli eccessi alimentari è stato suggerito di evitare di dare il bis, o meglio, limitarlo alle sole verdure e alla frutta.

# Children, meal's ready!

The menu for the school meals service run by Centro Pluriservizi S.p.A has been prepared and formulated in accordance with the criteria outlined in the following documents:

Livelli Raccomandati di Assunzione e Nutrienti (LARN – recommended dietary reference intake) 2014

Linee Guida Refezione Scolastica della Regione Toscana (Regione Toscana guidelines for school meals) 2010

Linee Guida Nazionali per la ristorazione Scolastica (Ministry of Health national guideless for school meals, 2010)

Children attending primary or lower secondary school are provided with a full meal: a first course based on pasta or soup, second course with meat, fish, eggs or cheese, a side dish with cooked or raw vegetables, bread, fresh fruit and still water. For children in kindergarten there is also a mid-morning or mid-afternoon snack with fresh fruit, yogurt, or bread and oil.

## Quality of the food

The use of fresh foods of local, regional or national origin is guaranteed, organically grown when possible;

The following foods are not allowed:

- Genetically modified foods (GMOs)
- Packaged or precooked foods
- Hydrogenated fats, rapeseed and palm oil, margarine
- Flavour enhancers, stock cubes even if vegetable, and meat extracts
- Butter, cream

Organically produced extra virgin olive oil from Tuscany is used both for cooking and for dressings;

Cooking methods that preserve the sensory and nutritional characteristics of the food are always preferred;

No foods are ever fried;

All recipes are prepared on the day of use;

The use of leftovers or of any previously unused food is absolutely prohibited.



# Special diets

**In the case of children with particular ailments, food allergies or intolerances**, the central refectory works to draft suitable diets that are different from the ordinary menu. These diets are prepared by skilled personnel who have been taught to adopt the right precautions in order to avoid any contamination. The dishes are packaged in individual containers, which are clearly marked with the child's name in order to avoid any errors during distribution in the dining halls.

The same applies to the preparation of special diets for religious reasons:

- First courses with ravioli-type stuffed pasta (meat and ham) or cooked with meat sauce can be replaced by ordinary pasta or risotto with tomatoes, olive oil or with vegetable-based sauces;
- Second courses with meat, chicken or turkey, raw and cooked ham and fish can be replaced by hard-boiled eggs, egg-only omelette, potato and cheese rissoles, mozzarella-type cheese, ricotta, caciotta, parmesan, legumes.

شركة بلوريسيرفيتسي المساهمة " Pluriservizi S.p.A ". تمتلك شهادة الاعتماد حلال؛ فمورد اللحم البقري يضمن الذبح وفقاً لتعاليم الإسلام.



## I disegni dei bambini



2016



# Kids Menu




\*  
Menù autunno

## Settembre

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
*	Pasta rosé* Tonno Insalata  <b>19</b>	Pasta al pesto di zucchine Fesa di tacchino al forno Bastoncini di verdure crude  <b>20</b>	Farro con pomodorini e basilico* Hamburger Insalata mista *(Nido) Riso al pomodoro <b>21</b>	Pasta al ragù di pesce* Mozzarella Insalata di pomodori *(Nido) Passato di verdura con pastina <b>22</b>	Pasta alla marinara* Pollo e/o coniglio al forno** Fagiolini olio e limone*** *(Nido) Passato di verdure con riso ** (Nido e Materna) Cosce *** (Castelfranco Piandiscò) Insalata verde <b>23</b>	
	Pasta al pomodoro fresco e basilico Prosciutto* e melone** Insalata di pomodori *(Nido e Materna) Cotto **(se disp.) <b>26</b>	Pasta alle erbe Filetto di pesce con erbe aromatiche e spicchio di limone Insalata mista  <b>27</b>	Risotto alle zucchine Fesa di tacchino al forno Legumi all'olio* *(Nido) Verdure cotte  <b>28</b>	<b>SICILIANO</b> Pasta alla norma* Omelette Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Passato di verdura con pastina <b>29</b>	Pasta al pesto* Polpette di verdure Carote julienne *(Nido)Minestrina  <b>30</b>	
			[Al Nido solo verdure cotte]			

