



Servizio Ristorazione Scolastica

MENU'



Comune di
Montevarchi

Comune di
Castiglion
Fibocchi

Comune di
Castelfranco
Piantiscò

Responsabili Centro Cottura di
Montevarchi, Castiglion Fibocchi, Castelfranco-Pian Di Scò

ANNO SCOLASTICO 2015-2016

STAGIONALI

A cura della Dott.ssa **Sandra Bonannini** (Dietista)

Menù approvato da AZIENDA USL 8 AREZZO Dipartimento Prevenzione
Unità Funzionale Igiene Pubblica e Nutrizione con Protocollo n. 50064



INTRODUZIONE

Cari bambini, cari genitori, siamo a proporVi il menù della mensa scolastica per l'a.s. 2015-2016, nato dalla collaborazione fra i responsabili della società che gestisce la mensa scolastica (Centro Pluriservizi S.p.a), i responsabili della cucina (centro cottura di Montevarchi, e Castelfranco-Pian di Scò) la dietista, i rappresentanti della commissione mensa (genitori , insegnanti) ed i rappresentanti dell'amministrazione comunale del Comune di Montevarchi e Castelfranco-Pian di Scò e Castiglion Fibocchi.

La definizione dei pasti è il risultato dell'intersezione tra componenti di diversa natura:

- analisi tecnica dei fabbisogni energetici e nutrizionali, degli utenti;
- il rispetto dei gusti delle abitudini e delle tradizioni culturali e del territorio;
- la stagionalità degli alimenti;
- l'organizzazione del servizio, le attrezzature della cucina, il personale tecnico a disposizione;
- i suggerimenti da parte degli insegnanti, delle famiglie, della Commissioni Mensa, della rappresentanza delle Unità di Controllo del Comune.
- il livello di gradimento dei piatti da parte dei bambini rilevato durante le visite effettuate dalla dietista presso il Centro Mensa e le sezioni della Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado Tutti questi aspetti hanno determinato ed orientato le scelte finali.

La Refezione Scolastica si muove in una direzione di consapevolezza dell'importanza di una sana alimentazione per la crescita e per il mantenimento di un buono stato di salute. Questo Servizio, oltre all'offerta di un pasto nutrizionalmente equilibrato ha un ruolo prettamente educativo finalizzato ad incidere favorevolmente sulle conoscenze, atteggiamenti e comportamenti alimentari sia in ambito scolastico che familiare.

Per la buona riuscita di ogni intervento educativo è necessaria una continuità fra la scuola e la famiglia, a tal proposito prima di presentare il nuovo menù, che Vi consigliamo di leggere con attenzione, vogliamo darVi alcuni utili consigli per una corretta alimentazione.

MANGIARE SANO A CASA COME A SCUOLA

Mangiare lentamente e variare i cibi.

La colazione del mattino, preferibilmente fatta a casa, deve essere sana e abbondante per dare ai bambini l'energia necessaria per affrontare la giornata. Assecondate il gusto del bambino, alcuni gradiscono una colazione tradizionale con latte o yogurt abbinati a biscotti secchi, torta casalinga, pane e marmellata.

Altri gradiscono una colazione salata esempio con cracker o pane tostato e poco formaggio magro come ricotta, abbinato ad una spremuta o frullato di frutta fresca.

Evitare il più possibile cibi e bevande zuccherati e confezionati.

Se la prima colazione è ricca e ben equilibrata, è sufficiente interrompere la mattina a scuola con un piccolo spuntino: un frutto, un vasetto di yogurt, un pacchetto di cracker. Lo spuntino deve essere pratico, leggero e di facile digestione per poter arrivare al pranzo con un sano appetito. Evitare cibi e bevande confezionati sia dolci che salati, in particolare patatine in sacchetto, barrette al cioccolato, panini super farciti, pizza e bibite.

La merenda del pomeriggio deve essere genuina e leggera: frullati di latte e frutta, yogurt, gelato alla frutta, pane e olio, pane pomodoro, pane e marmellata, ciambellone casalingo, crostata di frutta fatta in casa. Anche in questo caso è bene evitare panini "super farciti" e pizza; se si deve praticare sport sono cibi troppo pesanti che richiedono una digestione lunga ed impegnativa, se invece non si pratica nessuna attività fisica sono un inutile eccesso calorico.

Il pranzo è un pasto completo e deve comprendere almeno una porzione di:

- Carboidrati scegliendo fra pane, pasta, riso, cereali, patate e legumi
- Proteine scegliendo fra carne bianca, pesce il cui consumo dovrebbe essere incentivato a sfavore di quello della carne in particolare se rossa, formaggio magro, salumi magri e uova
- Grassi rappresentati da olio extravergine d'oliva, usato a crudo e con moderazione
- Alimenti protettivi ricchi in fibra, vitamine e sali minerali come la verdura fresca e la frutta di stagione

Come il pranzo anche la cena deve essere un pasto completo, iniziando con un primo piatto a minestra e completato con cibi semplici e di facile digestione. È un'occasione per riscoprire con tutta la famiglia riunita a tavola, i prodotti genuini e le ricette della nostra tradizione e cultura regionale.

Stimolare l'uso delle verdure.

I bambini non amano le verdure! Ma non dobbiamo arrenderci, è necessario insistere proponendo varietà di verdure, inventando nuove preparazioni, coinvolgendo nella scelta e nella preparazione il bambino stesso.

Riscoprire il gusto dei legumi, che dovrebbero essere mangiati almeno una volta a settimana in combinazione con primi piatti o come contorno.

I legumi se proposti in combinazione con verdure e cereali rappresentano un ottimo piatto gustoso colorato energetico che nulla ha da invidiare al classico piatto di carne.

Favorire il consumo d'acqua anche del rubinetto, evitando l'uso di bibite gassate e succhi di frutta confezionati, che devono essere limitati a situazioni particolari come una festa, un compleanno.

Mangiare con gusto e colore utilizzando erbe aromatiche e spezie, limitando l'uso del sale.

Limitare l'uso dei dolci, riscoprendo il gusto della torta casalinga.

Coinvolgete i bambini nella preparazione del pasto, solo così si renderanno conto della fatica necessaria per mettere un pasto in tavola.

