



## **MENU RISTORAZIONE SCOLASTICA A.S.2024-2025**

**LA TABELLA DIETETICA** è stata formulata secondo le indicazioni  
Livelli Raccomandati di Assunzione e Nutrienti" (LARN) 2014  
Linee Guida Refezione Scolastica della Regione Toscana anno 2016  
Linee Guida Nazionali per la ristorazione Scolastica (Ministero della salute 2010)  
La pianificazione delle tabelle dietetiche è a cura della dott.ssa Sandra Bonannini – dietista

Il menù è rivolto a:

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| Bambini dai 12 mesi ai 3 anni | ▶ NIDO (Comune di Montevarchi e Castelfranco Piandiscò, Figline e Incisa V no) |
| Bambini dai 3 ai 6 anni       | ▶ SCUOLA DELL'INFANZIA   |
| Bambini dai 6 ai 10- 11 anni  | ▶ SCUOLA PRIMARIA  |
| Bambini dagli 11 ai 14 anni   | ▶ SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO (Comune di Terranuova Bracciolini)             |

È previsto:

Menù **autunnale** da **ottobre** a **marzo** articolato su n°5 settimane  
Menu **invernale** da **aprile** a **luglio e settembre** articolato su n° 5 settimane

Ad inizio mese sul sito [info@centropluiriservizi.com](mailto:info@centropluiriservizi.com) verrà pubblicato il menu del mese corrente

## **INFORMAZIONI GENERALI SULLA TABELLA DIETETICA**

Il menu proposto si caratterizza per la ricerca della qualità e per il rispetto ai sapori e delle tradizioni del territorio.

Si ispira alla modello della **dieta mediterranea**, per cui viene valorizzato il consumo di cereali, verdure, frutta, legumi, pesce e olio extravergine di oliva.

È incentivato l'uso di verdura proposta non solo come contorno ma anche come ingrediente base di primi e secondi piatti.

Si utilizzano solo alimenti prodotti certificati e nazionali.

Non vengono utilizzati alimenti precotti, additivi quali conservanti e/o coloranti.

NON VENGONO UTILIZZATI ALIMENTI O INGREDIENTI PROVENIENTI DA PAESI DOVE SONO IN CORSO CONFLITTI O SFRUTTAMENTO MINORILE O DI GENERE.

## LA COTTURA DEI CIBI

È assolutamente vietato l'uso di ingredienti o alimenti geneticamente modificati (O.G.M.) come previsto dalla L.G. del 26/04/2000.

Tutti gli alimenti vengono cotti al mattino ( *nel centro cottura di riferimento* ) , immediatamente prima del confezionamento e della spedizione dei pasti.

È assolutamente vietato il riciclo delle pietanze avanzate e/o parti di esse non utilizzate

È vietato l'uso di prodotti preconfezionate e/o precotti: hamburger, polpette sono preparati giornalmente presso il centro cottura ecc.

È vietato l'uso di grassi idrogenati, olio di colza e palma, esaltatori di sapidità, dadi anche se vegetali ed estratti di carne

È escluso l'uso di margarina, di panna, lardo, strutto; il burro è limitato alla preparazione della besciamella per le lasagne ed al condimento (una tanto) del primo piatto.

Per insaporire le pietanze si utilizzano aromi freschi ed ortaggi,

**Erbe aromatiche:** cipolla, aglio, prezzemolo, rosmarino , salvia , ecc..

**Spezie :** origano, peperoncino

Si utilizza sale marino iodato, limitando al minimo indispensabile

**Succo di limone, erbe aromatiche e brodo vegetale** ( preparato con verdure fresche)

Vengono privilegiate le **TECNICHE** di **COTTURA** che mantengono inalterati i caratteri organolettici e nutrizionali dei cibi:

lessatura in acqua, cottura al vapore, cotture al forno, cottura brasata o stufata

**Non** è mai prevista la **frittura**, tutti i piatti ' impanati' vengono cotti in forno senza aggiunta di grassi di cottura.