2016

# Ottobre/Novembre

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Farro e pomodorini e basilico* Arista al forno Bastoncini di ortaggi crudo *(Nido) Passato di verdura con riso <b>03</b>	Pasta alle melanzane* Hamburger di tacchino Fagiolini all'olio *(Nido) Pasta alla crema di spinaci <b>04</b>	Lasagne al pesto* Piatto freddo Insalata di pomodori *(Nido) Passato di verdura con pastina <b>05</b>	Pasta all'olio e peperoncino* Crocchette di patate formaggio Carote julienne *(Nido) Pasta all'olio <b>06</b>	Pasta alle zucchine Filetto di pesce al pomodoro Insalata mista <b>07</b>
Risotto allo zafferano* Roast beef Legumi all'olio *(Nido) Passato di verdura con riso <b>10</b>	Pasta al ragù* Piatto freddo Zucchine carote trifolate *(Nido) Pasta al pomodoro <b>11</b>	Pasta alla marinara* Filetto di pesce al forno Insalata *(Nido) Passato di verdura con pastina <b>12</b>	Pasta al pesto di zucchine Pollo e o coniglio al forno Bastoncini di ortaggi crudi <b>13</b>	Pasta alla pomarola Frittata di verdure Insalata di pomodori <b>14</b>
Pastina in brodo di verdure Hamburger Fagiolini al pomodoro* *(Nido) Fagiolini all'olio <b>17</b>	Pasta al pesto Polpette di verdure Insalata mista <b>18</b>	<b>TOSCANO</b> Pasta e fagioli Caciotta toscana Verdure al forno *(Nido) Passato di legumi con pastina <b>19</b>	Pasta alla pomarola Filetto di pesce Misto di verdure cotte <b>20</b>	Risotto alle verdure Spezzatino di tacchino Zucchine al pomodoro* *(Nido e Castelfranco Piantiscò) Zucchine all'olio <b>21</b>
Pasta olio e peperoncino* Fesa di tacchino al forno Verdure cotte *(Nido) Pasta all'olio <b>24</b>	Pasta alla crema di zucca Scaloppine di maiale alla pizzaiola* Verdure cotte *(Nido) Straccetti di vitello all'olio <b>25</b>	Pasta al ragù di pesce* Frittata di spinaci Finocchi Trifolati *(Nido) Riso olio e grana <b>26</b>	Pasta mediterranea* Pollo e/o coniglio al forno** Insalata verde *(Nido) Passato di verdure con pastina **(Nido e Materna) cosce di pollo <b>27</b>	<b>SENZA GLUTINE</b> Crema di legumi con riso Piatto freddo Misto di verdure con patate <b>28</b>
Pasta al pomodoro Hamburger Insalata mista <b>31</b>	<b>Festa di Tutti i Santi</b>  <b>01</b>	Pasta al ragù Piatto freddo Bastoncini di verdure crude <b>02</b>	Risotto ai porri e/o zucca Filetto di pesce impanato* Verdure al forno *(Nido) Pesce al forno <b>03</b>	Pasta all'erbette* Omelette Verdure cotte *(Nido) Passato di verdura con riso <b>04</b>
		[Al Nido solo verdure cotte]		