Spegnete la televisione, i videogiochi, lasciate da parte il cellulare per chiacchierare con i nostri bambini seduti intorno a una tavola apparecchiata con cura. Condividere il momento della tavola, mangiare insieme induce la produzione di 'ossitocina' un ormone che ci fa sentire 'più felici'. Insegnare ai bambini gli effetti benefici del cibo sano sulla psiche, è un importante aspetto dell'educazione alimentare. Per concludere, muovetevi di più;

MENU' SCOLASTICO ANNO 2015-2016

Il menù della ristorazione scolastica gestito dal Centro Pluriservizi S.P.A, è redatto ed elaborato nel rispetto dei criteri espressi nei seguenti documenti:

- Livelli Raccomandati di Assunzione e Nutrienti (LARN), fissati dall'Istituto Nazionale di Ricerca degli Alimenti e della Nutrizione, (INRAN), in base all'età degli utenti;
- Linee Guida Refezione Scolastica della Regione Toscana anno 2010
- 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 dai 3 ai 6 anni,
- ragazzi dai 6 agli 11 anni (scuola primaria)
- ragazzi dagli 11 ai 14 anni (scuola secondaria di primo grado);

Le tabelle dietetiche propongono

- Menù autunnale da Settembre a fine Novembre articolato su 4 settimane
- Menu invernale da 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 di base semplice, composto da pietanze che riscuotono un consenso unanime e sono stati inseriti a piccole dosi i piatti più critici (legumi, pesce, vegetali in genere), proponendo l'accostamento di un "piatto critico" ad uno "sicuro". Queste scelte hanno l'obiettivo di guidare gradualmente verso scelte alimentari salutari.

QUALITA' DEGLI ALIMENTI

E' previsto l'utilizzo di prodotti biologici e di filiera corta : pasta, riso, olio extravergine, pane, yogurt , prosciutto crudo toscano ecc..

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.

PRODOTTO	GENERALI CARATTERISTICHE MERCEOLOGICHE
Pasta	Pasta di semola di grano duro di produzione locale
Riso	Riso parboiled
Pane	Pane toscano fresco, di produzione locale
Formaggi	Grana Padano, Mozzarella, Stracchino, Ricotta nazionale, Pecorino toscano.

Yogurt	Yogurt, al naturale o con frutta, di latte vaccino intero
Latte	Latte parzialmente scremato a lunga conservazione (UHT)
Prosciutto cotto	Prodotto nazionale senza polifosfati, caseinati, lattati, e nitrati, e glutine
Prosciutto crudo	Prosciutto crudo tipo toscano
Carne	Fresche refrigerate di: pollo, tacchino, suino e manzo. I prodotti sono tutti di provenienza locale o nazionale , certificati , e con indicazione della filiera di produzione
Pesce	Surgelato nella varietà di: filetti di platessa, merluzzo, anelli di totani
Uova	Di gallina intere di categoria A extra di produzione biologica, di gallina sgusciate, 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 o locale: insalata , pomodori, carote, zucca, cavolfiore, cavolo verza, broccoli, finocchi , spinaci, bietola ecc.. 1° Categoria
Verdure surgelate	Piselli, bieta, spinaci, fagiolini
Patate	Sempre fresche di produzione locale, anche per il purè di patate
Legumi <small>(seccchi o surgelati)</small>	Ceci, fagioli, piselli, lenticchie
Sale condimento	Sale marino iodato
Olio	Olio extravergine d'oliva di produzione locale e biologica

METODI DI COTTURA

Tra i metodi di cottura sono da privilegiare quelli più semplici che limitano l'uso dei grassi e mantengono inalterate le caratteristiche nutrizionali ed organolettiche degli alimenti come:

- lessatura
- cottura al vapore
- cotture al forno
- cottura alla griglia o alla piastra
- cottura brasata o stufata

Non è mai prevista la frittura, tutti i piatti “impanati” vengono cotti in forno, senza aggiunta di grassi di cottura. Grasso utilizzato in cottura: olio extravergine d'oliva.

SI PRECISA CHE

- tutte le preparazioni vengono effettuate nella stessa giornata dell'utilizzo;
- è 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, ecc..
- è assolutamente vietato l'uso di dado, estratto di carne, granulati per brodo, esaltatori di sapidità.

PRIMI PIATTI ASCIUTTI

- Pasta rosé: pomodoro e latte
- Pasta alla carrettiera: pomodoro aglio e basilico
- 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 al ragù di verdure: sedano, carota, cipolla (le verdure possono essere in piccoli pezzi o in crema : crema di porri , crema di carciofi)

MINESTRA

- Passato o vellutata (senza latte) di verdura fresca di stagione o surgelata o di legumi, con aggiunta di pastina, riso, crostini di pane tostato
- Brodo di carne magro, con aggiunta di pastina
- Passato di legumi, preparato con legumi secchi, cipolla carota e brodo vegetale, con aggiunta di pasta, riso o crostini di pane tostato.

SECONDI PIATTI

- Polpette: sono preparate presso il centro cottura di riferimento, con carne macinata o pesce, patate o pane e uovo; impanati solo con farina e pane grattato; non vengono utilizzati prodotti surgelati, precotti.
- Hamburger di carne: vitello o tacchino e pane
- Scaloppine di pollo, tacchino, vitello o maiale magro sono infarinate e cotte in brasiera - teglia in forno
- Bocconcini di pollo o tacchino croccanti e pesce croccante sono impanati con pan grattato
- Sformato di verdure: verdure di stagione, uovo, latte e maizena.
- Se non specificato, non contiene besciamella, burro, panna; idem per le torte di verdure.
- Piatti a base di pesce: merluzzo o filetti di platessa gratinato al forno, con pomodori, erbe aromatiche

CONTORNI

Verdure crude

Insalata verde del tipo lattuga, radicchio

Insalata mista: lattuga, radicchio , cavolo cappuccio, finocchio, pomodoro
(a seconda della stagione)

Carote

Pomodoro da insalata

Cavolo cappuccio

Cetrioli

Finocchi

Verdure cotte

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

Bietola , spinaci e rapi, 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

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 casalinga e prodotte presso il centro di cottura di Monteverchi, Castelfranco-Pian di Scò, in relazione agli accordi stabiliti con il personale. Gli ingredienti utilizzati sono: uova omogeneizzate, pastorizzate, refrigerate in tetrapak, latte UHT, farina tipo 00, frutta fresca. Non è previsto l'uso di panna, burro, margarina, olio di semi, crema.