Nel caso dell'impanatura l'uso dell'uovo è previsto solo per il pesce; mentre le carni sono solo ripassate con pane grattato o farina.

## I NOSTRI INGREDIENTI

**PANE** toscano senza sale o integrale prodotto del territorio con **farine toscane**

**PAGNOTTELLE** senza glutine

**PANE APROTEICO**

**GALLETTE** di riso e/o mais

**PASTA** di semola di grano duro comune, **biologica**, grani toscani

**PASTA** all'uovo per lasagne

**PASTA** per lasagne senza uovo

**PASTA** senza glutine

**PASTA** aproteica

**PASTA** di farina di legumi

**RISO biologico** parboiled, **Farro**

**CARNI** suine allevate e macellate e sezionate in Toscana

**CARNI** avicunicole fresche nazionali: pollo (allevato a terra) e tacchino (allevato a terra)

**CARNE BOVINA** fresca da bovini adulti, vitelloni allevati e macellati sezionati in fattorie italiane.

**PESCE** surgelato, platessa, merluzzo, totani.

**PESCE FRESCO distribuito dalla Cooperativa dei Pescatori di Viareggio**

**PROSCIUTTO COTTO** di coscia suina nazionale, senza glutine, polifosfati lattosio e caseinati.

**PROSCIUTTO CRUDO** di suini nati, allevati e macellati in Toscana

**LATTE 100% italiano** parzialmente scremato, UHT **Biologico**

**YOGURT** fresco da latte vaccino, al naturale o con frutta **Biologico**

**YOGURT** di soia

**BURRO** utilizzato in piccole quantità

**FORMAGGI**: Parmigiano Reggiano DOP, mozzarella stracchino e ricotta bio da latte 100% italiano, Pecorino Toscano, ricotta fresca vaccina – latte italiano Bio, primo sale.

**UOVA** pastorizzate, refrigerate **Biologiche**. Uova fresche 1^ categoria **Biologiche** (per i pasti speciali)

**ORTAGGI** freschi. Non si utilizzano ortaggi in scatola (ad eccezione delle polpe di pomodoro).

**POLPA DI POMODORO** da pomodori nazionali, **biologica**

**VERDURE SURGELATE**: fagiolini, spinaci, bietola e piselli, **Biologiche**

**LEGUMI** secchi prodotto italiano

**LEGUMI** in scatola certificati senza glutine

**FRUTTA** fresca di stagione, nazionale (banana del Commercio Equo e Solidal) di provenienza locale, regionale o nazionale.

**FARINA** di grano tenero 00, **Biologica**

**PANE GRATTATO** comune

**FARINA, PAN GRATTATO** senza glutine o apteica per pasti speciali

#### **CONDIMENTI:**

**Parmigiano Reggiano DOP** stagionatura minima garantita 24 mesi

**Olio extra vergine d'oliva biologico** per il condimento a crudo, produttori locali o nazionali

**Olio extra vergine d'oliva biologico** per la cottura- prodotto italiano

**Olio di mais**, in piccole quantità, per ungere le teglie

**Succo di limone, erbe aromatiche e brodo vegetale** (preparato con verdure fresche)

**Erbe aromatiche**: cipolla, aglio, prezzemolo, rosmarino, salvia, ecc..

**Spezie**: origano, peperoncino

**Sale marino** fortificato con iodio

Non vengono utilizzati alimenti precotti, additivi quali conservanti e/o coloranti.

## PREPARAZIONE DEI PIATTI

### PRIMI PIATTI -ASCIUTTI-

Pasta al pomodoro e pasta alla pomarola: polpa di pomodoro italiano bio, odori, basilico, aglio, cipolla e olio EVO bio

Pasta rosé: polpa di pomodoro bio polpa di pomodoro italiano e latte parzialmente scremato bio italiano, olio Evo bio

Pasta con ricotta bio polpa di pomodoro italiano bio, olio EVO

Pasta al pesto (non confezionato, prodotto in giornata): con verdura di stagione (spinaci, zucchine, melanzane) basilico fresco, olio Evo Bio, parmigiano reggiano DOP; non contiene i pinoli.