2016

# Novembre/Dicembre

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<b>LOMBARDO</b> Pasta al ragù di verdure Scaloppina impanata* Insalata *(Nido) Straccetti di vitello all'olio <b>07</b>	Lasagne* Piatto freddo Insalata di finocchi *(Nido) Passato di verdura con pastina <b>08</b>	Pasta Olio e peperoncino* Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Verdure cotte *(Nido) Pasta all'olio <b>09</b>	Minestrina in brodo di carne magra Bocconcini di petto di pollo agli agrumi Legumi all'olio <b>10</b>	Pasta al pomodoro Polpette Bastoncini di verdure crude <b>11</b>
	Pasta al ragù Piatto freddo Misto di verdure al forno <b>14</b>	<b>TOSCANO</b> Passato di verdura con pasta Cosce di pollo alla cacciatora* Patate in umido** *(Nido) Cosce di pollo in forno *(Nido) Patate lesse (Castelfranco Piandiscò) Legumi all'olio <b>15</b>	Risotto alla zucca Roast beef Insalata <b>16</b>	<b>VEGETARIANO</b> Pasta al pomodoro Frittata ai porri Verdure cotte saltate in brasiera <b>17</b>	Pasta al pesto d'inverno Bocconcini di pesce croccanti al forno* Carote julienne *(Nido) Pesce al forno <b>18</b>
	Minestrina in brodo vegetale Arista Legumi all'olio <b>21</b>	Pasta al pomodoro Filetto di pesce Misto di verdure cotte <b>22</b>	Pasta al pesto d'inverno Pollo e/o coniglio al forno * Carote julienne *(Nido e Materna) Cosce di pollo <b>23</b>	Lasagne * Piatto freddo Insalata mista *(Nido) Passato di verdura con riso <b>24</b>	<b>VEGETARIANO</b> Risotto ai porri Sformato di patate e formaggio Insalata mista <b>25</b>
	Pasta olio e peperoncino* Scaloppine alla pizzaiola** Verdure cotte *(Nido) Passato di verdura con pastina *(Nido) Hamburger <b>28</b>	Pasta alla crema di zucca Cosce di pollo al forno Verdure cotte* *(Castelfranco Piandiscò) Insalata mista <b>29</b>	Pasta al ragù di pesce * Frittata di spinaci Finocchi Trifolati *(Nido) Pasta all'olio e grana <b>30</b>	Pasta mediterranea* Fesa di tacchino al forno con salsa di verdure Insalata verde *(Nido) Passato di verdure con pastina <b>01</b>	Crema di legumi con pastina Piatto freddo Misto di verdure con patate <b>02</b>
			[Al Nido solo verdure cotte]		



2016

# Dicembre

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta al pomodoro Omelette Fagiolini olio e limone <b>05</b>	Pasta al ragù* Piatto freddo Bastoncini di verdure crude *(Nido) Passato di verdure con pastina <b>06</b>	Risotto porri e zucca Filetto di pesce impanato Verdure al forno <b>07</b>	Festa dell'Immacolata  <b>08</b>	Pasta alle erbe Hamburger di tacchino Verdure cotte <b>09</b>
*	Pasta aglio olio e peperoncino* Arista al forno Carote julienne *(Nido) Passato di verdure con riso <b>12</b>	Pasta alla crema di broccoli Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Verdure cotte <b>13</b>	Crema di legumi con pastina Hamburger di tacchino Finocchi trifolati <b>14</b>	Lasagne* Piatto freddo Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Pasta al pomodoro <b>15</b>	Risotto al pomodoro Frittata di verdura di stagione Fagiolini e carote cotte <b>16</b>
	Ravioli al pomodoro* Omelette Verdure cotte *(Nido) Riso al pomodoro <b>19</b>	Minestrina in brodo di carne magro Pollo e/o coniglio al forno* Insalata mista *(Nido e Materna) Cosce di pollo <b>20</b>	TOSCANO Pasta al pomodoro Polpette di vitello Insalata di cavolo cappuccio <b>21</b>	Pasta alle crema di zucca e porri Scaloppina di tacchino alla salvia Fagiolini al pomodoro <b>22</b>	Pasta al pesto d'inverno Bastoncini di merluzzo al pomodoro* Insalata verde *(Nido) Merluzzo olio e limone <b>23</b>
			[Al Nido solo verdure cotte]		