GESTIONE DELLA PORZIONE

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.

MODIFICHE DEL MENU (IN CASO DI PROBLEMATICHE ORGANIZZATIVE)

Esempio: mancata fornitura delle derrate alimentari, sciopero del personale docente e non docente, ecc...

Il menu potrà subire delle modifiche e sarà unificato: pasta o riso conditi con olio extravergine d'oliva; prosciutto crudo o cotto, formaggio o tonno; verdure crude; pane e frutta.



GIORNATE CON MENU A TEMA

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

MENU SENZA GLUTINE

I bambini consumeranno un pasto preparato con cibi naturalmente privi di glutine. Sulle tavole verrà distribuito pane senza glutine. Nell'iniziativa è coinvolta l'AIC (sede provinciale).

MENU TOSCANO

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

MENU 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, sfornati, polpette vegetariane.

I MENU' DELLA TRADIZIONE REGIONALE

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

MENÙ CAMPANO

Lonza alla napoletana

MENÙ SICILIANO

Pasta alla norma (melanzane e ricotta)

MENÙ PUGLIESE

Zuppa alla salentina (calamari e patate)

MENÙ LOMBARDO

Finocchi alla milanese;

MENÙ EMILIANO

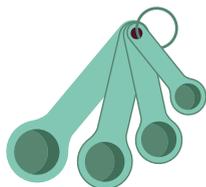
Tortellini

MENÙ MOLISANO

Pasta alla molisana

MENÙ LIGURE

Zuppa di ceci e bietole (*Zimin*)



LE RICETTE

Di seguito riportiamo la ricetta di alcuni piatti speciali proposti nel menù, affinché possano essere ripresentati anche nell'ambito familiare.

N.B. Le grammature si riferiscono a una persona.

TORTINO DI VERDURE

Uovo	g. 30 (mezzo a porzione)
Verdure di stagione	g. 150
Patata	g. 150
Olio extravergine	un cucchiaio
Parmigiano	un cucchiaio



Cuocere le verdure (esempio le zucchine o gli spinaci o il cuore dei carciofi), lessare le patate precedentemente tagliate e fette sottili.

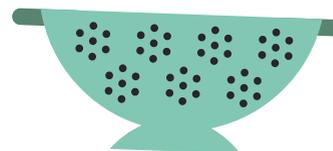
In una pirofila da forno,disporre a strati alternati le verdure e le patate precedentemente condite ; a parte sbattere l'uovo con il parmigiano, distribuire sulle verdure.

Cuocere in forno per circa 15-20 minuti a 180 °C.

N.B. Le verdure possono essere a piccoli pezzi o frullate.

PESTO INVERNALE (una persona)

Spinaci o cavolo nero	q.b.
Olio extravergine	g. 10 un cucchiaino
Parmigiano reggiano	g. 10 un cucchiaino
Cipolla, scalogno	q.b.
Pinoli	g. 10 un cucchiaino
Sale pepe	q.b.



Pulire le foglie di cavolo nero (eliminare la costola) o gli spinaci, stufare in teglia con acqua, cipolla o scalogno; aggiungere i pinoli, il parmigiano e l'olio, passare al mixer, aggiustare di sale. Gli spinaci possono essere: freschi, crudi, surgelati, cotti.

ZIMINO O ZEMIN Zuppa di ceci e bietole alla genovese

Ceci secchi ammollati per una notte	g. 100
Bietole	q.b. (circa g. 200)
Cipolla, sedano carota, prezzemolo, alloro, aglio, salvia, rosmarino	q.b.
Passata di pomodoro	circa un cucchiaio
Peperoncino	se gradito
Olio evo	un cucchiaio g. 10



Cuocere i ceci in acqua salata con l'alloro, la salvia e lo spicchio d'aglio. Prelevate con un cucchiaio traforato (schiumarola) circa mezza porzione e passateli al frullatore o con il mixer. Preparare un trito di sedano, cipolla, carote, aggiungere le foglie di bietola precedentemente lavate e ridotte in piccoli pezzi, l'olio e la passata di pomodoro; far cuocere lentamente mescolando di tanto in tanto. A metà cottura aggiungete la passata di ceci, i ceci interi con l'acqua di cottura e se necessario allungare con altra acqua, lasciare cuocere per un po' affinché i vari ingredienti si amalgamino per bene.

LONZA ALLA NAPOLETANA

Lonza di maiale magro	g. 100
Passata di pomodoro	q.b.
Olio extravergine	g. 10, un cucchiaino
Cipolla	q.b.
Sale e pepe	q.b.
Pinoli e uvetta	un pugno



Battere le fettine di lonza, mettere sopra ognuna un pò di uvetta e di pinoli, un pizzico di sale e pepe. Durante la rosolatura aggiungere la passata di pomodoro e far completare la cottura a fuoco lento.

ZUPPA DI CALAMARI E PATATE ALLA SALENTINA

Calamari	g. 80
Patate	g. 50
Olio d'oliva extra-vergine	un cucchiaino
Aromi: prezzemolo e peperoncino, aglio	q.b.
Passata di pomodoro	q.b.



Unire in casseruola i calamari tagliati pezzettoni insieme alle patate anche queste ridotte a pezzettoni, l'aglio l'olio ed il peperoncino, far cuocere per circa 10 minuti, aggiungere la passata di pomodoro e completare la cottura per altri 10 minuti (se necessario aggiungere il brodo vegetale o acqua per diluire il sughetto).