Pasta al ragù di verdure o sugo finto: sedano, carota, cipolla, polpa di pomodoro italiano bio , olio EVO bio

Pasta alle verdure di stagione con verdure in piccoli pezzi o frullate (porri, zucca, zucchine, cavolo verza, spinaci, melanzane), con o senza pomodoro (polpa di pomodoro italiano bio)

Pasta alla pizzaiola: polpa di pomodoro italiano bio, capperi, origano, aglio, olio EVO bio

Pasta agli aromi dell'orto o erbe: trito di erbe aromatiche tipo basilico, erba cipollina, prezzemolo olio Evo bio

Pasta all'arrabbiata, polpa di pomodoro italiano bio, aglio, olio EVO bio

Pasta all'olio al basilico, olio EVO bio insaporito con basilico frullato

Pasta mediterranea: polpa di pomodoro italiano bio, origano e basilico, aglio, olio EVO bio

Pasta marinara: polpa di pomodoro italiano bio, capperi, aglio, olio EVO bio

Pasta al ragù di carne (vitello) o di pesce (calamari, merluzzo, totani), polpa di pomodoro italiano bio, olio EVO bio

Risotto alle verdure di stagione: riso condito con verdure di stagione, zucchine, zucca, porri, spinaci, cavolo verza

Riso o risotto alla parmigiana: riso bianco con aggiunta di formaggio parmigiano Dop dove possibile si segue la procedura del risotto classico.

Riso freddo: con aggiunta di verdure julienne, o dadi di formaggio Emmental

Farro con pomodorini e scaglie di formaggio grana (freddo o caldo in relazione alla stagione)

Lasagne al pomodoro: pasta all'uovo per lasagne-secca, besciamella preparata con latte italiano UHT parzialmente scremato bio italiano, polpa di pomodoro italiano bio, parmigiano reggiano DOP

Ravioli ricotta e spinaci, surgelati (possono contenere tracce- contaminazione da pesce, pertanto non saranno somministrati agli intolleranti al pesce).

### PRIMI PIATTI -MINESTRA-

Passato o crema di verdura fresca di stagione, con aggiunta di pastina bio, riso bio, crostini di pane tostato toscano, senza grassi aggiunti, senza latte.

Passato di legumi, preparato con legumi secchi, cipolla, carota e brodo vegetale (preparato nel centro cottura) con aggiunta di pasta bio, riso bio o crostini di pane tostato toscano

Brodo vegetale, preparato con misto odori ed aggiunta di pastina comune bio o riso bio

## 2°PIATTO

- **Piatto freddo:** formaggio pecorino (prodotto locale) - caciotta, parmigiano reggiano DOP, mozzarella, stracchino, ricotta, primo sale; tutti prodotti con latte nazionale
- **Piatto freddo:** prosciutto crudo (no per la scuola dell'infanzia - salvo diversa richiesta da parte delle insegnanti) o prosciutto cotto (senza conservanti e senza polifosfati) tonno conservato sottolio (no per l'infanzia)
- **Vitello** allevato e macellato e sezionato in Toscana:
  - hamburger
  - arrosto al forno
  - polpettine in bianco
  - polpettine al pomodoro
  - spezzatino
- **Tacchino**, nato allevato in Italia:
  - fesa al forno
  - scaloppina alla salvia o a limone
  - hamburger (tacchino e pane)
  - cotoletta (no uovo – solo pane grattato)
  - bocconcini in bianco (infarinati e cotti in brasiera o in forno)
  - bocconcini dorati -croccanti (pan grattato cotti al forno)
- **Pollo** nato allevato in Italia:
  - scaloppina di petto di pollo alla salvia o a limone
  - cotoletta di petto di pollo (no uovo- solo pane grattato)
  - bocconcini di petto di pollo in bianco
  - bocconcini di petto di pollo dorati -croccanti (pan grattato cotti al forno)
  - cosce di pollo al forno
  - pollo al forno
- **Suino** nato allevato, macellato e sezionato in Toscana
  - arista al forno
  - medaglioni alle erbe aromatiche (scaloppine), cotti in forno
- **Pesce** (surgelato)
  - filetto di pesce (platessa o merluzzo) al forno, agli agrumi, con erbe aromatiche, al pomodoro
  - filetto di pesce (platessa) impanato con uovo e pan grattato cotto al forno
  - totani impanati (uovo e pan grattato, cotti al forno)
  - cubetti di merluzzo impanati con solo pane grattato ed erbe aromatiche e gratinati al forno