## \* Menù inverno



2017

# Gennaio/Febbraio

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
	Pasta rosè Piatto freddo Misto di verdure cotte  <b>09</b>	Pasta al ragù di verdure Hamburger Bastoncini di ortaggi crudi  <b>10</b>	Risotto alle erbe Filetto di pesce al forno con erbe aromatiche Verdure saltate in brasiera  <b>11</b>	Passato di legumi con pasta Cosce di pollo al forno Insalata mista  <b>12</b>	Pasta aglio olio e peperoncino* Polpette di verdure Fagiolini olio e limone *(Nido) Passato di verdure con pastina <b>13</b>
	Brodo vegetale con pasta Vitello al forno Legumi all'olio  <b>16</b>	Risotto alle verdure Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Insalata mista  <b>17</b>	Lasagne * Piatto freddo Carote julienne *(Nido) Passato di verdure con pastina  <b>18</b>	Pasta all'amatriciana* Hamburger di tacchino Finocchi stufati *(Nido) Riso all'olio e grana  <b>19</b>	Passato di verdura con crostini Scaloppine di petto di pollo Patate al forno* *(Nido Castelfranco Piandiscò) Patate lesse  <b>20</b>
	Pasta pomodoro Piatto freddo Finocchi trifolati  <b>23</b>	VEGETARIANO Passato di legumi con pastina Polpette di verdure Bastoncini di ortaggi crudi  <b>24</b>	Risotto ai porri Scaloppina di vitello alla pizzaioia* Insalata verde *(Nido) Straccetti di vitello all'olio  <b>25</b>	Pasta al pesto invernale Frittata di verdure di stagione Misto di verdure lesse  <b>26</b>	Pasta al pomodoro Filetto di pesce con trito di prezzemolo e aroma di limone Fagiolini lessi  <b>27</b>
	Pasta aglio, olio* Hamburger Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Pasta all'olio  <b>30</b>	Lasagne Piatto freddo Insalata verde *(Nido) Passato di verdure con riso  <b>31</b>	SENZA GLUTINE Passato di verdura con riso Omelette Patate lesse trifolate  <b>01</b>	Pasta al pomodoro Filetto di pesce agli agrumi Spinaci lessi  <b>02</b>	Pasta al ragù di verdure Bocconcini di tacchino in bianco Misto di verdure al forno  <b>03</b>
			[Al Nido solo verdure cotte]		

2017

# Febbraio/Marzo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
	Pasta al ragù* Piatto freddo Verdure saltate *(Nido) Riso olio e grana <b>06</b>	Brodo di verdure con pasta Spezzatino* Piselli *(Nido) Straccetti di tacchino all'olio <b>07</b>	Risotto alla zucca Filetto di pesce al forno Insalata mista <b>08</b>	Pasta all'erbette Polpette di verdure Carote julienne <b>09</b>	Pasta al pomodoro Scaloppina di pollo agli aromi Bastoncini di ortaggi crudi <b>10</b>	
	Pasta al pomodoro Fesa di tacchino con salsa di verdure Insalata <b>13</b>	Pasta alla carrettiera* Filetto di pesce al forno Carote trifolate *(Nido) Passato di verdura con pastina <b>14</b>	Passato di legumi con pastina Pollo e/o coniglio al forno* Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido e Materna) Cosce di pollo al forno <b>15</b>	Pasta al pesto d'inverno Scaloppina al limone Fagiolini al pomodoro o lessi olio e limone <b>16</b>	Lasagne* Piatto freddo Insalata mista *(Nido) Risotto olio e grana <b>17</b>	
	Pasta aglio olio e peperoncino* Frittata di verdure di stagione Fagiolini olio e limone *(Nido) Pasta all'olio <b>20</b>	<b>EMILIANO</b> Tortellini al pomodoro* Piatto freddo Patate al forno *(Nido) Passato di verdura con riso <b>21</b>	Risotto zucca Hamburger di tacchino Verdure saltati in brasiera* *(Castelfranco Piandiscò) Verdure lesse <b>22</b>	Pasta al pomodoro Bocconcini di merluzzo croccanti* Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Merluzzo al forno <b>23</b>	Crema di porri con pastina Scaloppine di maiale magro alla salvia* Carote all'olio *(Nido) Scaloppine di tacchino alla salvia <b>24</b>	
	Brodo di verdura con pasta Scaloppine alla pizzaiola* Legumi all'olio *(Nido) Scaloppina all'olio <b>27</b>	Pasta al ragù di verdure (bianco) Fesa di tacchino al forno Spinaci <b>28</b>	<b>LE CENERI</b> Lasagne* Piatto freddo (formaggio) Insalata *(Nido) Pasta al pomodoro <b>01</b>	<b>TOSCANO</b> Pasta al pesto d'inverno* Cosce di pollo alla cacciatora** Carote julienne *(Nido) Passato di verdura con pastina ** cosce di pollo in bianco <b>02</b>	<b>QUARESIMA</b> Pasta al pomodoro Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Fagiolini all'olio e limone <b>03</b>	
			[Al Nido solo verdure cotte]			