LA MERENDA PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA (COMUNE DI MONTEVARCHI)

Lunedì	Frutta fresca
Martedì	Latte e biscotti
Mercoledì	Frutta fresca
Giovedì	Yogurt
Venerdì	Frutta fresca

- प्रेसुमि कोरी या क्यूरी, चीन या रोल्फी
- सफर
- डेट और फल

मर्जी का वेपू- जब हो सके तब प्रेसुमि के साथ संयुक्त किए जायें।

विशेष फल

सबू जर्न में दौरान सीमितक रोज के बारे में जानकारी बढ़ाने के लिए 3 दिन निर्दिष्ट किए गए हैं

- बुधवार, 23 अक्टूबर 2013
- वीरवार, 27 अक्टूबर 2013
- गुरुवार 27 मई 2013

इन दिनों में अपने सहायक कोडों में क्या करना चाहिए जो सीमितक बन्धों के लिए भी उपयुक्त होगा। सब को बिना लम की डेट भी जाणूनी।

एक फल में AIC (डिस्टिक्ट डेटाबेस) शामिल है और विद्यार्थी में सुच-नामक वाली जानकारी बढ़ाने के लिए प्रसिद्ध है।

विशेष अक्षर

विशेष फल कोडों में विशेष अक्षर की आवश्यकता बढ़ गई है विद्यार्थी के अनुसंधान, नैतिक और शक्ति बढ़ाने में।

एकमात्र अक्षर करना एक संयुक्त नाम है। दौरान की फेडरेशन रोज कर्मियों को देना एक है।

अनुसंधान एक वैश्विक स्टार्टिफिकेट के द्वारा किया जाता है। विशेष अक्षर कि वृद्धता मरी बन्धों के साथ किए को चाहिए कि बन्धों के डाक्टर का स्टिफिकेट है जिसमें उनकी विद्यार्थी, स्वयं और सब मरी या सफर है सब किया है।

वीरवार में सफर

- सफर या सफर देना के साथ (बिना परीक्षाओं के)
- सुबह या मध्यह्न, उपरान्त या रात पर फल कर
- लम्बे समय
- डेट और फल

रोज सफर सफर

एक प्रकार का अक्षर डाक्टर के स्टिफिकेट (जिसमें विद्यार्थी किसी हो) के बिना नहीं मिल सकता।

सब सुबह अक्षर

मरी वेपू वैश्विक विधि उपरान्त (डेट कम और भयान फल भी) का उपयोग होता है। वेपू में उपरान्त सफर और अक्षर स्टैण्डर्ड वेपू फल हो।

डाक्टर बरदाय्य ना हो

का सब विधि उपरान्त पढ़ा है बिना डाक्टर के साथ (देना या फल उपरान्त) का दौरान की सफरों के साथ - रोल्फी, कोरी, क्यूरी, जर्नी...

मर्जी बरदाय्य ना हो

सबू में सब की सफर कोडों उपरान्त सफर चीन के सहायक, सफर, उपरान्त, विद्यार्थी, फेडरेशन, मरी- सुबह, रात, सफर का, प्रेसुमि कोरी या क्यूरी।

सूच और डेट बरदाय्य ना हो

सूच और डेट उपरान्त का प्रयोग नहीं करते-

- ▶ सफर- विद्यार्थी सफर के सूच में बनती है

- प्रेसुमि कोरी या क्यूरी, चीन या रोल्फी
- सफर
- डेट और फल

मर्जी का वेपू- जब हो सके तब प्रेसुमि के साथ संयुक्त किए जायें।

विशेष फल

सबू जर्न में दौरान सीमितक रोज के बारे में जानकारी बढ़ाने के लिए 3 दिन निर्दिष्ट किए गए हैं

- बुधवार, 23 अक्टूबर 2013
- वीरवार, 27 अक्टूबर 2013
- गुरुवार 27 मई 2013

इन दिनों में अपने सहायक कोडों में क्या करना चाहिए जो सीमितक बन्धों के लिए भी उपयुक्त होगा। सब को बिना लम की डेट भी जाणूनी।

एक फल में AIC (डिस्टिक्ट डेटाबेस) शामिल है और विद्यार्थी में सुच-नामक वाली जानकारी बढ़ाने के लिए प्रसिद्ध है।

विशेष अक्षर

विशेष फल कोडों में विशेष अक्षर की आवश्यकता बढ़ गई है विद्यार्थी के अनुसंधान, नैतिक और शक्ति बढ़ाने में।

एकमात्र अक्षर करना एक संयुक्त नाम है। दौरान की फेडरेशन रोज कर्मियों को देना एक है।

अनुसंधान एक वैश्विक स्टार्टिफिकेट के द्वारा किया जाता है। विशेष अक्षर कि वृद्धता मरी बन्धों के साथ किए को चाहिए कि बन्धों के डाक्टर का स्टिफिकेट है जिसमें उनकी विद्यार्थी, स्वयं और सब मरी या सफर है सब किया है।

वीरवार में सफर

- सफर या सफर देना के साथ (बिना परीक्षाओं के)
- सुबह या मध्यह्न, उपरान्त या रात पर फल कर
- लम्बे समय
- डेट और फल

रोज सफर सफर

एक प्रकार का अक्षर डाक्टर के स्टिफिकेट (जिसमें विद्यार्थी किसी हो) के बिना नहीं मिल सकता।

सब सुबह अक्षर

मरी वेपू वैश्विक विधि उपरान्त (डेट कम और भयान फल भी) का उपयोग होता है। वेपू में उपरान्त सफर और अक्षर स्टैण्डर्ड वेपू फल हो।

डाक्टर बरदाय्य ना हो

का सब विधि उपरान्त पढ़ा है बिना डाक्टर के साथ (देना या फल उपरान्त) का दौरान की सफरों के साथ - रोल्फी, कोरी, क्यूरी, जर्नी...

मर्जी बरदाय्य ना हो

सबू में सब की सफर कोडों उपरान्त सफर चीन के सहायक, सफर, उपरान्त, विद्यार्थी, फेडरेशन, मरी- सुबह, रात, सफर का, प्रेसुमि कोरी या क्यूरी।

सूच और डेट बरदाय्य ना हो

सूच और डेट उपरान्त का प्रयोग नहीं करते-

- ▶ सफर- विद्यार्थी सफर के सूच में बनती है

الحميات الخاصة

من السمات الأخرى أو زلت الفلقات المسمورة على الوحدات الخاصة بشكل ملحوظ، صعد الأوبس، وكذا الأسماء أمالية وادعية. آثار يتكاد عدداً. نجد عدة وحدات الفلقات إلى حال مؤهلين.