- Centro cottura di TRN pesce fresco della Cooperativa dei pescatori di Viareggio
- **Uova bio**
  - frittata - omelette: uovo italiane bio , latte italiano bio e parmigiano reggiano DOP , cotte in forno
  - frittata o tortino di patate, uovo italiane bio, latte italiano bio e parmigiano reggiano DOP, patate fresche
  - frittata o tortino o polpetta di verdura: uovo italiane bio, latte italiano bio e parmigiano reggiano DOP, verdure spinaci bio, zucchine, porri, carote, melanzane
- **Piatti a base di verdure - legumi:**
  - polpetta di verdura vedi sopra
  - polpetta di legumi: legumi secchi, patate, uovo italiano bio, cotte al forno, olio EVO
  - cecina o torta di ceci, farina di ceci, acqua sale e olio EVO bio

## **CONTORNI**

### **Verdure Crude**

Insalata: insalata a foglia, cavolo cappuccio, radicchio

Insalata mista: insalata a foglia, radicchio cavolo cappuccio, finocchio, pomodoro, carote (a seconda della stagione), rucola

Bastoncini ortaggi o crude: finocchi, carote Julienne o bastoncino

Insalata di Cetrioli a mezzaluna (menu giugno-luglio, settembre)

Insalata di Pomodori (menu maggio, giugno-luglio, settembre, ottobre)

Verdura julienne: carote, finocchi

### **Verdure cotte**

**verdure surgelate bio:** spinaci, bietola, piselli, fagiolini, italiani, bio

Bietola, spinaci, lessi, o saltati aglio e olio

Carote lessate condite all'olio, trifolate

Zucchine lesse, al pomodoro, trifolate, all'olio

Finocchi stufati o trifolati, lessi, gratinati al forno (senza besciamella)

Fagiolini lessi *(da preferire in misto con altre verdure esempio mix lessato di fagiolini carote e patate oppure fagiolini carote e ciuffetti di cavolfiore)*

Cavolfiore all'olio o pomodoro\_

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

### **Condimenti**

Parmigiano reggiano DOP – stagionato 24 mesi

Sale marino iodato

Olio extravergine d'oliva biologico, produzione locale, o nazionale  
Olio di mais per ungere le teglie / contenitori  
Limone, aceto di vino

### **IL PASTO SPECIALE**

Il servizio di cucina dietetica confeziona pasti speciali per:

motivi sanitari: allergie e/o intolleranze alimentari o esigenze cliniche specifiche;

motivi etico, morali, culturali e religioso, con esclusioni di alimenti e/o ingredienti.

### **PASTO SPECIALE PER MOTIVI SANITARI**

La **richiesta** per l'attivazione di una "dieta speciale" può essere presentata esclusivamente con **CERTIFICATO MEDICO** che indichi chiaramente la problematica alimentare e **cosa deve essere escluso dalla dieta**.

► per garantire un'alimentazione equilibrata e varia, i certificati devono essere validati da **MEDICI DEL SSN**: pediatri o medici specialisti, mentre non possono essere presi in considerazione certificati stilati da personale non medico (es. medicine alternative, naturopati, fitoterapisti, paramedici).