2017

# Marzo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta all'erbette Hamburger Insalata verde  <b>06</b>	Pasta al ragù Piatto freddo Misto di verdure lesse *(Nido) Passato di verdura con riso  <b>07</b>	Pasta al pomodoro Frittata di verdura Bastoncini di ortaggi crudi  <b>08</b>	Risotto ai porri e spinaci Filetto di pesce con trito di prezzemolo e aroma di limone Spinaci olio e limone  <b>09</b>	<b>QUARESIMA</b> <b>VEGETARIANO</b> Crema di legumi con pastina Polpette di verdure Insalata mista  <b>10</b>
	Pasta al pesto d'inverno Polpettone o polpette Carote julienne  <b>13</b>	Risotto alle verdure di stagione Pollo e/o coniglio al forno* Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido e Materna) Cosce di pollo  <b>14</b>	Passato di verdura con pasta Fesa di tacchino al forno Patate al forno  <b>15</b>	Lasagne * Piatto freddo Insalata verde *(Nido) Risotto olio e grana  <b>16</b>	<b>QUARESIMA</b> Pasta al pomodoro Filetto di pesce agli agrumi Spinaci lessi  <b>17</b>
	Ravioli al pomodoro* Omelette Carote brasate *(Nido) Passato di verdure con pastina  <b>20</b>	Pasta al ragù di verdure Hamburger Bastoncini di ortaggi crudi  <b>21</b>	Risotto all'erbette Filetto di pesce al forno con erbe aromatiche Verdure saltate in brasiera  <b>22</b>	Pasta integrale (se disp.) aglio olio e peperoncino* Polpette di verdure Verdure cotte *(Nido) Pasta comune all'olio  <b>23</b>	<b>QUARESIMA</b> Passato di legumi con pasta Piatto freddo Insalata mista  <b>24</b>
	Brodo vegetale con pasta Vitello al forno Legumi all'olio  <b>27</b>	Risotto alle verdure Scaloppine di petto di pollo Fagiolini all'olio e limone  <b>28</b>	Lasagne * Piatto freddo Carote julienne *(Nido) Pasta al pomodoro  <b>29</b>	Passato di verdura con crostini Hamburger di tacchino Patate al forno o lesse  <b>30</b>	<b>QUARESIMA</b> Pasta alla mediterranea * Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Insalata di finocchi *(Nido) Passato di verdura con pastina  <b>31</b>
			[Al Nido solo verdure cotte]		