بعد أو بعد الفلقات شيئا فشيئا. بعد على آراء الأشكال التي يتطوّر إلى شكل عملي خاص. تقدم شيئا فشيئا من خلف أشكال التي إلى الفلقة الخاصة الفلقة و إلى الأسماء التي لا بد من أن تكونها

الغذاء الخاص بالانطراب

السمات أو الأرز بقرتها (يعود من تاريخ)

العموم فحاج. أو الفلقة السطوح أو السطوح

السطوح السطوح

الجزر و الفلقة

الظلم الغالي الغالي من دون إسهالات

لا يمكن المسمورة على هذا النوع من السطوح الغالي نوع شيئا فشيئا. مع الفلقة عن العرض

حمية المتصلين ببناء القراني

التي الخاصة مع المتصلين بملفات خاصة (بما في ذلك - فالت الجزر - و عنوان عالية معشوة) - يأتيه أن يكون حجم المعجزة حاسوب في - الإنجاز تلك المتصلة من الفلقة الفلقة

الحمية الخاصة من السطوح

سوف تصف السطوح من ضمن الوحدات التي تصير بها سوف الفلقة على (فالت أو زمت) أو مع صلصة من العسل الفلقة - الفلقات - الفلقة - الفلقة - الفلقة

الحمية الخاصة من السمك

كل الوحدات المتعددة من الفلقة و التي يكون على السمك سوف يتم إسهالات الفلقة مثل مثل من مورورفا. الفلقة الفلقة
Emmentid السطوح أو الفلقة الفلقة و الفلقة الفلقة أو السطوح

حمية خاصة من منتجات الألبان

بمقدار السطوح ومنتقل الألبان

الفلقة: صلصة الفلقة الفلقة من جانب السطوح

الفلقة من إسهالات السطوح أو الفلقة الفلقة و الفلقة الفلقة

الظلم الغالي الغالي من البيض

تتلقى الفلقة من جميع الأشكال

الظلم إسهالات صفة الفلقة من الفلقة أو الفلقة الفلقة و الفلقة الفلقة أو السطوح أو الفلقة أو الفلقة

الظلم إسهالات مع السمات حول بعض

حمية خاصة لأسباب إهلية

سيت إسهالات أشيق السمات المكونة من سمات معشوة (بالعموم و الفلقة الفلقة) و الفلقة - بمقدار و إلهة بصلصة الفلقة أو الفلقة أو الفلقة

سيت إسهالات الفلقة الفلقة المسمورة بالعموم أو الفلقة الفلقة و الفلقة الفلقة و الفلقة الفلقة - بعدة الفلقة فقط - الفلقة الفلقة و الفلقة - مثل جنة مورورفا - بالرموز - بقرورفا إسهالات





IL CALENDARIO DELLA MENSA



CENTROPLURISERVIZI
S.p.A.

MENU AUTUNNO
4 SETTIMANE RIPETIBILI

IL CALENDARIO DELLA MENSA

SETTEMBRE - OTTOBRE 2015



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Pastasciutta al tonno Hamburger di vitello Verdura Cruda	Pastasciutta al pesto Tortino di patate e prosciutto Verdura cruda	Pastasciutta con zucchine e fiori di zucca Caprese Verdura cruda	Pasta asciutta pomodoro fresco e basilico Filetto di pesce Verdure cotte	Panzanella Bocconcini di tacchino croccanti cotti al forno Zucchine al pomodoro
Pastasciutta alla pomarola Arista Piselli	Pastasciutta alle melanzane Omelette Insalata di pomodori carote e mais	Pastasciutta all'erbette Bastoncini di merluzzo impanati e cotti al forno Verdura cruda	MENU TOSCANO Pasta e fagioli Prosciutto cotto o crudo Verdure cotte	Pastasciutta alla puttanesca Scaloppine di petto di pollo al limone Verdura cruda
Pastasciutta al ragù Sfornato di verdure Bastoncini di ortaggi crudi	Pappa al pomodoro Formaggio Fagiolini e zucchine trifolate	MENU SENZA GLUTINE Risotto allo zafferano Scaloppine di maiale magro con trito di erbe aromatiche Verdure crude	Pastasciutta con zucchine Polpettine di tacchino in bianco Verdure crude	Pastasciutta al pesto Filetto di Pesce con erbe aromatiche Verdure cotte
Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Prosciutto crudo o cotto Verdure crude	Pastasciutta alla pomarola Merluzzo alla livornese Verdure cotte	Passato di verdura di stagione con crostini Fesa di tacchino al forno Patate al forno	Pastasciutta olio e peperoncino Fettine di vitello Caponata di verdure di stagione	Pastasciutta alle melanzane Omelette Verdure crude

IL CALENDARIO DELLA MENSA

OTTOBRE - NOVEMBRE 2015



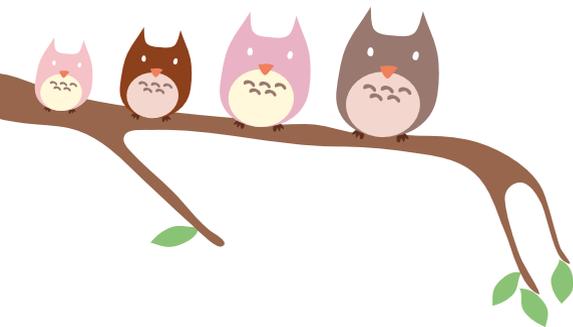
LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Pastasciutta rosè Hamburger di tacchino Verdura Cruda	MENU VEGETARIANO Pastasciutta al pesto Polpettone o polpette vegetariane Bastoncini di ortaggi crudi	Lasagne Formaggio Verdure crude	Pastasciutta alla pomarola Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Verdure cotte	Vellutata di verdure con riso Bocconcini di tacchino croccanti cotti al forno Verdure cotte
Pastasciutta alla crema di ricotta e spinaci Omelette Verdura cruda	Pastasciutta alla pomarola Arista Verdure cotte	Pasta alla carrettiera Bocconcini di merluzzo olio limone e prezzemolo Verdura cruda	Velluta di legumi con crostini Prosciutto cotto o crudo Verdure cotte	Pasta alla puttanesca Scaloppine di petto di pollo agli agrumi Verdura cruda
Brodo di carne magro con pastina Fesa di tacchino al forno Mix di verdure al forno	Pastasciutta alla crema di cavolfiore Polpette toscane Verdure crude	Risotto alla zucca Pollo e/o coniglio al forno Verdure crude	MENU PUGLIESE Pastasciutta olio e peperoncino Zuppa alla salentina	Pastasciutta al ragù Formaggio fresco Verdure cotte
Pastasciutta all'olio Scaloppine di maiale magro alla salvia Rape saltate	Passato di verdura di stagione con pasta o riso Filetto di pesce al forno Caponata di verdure di stagione	Pastasciutta al ragù di verdure Hamburger di tacchino Bastoncini di ortaggi crudi	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Frittata di verdure di stagione Verdure crude	Pastasciutta al pesto Prosciutto crudo o cotto Finocchi trifolati