► Non saranno prese in considerazione certificazioni mediche che non indichino in modo dettagliato la dieta prescritta, nonché gli ingredienti da utilizzare o da evitare nella preparazione della stessa.

► I certificati medici hanno validità soltanto per l'anno scolastico in corso

► Solo i certificati per INTOLLERANZA AL GLUTINE hanno VALIDITÀ ILLIMITATA, non devono pertanto essere ripresentati.

Si suggerisce comunque al genitore di contattare il centro cottura per dare conferma della presenza del proprio figlio/ a scuola

► La dieta sarà attivata a seguito della presentazione della documentazione medica (entro 3 giorni lavorativi dalla presentazione della stessa)

► La richiesta del pasto speciale deve essere presentata presso l'Ufficio Mensa (Comune di Montevarchi – Castel Franco Piandiscò) o all'Ufficio Scuola (Comune di Terranuova Bracciolini, Loro Ciuffenna, Laterina – Pergine Valdarno) del proprio comune di residenza

### **PASTO SPECIALE PER MOTIVI ETICO-RELIGIOSI**

è necessario presentare all'ufficio scuola o all'ufficio mensa un'autocertificazione, ma

"AL FINE DI LIMITARE IL RISCHIO DI ASSEMBRAMENTI E LA PRESENZA DI PERSONE ALL'INTERNO DEGLI UFFICI SI SUGGERISCE DI CONTATTARE TELEFONICAMENTE L'UFFICIO SCUOLA O L'UFFICIO MENSA DEL PROPRIO COMUNE PER AVERE INFORMAZIONI SULLE MODALITÀ DI PRESENTAZIONE DELLA DOMANDA, ORARI DI APERTURA AL PUBBLICO ECC..."

### I PASTI SPECIALI

Il menù dei pasti speciali è uguale per gli utenti che hanno la stessa esigenza e nei limiti del possibile, ripropone le stesse ricette o tipologie di alimenti del menu base, preparate e prodotte in maniera sicura e specifica.

#### IL VITTO IN BIANCO

Se la richiesta è inferiore ai 3-5 gg anche non consecutivi, il pasto viene erogato senza presentazione del certificato medico, se la richiesta supera i 5 giorni (anche non consecutivi) è necessario presentare certificazione medica.

Il vitto in bianco comprende:

**PRIMO PIATTO:** pasta o riso all'olio, minestrina in brodo vegetale **(SENZA AGGIUNTA DI FORMAGGIO PARMIGIANO),**

**SECONDO PIATTO:** carne di pollo, vitello, tacchino, arista magra cucinata in modo semplice senza aggiunta di condimenti cotti senza impanatura, *esempio*

**SI** arista al forno, fesa di tacchino al forno il roast beef, hamburger, le scaloppine alla salvia e il prosciutto cotto.

**NO** bocconcini di pollo o tacchino croccanti

**NO** PIATTI A BASE DI LEGUMI E VERDURE

**CONTORNO:** Patate e/o carote lesse condite con olio extravergine a crudo.

**PANE TOSCANO** bianco

**FRUTTA** solo mela (*se non diversamente specificato nel certificato*)

#### **SI ESCLUDONO IN MODO TOTALE:**

LE UOVA

I LATTICINI (compreso il formaggio parmigiano aggiunto sulla pasta) si prega pertanto di richiamare l'attenzione delle insegnanti che non dovranno distribuire il formaggio sui pasti bianchi

Nel caso di bambini con **dieta vegetariana** il 2° piatto ed il contorno sarà rappresentato da un **misto di patate e carote lesse**

#### VITTO SENZA GLUTINE

È garantito il medesimo menu, preparato con prodotti privi di glutine.