2017



# Aprile

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Pasta al ragù di pesce* Piatto freddo Finocchi trifolati *(Nido) Risotto olio e grana <b>03</b>	Crema di legumi con pastina Polpette di verdure Bastoncini di ortaggi crudi <b>04</b>	Risotto ai porri Scaloppina di vitello alla pizzaiaola* Insalata verde *(Nido) Straccetti di vitello alla salvia <b>05</b>	Pasta al pesto invernale Frittata di verdure di stagione Misto di verdure lesse <b>06</b>	<b>QUARESIMA</b> Pasta al pomodoro Filetto di pesce con trito di prezzemolo e aroma di limone Insalata mista <b>07</b>
	<b>LAZIALE</b> Pasta all'amatriciana* Hamburger Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Passato di verdure con pastina <b>10</b>	Lasagne* Piatto freddo Insalata verde *(Nido) Risotto olio e grana <b>11</b>	Passato di verdura con pasta Omelette Patate lesse trifolate <b>12</b>	<b>Giovedì Santo</b>  <b>13</b>	<b>Venerdì Santo</b>  <b>14</b>
	* <b>Lunedì dell'Angelo</b>  <b>17</b>	<b>Festa</b>  <b>18</b>	Risotto all'olio e prezzemolo Roast beef Legumi all'olio <b>19</b>	<b>VEGETARIANO</b> Passato di verdura con pasta Crocchette di patate e verdure Bastoncini di verdure crude <b>20</b>	Orzotto con verdure* Scaloppine di tacchino al limone e salvia Verdure cotte *(Nido) Passato di verdure con riso <b>21</b>
	Pasta alle erbe* Hamburger Fagiolini al pomodoro <b>24</b>	<b>Festa della Liberazione</b>  <b>25</b>	Pasta al ragù Piatto freddo Misto di carote patate lesse <b>26</b>	Pasta al pomodoro Scaloppine di tacchino impanate* Insalata mista *(Nido) Scaloppine di tacchino al limone <b>27</b>	<b>TOSCANO</b> Pasta tricolore olio e peperoncino* Pollo alla cacciatora** Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Passato di verdure con pastina **(Nido) Cosce di pollo <b>28</b>
			[Al Nido solo verdure cotte]		

\*  
**Menù primavera/estate**

2017

# Maggio/Giugno

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<b>Festa dei Lavoratori</b>  <b>01</b>	Ravioli ricotta e spinaci burro e salvia * Piatto freddo Zucchine al pomodoro *(Nido) Risotto olio e grana <b>02</b>	Farro con pomodorini e basilico (caldo)* Bocconcini di petto di pollo Insalata di cavolo verza *(Nido) Riso al pomodoro <b>03</b>	SENZA GLUTINE Passato di verdure con riso Arista al forno Legumi all'olio <b>04</b>	Pasta al pesto Filetto di pesce impanato cotto al forno * Carote julienne *(Nido) Filetto di pesce al forno <b>05</b>
	Brodo vegetale con pastina Scaloppine alla pizzaiola* Pisellini *(Nido) Hamburger di vitello all'olio <b>08</b>	Pasta al ragù di verdure Cosce di pollo al forno Carote e zucchine trifolate* *(Castelfranco Piandiscò) Carote julienne <b>09</b>	PUGLIESE Pasta all'olio Zuppa alla salentina (calamari e patate)* *(Nido) Filetto di pesce al forno <b>10</b>	Lasagne alle verdure* Piatto freddo Insalata mista *(Nido) Passato di verdure con riso <b>11</b>	Risotto al pomodoro Polpettine di verdure Bastoncini di ortaggi crudi <b>12</b>
	Pasta al pesto* Hamburger Insalata verde *(Nido) Passato di verdure con pastina <b>15</b>	TOSCANO Pasta e fagioli* Pecorino** Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Passato di legumi con pastina **stracchino <b>16</b>	Pasta alle erbe Crocchette di patate e verdure Zucchine e carote lesse <b>17</b>	Pasta pomodoro fresco e basilico Filetto di pesce al forno Carote julienne <b>18</b>	Pasta olio e peperoncino * Scaloppine di tacchino al limone e salvia Verdure cotte** *(Nido) Pasta all'olio *(Castelfranco Piandiscò) Verdure crude <b>19</b>
	Farro con pomodorini e basilico (caldo)* Arista al forno con salsa di verdure Fagiolini *(Nido) Riso al pomodoro <b>22</b>	Pasta al pesto di zucchine Filetto di pesce al pomodoro* Zucchine lesse *(Nido) Filetto di pesce al forno <b>23</b>	Lasagne alle verdure* Piatto freddo Insalata mista *(Nido) Riso alle verdure <b>24</b>	Pasta Pizzaiola (origano)* Bocconcini di petto di pollo al limone Legumi all'olio *(Nido) Passato di verdure con pastina <b>25</b>	Pasta integrale al pesto * Hamburger di tacchino Bastoncini di ortaggi crudi *(Nido) Pasta comune <b>26</b>
	<b>VEGETARIANO</b> Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro* Omelette Bastoncini ortaggi crudi *(Nido) Pasta pomodoro e ricotta <b>29</b>	Pasta alle melanzane (con pomodoro) * Scaloppine di petto di pollo alla salvia Verdure cotte *(Nido) Pasta con le verdure <b>30</b>	Risotto allo zafferano* Polpettine di verdure Insalata di pomodori *(Nido) Risotto all'olio <b>31</b>	Pasta al pesto Merluzzo al pomodoro Carote julienne <b>01</b>	<b>Festa della Repubblica</b>  <b>02</b>
			[Al Nido solo verdure cotte]		