IL CALENDARIO DELLA MENSA

NOVEMBRE 2015



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Risotto alle verdure Hamburger di vitello Verdura Cruda	Lasagne Formaggio Verdure crude	Pastasciutta con crema di porri e zucca Scaloppine di petto di pollo alla salvia Bastoncini di ortaggi crudi	Pastasciutta alla pomarola Filetto di pesce agli agrumi Verdure crude	Passato di verdure con riso Bocconcini di tacchino croccanti cotti al forno Verdure cotte
Pastasciutta alla crema di ricotta e spinaci Omelette Verdura cruda	MENU TOSCANO Pappa al pomodoro Arista Verdure cotte	Pastasciutta alla puttanesca Scaloppine di petto di pollo agli agrumi Verdura cruda	Velluta di legumi con crostini Prosciutto cotto o crudo Verdure cotte	Pastasciutta alla carrettiera Bastoncini di merluzzo impananti e cotti al forno Verdura cruda



MENU INVERNO
6 SETTIMANE
DAL 30 NOV 2015
AL 15 APRILE 2016

IL CALENDARIO DELLA MENSA

NOVEMBRE - DICEMBRE 2015



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Passato di verdura con pasta o riso Spezzatino di vitello con patate	Risotto al radicchio Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Misto di verdura crude	Pastasciutta alla crema di cavolfiore Scaloppine di petto di pollo alla salvia Verdura cruda	MENU VEGETARIANO Pappa al pomodoro Frittata di verdure Bastoncini di ortaggi crudi	Lasagne al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda
Pastasciutta alle verdure Fesa di tacchino al forno Varietà di verdure saltate	8	MENU CAMPANO Pastasciutta olio e peperoncino Lonza alla napoletana Verdure cotte	Pastasciutta alla crema di zucca e porri Merluzzo alla livornese Verdura cruda	Passato di verdura con pasta o riso Crocchette di patate e verdure Verdura cotta
Ravioli al pomodoro Omelette Verdura cotta	Pastasciutta pesto d'inverno Spezzatino di coniglio (per la materna cosce di poll) Verdura cruda	Pastasciutta alla pomarola Hamburger di tacchino Bastoncini di ortaggi crudi	Vellutata di legumi con crostini Formaggio fresco Verdura cruda	Risotto alle verdure Filetto di pesce al forno con erbe aromatiche Rape saltate
Pastasciutta all'olio e peperoncino Tortino di verdure Verdure cotte	Minestrina in brodo di carne magra Pollo e/o coniglio al forno Verdure crude	Pastasciutta al ragù di verdure Polpette toscane Bastoncini di ortaggi crude	24 DIC - 6 GEN VACANZE DI NATALE	

IL CALENDARIO DELLA MENSA

GENNAIO 2016



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
<p>24 DIC - 6 GEN</p> <p>VACANZE DI NATALE</p>			<p>Risotto ai porri Scaloppina di vitello impanata Verdure crude</p>	<p>MENU LOMBARDO Crema di patate e zucca con crostini Hamburger di tacchino Finocchi alla milanese</p>
<p>Pastasciutta al ragù Prosciutto crudo o cotto Carote brasate</p>	<p>Passato di legumi con pasta Teglia di verdure e formaggio gratinati Verdure crude</p>	<p>MENU SENZA GLUTINE Grano saraceno risottato con piselli Petto di pollo al limone Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Pastasciutta al pesto d'inverno Arista al forno Cuori di carciofo lessati con olio e prezzemolo</p>	<p>Pastasciutta a ragù di pesce Misto di formaggi Verdure cotte</p>
<p>Pastasciutta alla pomarola Frittata di verdure Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Pastasciutta all'olio e peperoncino Bocconcini di petto di pollo al curry Verdura cruda</p>	<p>Lasagne al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda</p>	<p>Passato di verdura con pasta o riso Spezzatino di vitello con patate</p>	<p>Risotto al radicchio Bocconcini di merluzzo croccanti Misto di verdura crude</p>
<p>Passato di verdura con pasta o riso Roast beef Patate al forno</p>	<p>MENU VEGETARIANO Pastasciutta alla pomarola Tortino di verdure e formaggio Verdura cotta</p>	<p>Pastasciutta sul pesce Prosciutto crudo o cotto o bresaola con olio e limone Carote brasate</p>	<p>Pastasciutta alle verdure Filetto di pesce al forno Verdura cruda</p>	<p>Pastasciutta alla crema di zucca e porri Fesa di tacchino al forno Varietà di verdure saltate</p>