### **VITTO PER INTOLLERANZA AL LATTOSIO – PROTEINE DEL LATTE**

Si escludono **tutti** i prodotti derivati dal latte compreso i cibi che dichiarano in etichetta ' privi di lattosio ' a meno che il certificato non ne consenta l'utilizzo.

Se il medico ha autorizzato l'uso del formaggio parmigiano per il condimento del primo piatto, questo verrà inviato direttamente dal centro cottura, in busta monodose abbinata al pasto speciale.

Lasagne, besciamella preparata con latte vegetale

Il formaggio sarà sostituito da carne di vitello o pollo, tacchino, pesce o uovo, prosciutto cotto

### **VITTO INTOLLERANZA AL POMODORO**

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

### **VITTO PER INTOLLERANZA AL PESCE**

Tutte le proposte del menu a base di pesce saranno sostituite con formaggio tipo mozzarella, stracchino, pecorino, ricotta, formaggio spalmabile monodose, carne di pollo o tacchino, vitello, suino magro, prosciutto crudo o cotto, uovo sodo o frittata, legumi (intesi come secondo piatto e quindi abbinati ad un contorno di verdura cotta o cruda secondo il menu del giorno)

**No** ravioli.

### **VITTO PER INTOLLERANZA ALL'UOVO**

Si esclude l'uovo dalle varie preparazioni: la frittata sarà sostituita con carne di vitello o pollo o tacchino, prosciutto crudo o cotto, pesce o formaggi, legumi, preparazioni a base di legumi; (lasagne preparate con pasta senza uovo).

**DIETA PER INTOLLERANZA AL NIKEL:** seguire le indicazioni suggerite dal medico specialista.

Permessi: zucca, finocchi, zucchine e melanzane.

### **DIETE SPECIALI PER MOTIVI RELIGIOSI**

**No Suino:**

I primi piatti conditi con ragù di carne sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio o condimenti a base di verdura.

Il secondo piatto a base carne di maiale o di prosciutto crudo e cotto sarà sostituito con carni bianche, uova sode, frittata di solo uovo o con patate o con verdura, polpette di patate uovo e formaggio parmigiano, formaggio tipo mozzarella, caciotta, formaggio spalmabile monoporzione, tonno, pesce e legumi tali e quali ( intesi come secondo piatto e quindi abbinati ad un contorno di verdura cotta o cruda secondo il menu del giorno ) oppure con preparazioni a base di legumi

### **No Vitello, pollame (si suino)**

I primi piatti conditi con ragù di carne sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio o condimenti a base di verdura. I secondi piatti a base di vitello o pollame vengono sostituiti con formaggi di pecora, uova e legumi (intesi come secondo piatto e quindi abbinati ad un contorno di verdura cotta o cruda secondo il menu del giorno), tonno, pesce, oppure con preparazioni a base di legumi

### **No Vitello, suino, pollame e pesce (si uovo e formaggi di pecora).**

Primi piatti conditi con verdure, al pomodoro, in bianco; secondi piatti (vitello, suino, pollo, tacchino e pesce) sostituiti con formaggi di latte di pecora, uova utilizzate tali e quali o come ingrediente di frittate e tortini, polpette, e legumi (intesi come secondo piatto e quindi abbinati ad un contorno di verdura cotta o cruda secondo il menu del giorno) oppure con preparazioni a base di legumi

### **Dieta per latte uovo- vegetariani (no tutti i tipi di carne di vitello o suina, pollame e pesce, **si** uovo e formaggi di pecora e mucca).**

Primi piatti conditi con verdure, al pomodoro, in bianco; secondi piatti sostituiti con formaggi di latte di pecora o latte vaccino, uova utilizzate tali e quali o come ingrediente di frittate e tortini, polpette, e legumi (intesi come secondo piatto e quindi abbinati ad un contorno di verdura cotta o cruda secondo il menu del giorno) oppure con preparazioni a base di legumi

### **Dieta per vegetariani (no carne di tutti i tipi, uovo, pollame, pesce latte e derivato).**

Primo piatto: pasta senza uovo, riso; besciamella preparata con latte vegetale, ragù di verdure o legumi

Il piatto a base di proteine animali sarà sostituito con legumi tali e quali (2° piatto) o trasformati in hamburger o tortini e verdure.