2017

# Giugno

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
	Pasta al ragù di pesce * Caprese Mozzarella e pomodori *(Nido) Pasta olio e grana <b>05</b>	CAMPANO Pasta alle erbe Polpettine in bianco Insalata mista *(Nido) Polpettine in bianco <b>06</b>	Farro al pesto con pomodorini * Filetto di pesce impanato** Fagiolini e zucchine trifolate *(Nido) Risotto al pomodoro - ** Filetto di pesce al forno <b>07</b>	Pasta pomodoro fresco e basilico Fesa di tacchino Insalata di pomodori e cetrioli <b>08</b>	Pasta alle melanzane Cosce di pollo al forno Bastoncini di ortaggi crudi <b>09</b>	
	Pasta al pesto Hamburger Zucchine e carote lesse <b>12</b>	Passato di legumi con pasta Piatto freddo Bastoncini di ortaggi crudi <b>13</b>	Pasta alle erbe Tortino di zucchine ricotta e prosciutto cotto Insalata verde <b>14</b>	Pasta al pomodoro Filetto di pesce al forno Carote trifolate <b>15</b>	Pasta olio Scaloppine di tacchino al limone e salvia Verdure cotte <b>16</b>	
	Farro con pomodorino e basilico (caldo) Arista al forno Fagiolini <b>19</b>	Pasta al pesto di zucchine Filetto di pesce al forno Insalata mista <b>20</b>	Pasta al ragù Piatto freddo Misto di verdure trifolate <b>21</b>	Passato di verdure con crostini Bocconcini di petto di pollo al limone Legumi all'olio <b>22</b>	Pasta al pesto Hamburger di tacchino Bastoncini di ortaggi crudi <b>23</b>	
	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Omelette Carote, zucchine e fagiolini trifolati <b>26</b>	Pasta alle melanzane (con pomodoro) Scaloppine di petto di pollo alla salvia Verdure cotte <b>27</b>	Crema di verdure con riso Polpettine di verdure Bastoncini di ortaggi crudi <b>28</b>	Pasta al pesto Merluzzo al pomodoro Carote julienne <b>29</b>	Pasta al tonno Piatto freddo Fagiolini <b>30</b>	
			[Al Nido solo verdure cotte]			

# Diete speciali

Nel caso di bambini affetti da patologie particolari, allergie alimentari o intolleranze, la mensa centralizzata è attiva per preparare diete differenziate dal vitto comune. Queste diete sono preparate da personale informato e istruito ad utilizzare misure di attenzione al fine di evitare contaminazioni. Le pietanze vengono confezionate in contenitori singoli sui quali viene riportato il nome del bambino in modo da non generare errori nella distribuzione presso i refettori.

## **Vitto per disturbo gastro-intestinale**

Pasta o riso all'olio (senza parmigiano)

Carne di pollo o tacchino, arista magra o pesce, lessati o al forno senza condimenti aggiunti

Patate lesse

Pane

## **Dieta in bianco**

Questo tipo di dieta non può essere richiesta senza certificazione medica, con riportata la patologia.

## **Dieta per intolleranza al glutine**

Vien preparato lo stesso tipo di menù, ma utilizzando prodotti privi di glutine.

Nel confezionamento dei pasti vien tenuto conto il concetto di uguaglianza dei piatti, esempio il formato della pasta sarà il più possibile uguale a quello utilizzato per il menù standard.

## **Dieta per intolleranza al pomodoro**

Tutte le preparazioni che prevedono il pomodoro saranno proposte in bianco (olio extravergine) o con ragù di verdure di stagione: melanzane, zucchine, zucca, etc.