IL CALENDARIO DELLA MENSA

FEBBRAIO 2016



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
<p>Risotto agli spinaci Hamburger di tacchino Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Ravioli al pomodoro Omelette Verdura cotta</p>	<p>Pastasciutta alla pomarola Bocconcini di merluzzo croccanti Insalata mista</p>	<p>Pastasciutta olio e peperoncino Spezzatino di coniglio (per la materna cosce di pollo) Rape saltate aglio e olio</p>	<p>Vellutata di legumi con crostini Formaggio fresco Verdure cotte</p>
<p>Minestrina in brodo di carne magra Fesa di tacchino al forno Verdure crude</p>	<p>MENU TOSCANO Pastasciutta al pesto d'inverno Polpette toscane Verdure crude</p>	<p>Pastasciutta al ragù di pesce Sformato di verdure Verdure cotte (LE CENERI)</p>	<p>Pastasciutta rosè Pollo e/o coniglio al forno Insalata mista</p>	<p>Pastasciutta all'olio e peperoncino Filetto di pesce agli agrumi Verdure crude (QUARESIMA)</p>
<p>Pastasciutta alla crema di carciofi Scaloppina di vitello impanata Verdure crude</p>	<p>Crema di patate e zucca con crostini Hamburger di tacchino Verdura cotta</p>	<p>Risotto ai porri Filetto di pesce impantano e cotto al forno Verdura cotta</p>	<p>Lasagne al pomodoro Prosciutto crudo o cotto Verdura cruda</p>	<p>Pastasciutta alla pomarola Frittata di patate Verdure crude (QUARESIMA)</p>
<p>MENU EMILIANO Tortellini al pomodoro Formaggio Carote brasate</p>	<p>Pastasciutta alla carrettiera Scaloppine di petto di pollo al limone Cuori di carciofo lessati con olio e prezzemolo</p>	<p>Passato di legumi con crostini Teglia di verdure e formaggio gratinati Verdure crude</p>	<p>Pastasciutta al pesto d'inverno Arista al forno Verdure crude</p>	<p>Pastasciutta al ragù di verdure Filetto di pesce con erbe aromatiche Bastoncini di ortaggi crudi (QUARESIMA)</p>

IL CALENDARIO DELLA MENSA

FEBBRAIO - MARZO 2016



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Passato di verdura con pasta o riso Brasato Spinaci	Risotto al radicchio Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Misto di verdura crude	Pastasciutta alla crema di cavolfiore Bocconcini di pollo al curry Verdura cruda	Pappa al pomodoro Frittata di verdure Bastoncini di ortaggi crudi	Lasagne al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda (QUARESIMA)
Pastasciutta alle verdure Fesa di tacchino al forno Varietà di verdure saltate	Pastasciutta sul ragù Prosciutto crudo o cotto o bresaola con olio e limone Carote brasateo	Pastasciutta alla crema di zucca e porri Roast beef Rape saltate	Pastasciutta olio e peperoncino Filetto di pesce al forno Verdura cruda	Vellutata di verdure con crostini Crocchette di patate e verdure Verdura cotta (QUARESIMA)
MENU LIGURE Zimin Zuppa di bietole e ceci Formaggio fresco Verdura cruda	Risotto alle verdure Bocconcini di merluzzo croccanti Bastoncini di ortaggi crudi	Pastasciutta alla pomarola Spezzatino di coniglio (per la materna cosce di pollo) Insalata mista	Pastasciutta alla crema di carciofi Hamburger di tacchino Finocchi trifolati	Pastasciutta alla crema di porri Omelette Verdura cruda (QUARESIMA)
Pastasciutta rosè Prosciutto crudo o cotto Verdure cotte	MENU TOSCANO Passato di verdure Arista Fagioli all'uccelletto	Pastasciutta al ragù di verdura Pollo o coniglio al forno Verdure crude	24 - 29 MAR VACANZE DI PASQUA	

IL CALENDARIO DELLA MENSA

MARZO - APRILE 2016



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
24 - 29 MAR VACANZE DI PASQUA		MENU VEGETARIANO Pasta al pomodoro Frittata di patate Verdure Crude	Pasta ai broccoli Filetto di pesce con spicchio di limone Verdura cotta	Lasagne al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda
Pastasciutta al pesto d'inverno Fesa di tacchino al forno Verdure crude	Passato di legumi con crostini Brasato Verdure crude	Pastasciutta al ragù Prosciutto crudo o cotto Carote brasate	Pastasciutta alla pomarola Teglia di verdure e formaggio gratinati Bastoncini di ortaggi crudi	MENU PUGLIESE Pastasciutta all'olio Zuppa alla salentina
Passato di verdura con pasta o riso Spezzatino di vitello con patate	Lasagne al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda	Risotto al radicchio Merluzzo alla livornese Misto di verdura crude	MENU VEGETARIANO Pappa al pomodoro Frittata di verdure Bastoncini di ortaggi crudi	Pastasciutta alla crema di cavolfiore Scaloppine di petto di pollo alla salvia Verdura cruda

MENU
PRIMAVERA - ESTATE
4 SETTIMANE
DAL 18 APRILE AL 30 GIUGNO

IL CALENDARIO DELLA MENSA

APRILE - MAGGIO 2016



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
Pastasciutta alla pomarola Omelette Bastoncini di ortaggi crudi	Pastasciutta al pesto Bastoncini di merluzzo impanati cotti al forno Verdure cotte	MENU MOLISE Pastasciutta alla molisana Formaggio fresco Varietà di verdure cotte	Passato di verdura di stagione con pasta o riso Fesa di tacchino al forno Insalata mista	Risotto allo zafferano Pollo e/o coniglio al forno Verdure crude
25	Vellutata di pomodoro con crostini Arista Patate al forno	Pastasciutta alla Pomarola Filetto di pesce alle erbe aromatiche Fagiolini e carote cotte	Pastasciutta aglio e olio Tortina di verdure e prosciutto Verdure crude	MENU SICILIANO Pastasciutta alla norma (melanzane e ricotta) Prosciutto crudo/cotto Verdure crude
Pastasciutta pomodoro fresco e basilico Scaloppine di maiale magro Insalata di cetriolo e/o carote	MENU TOSCANO Pastasciutta tricolore all'olio e peperoncino Pollo alla cacciatora Pinzimonio	Vellutata di piselli con crostini Caprese	Pastasciutta alla crema di peperoni Quadrucci di merluzzo olio prezzemolo e capperi Zucchine trifolate	Pastasciutta alla pomarola Omelette Verdure crude
Pastasciutta al tonno Prosciutto crudo o cotto/ Bresaola olio e limone Caponata	Passato di verdure con riso Filetto di pesce al pomodoro Patate al forno	Pastasciutta alla pomarola Pollo e/ o coniglio al forno Bastoncini di ortaggi crudi	Pastasciutta alle verdure Bocconcini di tacchino croccanti Insalata di pomodori	Farro con pesto Sfornato di verdure estive Verdura cruda