Se nel menu sono già previsti i **legumi, si aggiunge un doppio contorno di verdure secondo le disponibilità**

### **Piano nutrizionale personalizzato** (per motivi di salute)

Al centro cottura nella sezione dedicata ai pasti speciali è possibile confezionare pasti personalizzati (con grammatura precisa) a seconda della patologia e della richiesta del medico.

È un nostro impegno far sì che il menù del pasto speciale, sia il più possibile uguale a quello degli altri bambini.

Nei casi particolari il menu personalizzato con grammature, prima di esser messo in preparazione viene posto all'attenzione e validazione dei medici specialisti del Meyer, o del medico specialista richiedente.

**Piano nutrizionale per il controllo del peso**, si garantisce il pane integrale ed un doppio contorno di verdura (se richiesto), per le altre pietanze, dal momento che il menù rispetta le grammature suggerite dalle linee guida ci si attiene al menu giornaliero

**ALLERGIA ALLA FRUTTA SECCA:** non è mai prevista come ingrediente.

## ALLERGENI

Per la richiesta di un pasto idoneo alle problematiche di allergia o intolleranza alimentare, è necessario presentare un certificato redatto dal medico di medicina generale o medico pediatra o specialista allergologo.

Nel certificato dovranno essere riportati in modo chiaro e dettagliato e preciso tutti gli ingredienti e/o cibi che possono o **NON** possono essere utilizzati- somministrati al bambino.

Nel menu sono evidenziati tutti gli allergeni del pasto.

Nelle preparazioni non vengono utilizzati: crostacei, arachidi, soia, frutta a guscio, senape, anidride solforosa, sesamo, molluschi, la possibile presenza in tracce comporta l'esclusione dell'alimento- ingrediente dal pasto del bambino che presenta una specifica allergia.

## PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO in età pediatrica

Suggerimenti per la preparazione degli alimenti pericolosi  
(estratto dalle linee guida per la prevenzione del soffocamento del cibo in età pediatrica.  
' Ministero della Salute' giugno 2107)

ALIMENTI SCIVOLOSI O MOLLI	
UVA	Rimuovere i semi e tagliare gli acini nel senso della lunghezza
CILIEGIA	Rimuovere il nocciolo e tagliare in 4 pezzi
WURTSEL	Evitare il tagliare rondella tagliare in 4 nel senso della lunghezza e poi in piccoli pezzi
MOZZARELLA	Tagliare in piccoli pezzi, evitare di aggiungerla come ingrediente a piatti caldi (quando fonde può inglobare altri componenti)
POMODORINI E OLIVE	Tagliare in 4 parti e eventualmente in parti più piccoli
KIWI	Tagliare il frutto nel senso della lunghezza e poi ricavarne pezzi più piccoli, evitare il taglio a rondella
ALIMENTI SEMISOLIDI O SOLIDI	
GNOCCHI	Evitare l'abbinamento a formaggi che possono sciogliersi e creare l'effetto 'colla'
PASTA	Formati piccoli
ALIMENTI DURI O SECCHI	
CAROTE	Evitare il tagliare rondella tagliare in 4 nel senso della lunghezza e poi in piccoli pezzi

FINOCCHIO CRUDO O SEDANO	Eliminare i filamenti e tagliare in piccoli pezzi
<b>ALIMENTI APPICCIICOSI O COLLOSI</b>	
CARNE O PEZZI DI FORMAGGIO	Tagliare in piccoli pezzi
PROSCIUTTO CRUDO	Eliminare il grasso, e tagliare in piccoli pezzi da distribuire in modo separato.
FORMAGGI DENSI	Spalmare sul pane
MELA E PERA	Tagliare in piccoli pezzi; nel primo anno di vita frullare o grattugiare
PESCA PRUGNA SUSINA	Rimuovere il nocciolo, e tagliare in piccoli pezzi o frullare o grattugiare.