## **Dieta per intolleranza al pesce**

Tutte le proposte del menu a base di pesce saranno sostituite con formaggio tipo mozzarella, stracchino, pecorino, ricotta, carne di pollo o tacchino, di manzo, prosciutto crudo o cotto, uova o legumi.

## **Dieta per intolleranza ai latticini**

Si esclude il latte vaccino e derivati:

lasagne: besciamella preparata con latte di soia;

formaggio sarà sostituito da carne di vitello o pollo, tacchino, pesce o uovo.

## **Dieta per intolleranza all'uovo**

Si esclude l'uovo dalle varie preparazioni: la frittata sarà sostituita con carne di manzo o pollo o tacchino, prosciutto crudo o cotto, pesce o formaggio; lasagne sono preparate con pasta senza uovo.

## **Diete speciali per motivi religiosi**

I primi piatti a base di pasta ripiena tipo tortellini (carne e prosciutto) o conditi con ragù di carne sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio al burro o condimenti a base di verdura.

Il secondo piatto a base carne, di pollo o tacchino, di prosciutto crudo e cotto e di pesce saranno sostituiti con: uova sode, frittata di solo uovo, polpette di patate e formaggio, formaggio tipo mozzarella, ricotta, caciotta, parmigiano, legumi.



# Menù nido

Strutture private di  
Faella Piandiscò

Viene adottato lo stesso tipo di menù con le necessarie modifiche per rendere i piatti idonei all'alimentazione della prima infanzia.

Pertanto:

- ridotto l'uso del sale e delle spezie;
- semplificate le ricette, esempio solo pasta al pomodoro anziché pasta alla mediterranea;
- semplificate le preparazioni e le cotture, esempio pesce al forno anziché pesce alla livornese;
- le verdure sono solo cotte;
- il formaggio distribuito è lo stracchino e grana padano;
- il prosciutto solo del tipo cotto (senza polifosfati e senza glutine)
- tutti i cibi vengono frullati e/o sminuzzati;



## Rischio allergeni

Nei casi in cui siano presenti utenti allergici il personale avrà cura di valutare e gestire tale aspetto nella seguente modalità.

- a. Ricevere ed archiviare una dichiarazione scritta, rilasciata da personale medico di comprovata allergia alimentare da parte dell' alunno
- b. Mettere al corrente il Responsabile dell'Autocontrollo (R.A.) della situazione individuata. Insieme al personale impiegato, valuterà le strategie più efficaci da mettere in atto per contenere il rischio.
- c. Informare tutti gli operatori che gravitano in cucina sulle corrette procedure applicate.

Per completezza di informazione, si riporta di seguito la lista degli allergeni alimentari ai sensi del Decreto Legislativo 8 febbraio 2006, n. 114.

## Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze

1. Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:

- a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio
- b) maltodestrine a base di grano
- c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
- d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.

2. Crostacei e prodotti a base di crostacei.

3. Uova e prodotti a base di uova.

4. Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:

- a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
  - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
5. Arachidi e prodotti a base di arachidi.

6. Soia e prodotti a base di soia, tranne:

- a) olio e grasso di soia raffinato ( 1 );
- b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
- c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
- d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.

7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:

- a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
- b) lattiolio.

8. Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.

9. Sedano e prodotti a base di sedano.

10. Senape e prodotti a base di senape.

11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.

12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO<sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.

13. Lupini e prodotti a base di lupini.

14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.IT 22.11.2011.



## I disegni dei bambini





**CENTROPLURISERVIZI**  
S.p.A.

6° Strada Poggilupi, 353 - Uscita A1 Valdarno - 52028 Terranuova Bracciolini (AR)

Tel. +39 055 9199225 - Fax + 39 055 9198389

eMail: [info@centropluriservizi.com](mailto:info@centropluriservizi.com) - Pec: [centropluriservizispa@lamiapec.it](mailto:centropluriservizispa@lamiapec.it)

[www.centropluriservizi.com](http://www.centropluriservizi.com)