IL CALENDARIO DELLA MENSA

MAGGIO - GIUGNO 2016



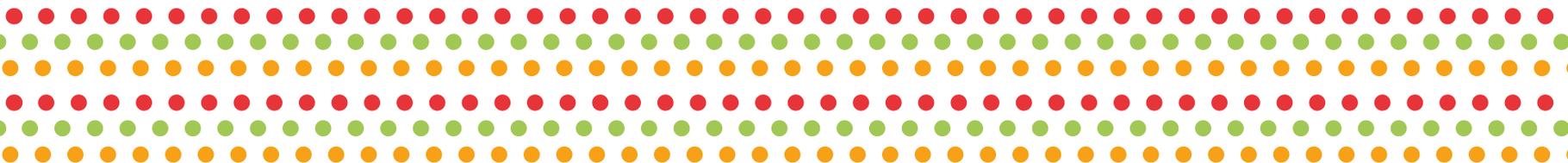
LUN	MAR	MER	GIO	VEN
<p>Passato di verdura di stagione con riso</p> <p>Scaloppine di tacchino alle erbe aromatiche</p> <p>Patate trifolate</p>	<p>MENU SENZA GLUTINE</p> <p>Grano saraceno al pesto</p> <p>Arista</p> <p>Piselli</p>	<p>Pastasciutta alla zucchini</p> <p>Omelette</p> <p>Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Pastasciutta al ragù</p> <p>Formaggio fresco</p> <p>Varietà di verdure cotte</p>	<p>Pastasciutta alla carrettiera</p> <p>Filetto di pesce al forno con spicchio di limone</p> <p>Verdure cotte</p>
<p>Pastasciutta alle melanzane</p> <p>Hamburger Tacchino</p> <p>Varietà di verdure cotte</p>	<p>Farro pomodorini e basilico</p> <p>Merluzzo al pomodoro</p> <p>Pomodori insalata</p>	<p>Pastasciutta al tonno</p> <p>Prosciutto crudo/ cotto</p> <p>Verdure crude</p>	<p>MENU VEGETARIANO</p> <p>Pastasciutta aglio e olio</p> <p>Polpettone di verdure estive</p> <p>Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Vellutata di pomodoro con crostini</p> <p>Roast beef</p> <p>Patate al forno</p>
<p>Pastasciutta alla crema di peperoni</p> <p>Scaloppine di maiale magro</p> <p>Insalata di cetriolo/carote</p>	<p>Pastasciutta pomodoro fresco e basilico</p> <p>Pollo o coniglio al forno</p> <p>Pinzimonio</p>	<p>Risotto allo zafferano</p> <p>Frittata di zucchini</p> <p>Fagiolini lessi</p>	<h1>2</h1>	<p>Vellutata di verdure di stagione e piselli con crostini</p> <p>Caprese</p>
<p>Pastasciutta caprese</p> <p>Prosciutto crudo o cotto</p> <p>Caponata di verdure</p>	<p>Pastasciutta alla pomarola</p> <p>Sfornato di verdure estive</p> <p>Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Pastasciutta alle verdure</p> <p>Spezzatino di coniglio</p> <p>(per la materna cosce di pollo)</p> <p>Insalata di pomodori</p>	<p>Pastasciutta alla puttanesca</p> <p>Bocconcini di petto di pollo al curry</p> <p>Verdura cruda</p>	<p>Couscous con verdure di stagione</p> <p>Filetto di pesce al pomodoro</p> <p>Insalata mista</p>

IL CALENDARIO DELLA MENSA

GIUGNO 2016



LUN	MAR	MER	GIO	VEN
<p>Pastasciutta al pesto Omelette Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Pastasciutta al pomodoro fresco e basilico Filetto di pesce al forno con spicchio di limone Verdure cotte</p>	<p>Risotto alle zucchine Pollo e/o coniglio al forno Verdure crude</p>	<p>Pappa al pomodoro Fesa di tacchino al forno Insalata mista</p>	<p>Pastasciutta al ragù Formaggio fresco Varietà di verdure cotte</p>
<p>Pastasciutta allo zafferano Hamburger Tacchino Varietà di verdure crude</p>	<p>Farro al pesto Prosciutto crudo/ cotto Fagiolini al pomodoro</p>	<p>Pastasciutta alla Pomarola Filetto di pesce al forno con erbe aromatiche Fagiolini e carote cotte</p>	<p>Pastasciutta aglio e olio Tortina di verdure e formaggio Verdure crude</p>	<p>Pastasciutta alle melanzane Arista Verdure crude</p>
<p>Pastasciutta al pesto Formaggio Caponata di verdure</p>	<p>Pastasciutta alle verdure Bocconcini di tacchino croccanti Insalata di pomodori</p>	<p>Pastasciutta al pomodoro Sfornato di verdure estive Bastoncini di ortaggi crudi</p>	<p>Pastasciutta pomodoro fresco e basilico Filetto di pesce al forno Misto di verdure crude</p>	<p>Cous cous con verdure di stagione Pollo e/o coniglio al forno Verdura cruda 1 LUGLIO</p>



DIETE SPECIALI

La loro gestione è un aspetto molto delicato. Nel caso di bambini affetti da patologie particolari, allergie alimentari o intolleranze, la mensa centralizzata è attiva per preparare diete differenziate dal vitto comune. La confezione dei pasti è affidata personale qualificato grado di adottare una serie di misure e di attenzioni 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 somministrazione presso i refettori. La richiesta di *dieta speciale* deve essere regolamentata da certificazione medica, i genitori dei bambini che necessitano di diete speciali, devono pertanto presentare certificato medico rilasciato dal pediatra di base in cui sia indicata la patologia o lo stato di salute particolare del bambino, e gli alimenti che non possono essere somministrati.

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 INTOLLERANTI 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 INTOLLERANTI 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, ecc...

DIETA INTOLLERANTI 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 INTOLLERANTI AI LATTICINI

Si esclude il latte vaccino e derivati: lasagne con besciamella preparata con latte di soia; il formaggio sarà sostituito da carne di vitello o pollo, tacchino, pesce o uovo.

DIETA INTOLLERANTI 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, Emmental, parmigiano, legumi.

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) lattio.

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 SO₂ 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



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

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

eMail: info@centropluriservizi.com - Pec: centropluriservizispa@lamiapec.it

www.centropluriservizi.com