A tal proposito dopo un confronto diretto con le insegnanti della scuola dell'infanzia è stato deciso che:

Stracchino pur essendo un formaggio denso può essere distribuito (le linee guida lo autorizzano)

Prosciutto crudo magro, solo su esplicita richiesta scritta da parte delle insegnanti, in tal caso verrà inviato dal centro cottura al refettorio già tagliato

Inoltre per una finalità educativa per insegnare ai bambini il corretto utilizzo delle posate, a riconoscere ciò che hanno nel piatto ma anche per imparare a masticare, cibi come le frittate, il filetto di pesce, gli hamburger, le polpette, verranno inviati interi, mentre le carni (scaloppina bocconcino) la coscia di pollo ed il prosciutto verranno inviati già sminuzzati.

### L'ATTENZIONE PER L'AMBIENTE

In ogni refettorio è presente un "fontanello" che eroga acqua dell'acquedotto comunale micro-filtrata; nel refettorio vi sono delle brocche che vengono riempite dai bambini, limitando così l'utilizzo di bottiglie in plastica se non in occasioni particolari.

Le **posate** sono in acciaio inox

I **bicchieri** in vetro o in policarbonato, lavabili e riutilizzabili, così come le stoviglie

I refettori sono dotati di lavastoviglie industriali dove vengono utilizzati detersivi a basso impatto ambientale.

Il refettorio di Terranuova Bracciolini è dotato di pannelli fotovoltaici.

Vi è un'attenta politica della gestione della materia prima: ordini, stoccaggio, controllo date di scadenza ecc.

Gli ordini delle derrate alimentari vengono effettuate settimanalmente in relazione alle scorte presenti in magazzino ed al menu in programma; per alcuni alimenti come frutta e verdura, le consegne sono quotidiane al fine di ridurre gli sprechi di cibi scaduti, avariati o danneggiati.

### MENU SETTIMANALE

IL MENU DEL GIORNO:

1°piatto (pasta comune o riso) asciutto con condimenti di vario tipo: pomodoro, pesto verdure, ragù, oppure minestra di verdura (passato o crema) o di legumi

2° piatto scegliendo a rotazione fra: carne bianca carne rossa, pesce, formaggio (da prediligere sulla frequenza del salume magro), prosciutto crudo o cotto, piatti a base di uova (omelette, frittate e tortini), oppure piatti base di legumi  
Contorno di verdura di stagione cruda o cotta (di stagione o surgelata), patate o legumi\_  
Pane toscano o integrale prodotto con farine italiane  
Frutta fresca di stagione di provenienza nazionale  
Condimento olio extravergine d'oliva bio e parmigiano reggiano DOP  
Una volta al mese la porzione di frutta verrà sostituita da una porzione di torta di nostra produzione.

Al fine di rispettare la stagionalità degli ingredienti, durante la ripetizione delle settimane, i condimenti di primi piatti a base di verdure potranno essere modificati esempio risotto alle zucchine (settembre) con risotto alla zucca (novembre).

### **MODIFICHE AL MENU PROGRAMMATO**

A seguito di criticità come ad esempio lo scarso gradimento dei piatti, si procede con la sostituzione del piatto, oppure la modifica degli ingredienti o della tecnica di cottura e presentazione

- in caso di assemblea o sciopero del personale scolastico, il menu verrà semplificato a:

pasta o riso all'olio

piatto freddo (formaggio, salumi o tonno)

verdure crude o a discrezione del centro cottura

Il pane e la frutta sono sempre garantiti.

La scuola, l'ufficio scuola del comune, ricevono tempestivamente comunicazione della variazione menu, gli utenti possono informarsi anche attraverso il sito aziendale **[www.centropluriservizi.com](http://www.centropluriservizi.com)**