

MENU' INVERNO
RISTORAZIONE SCOLASTICA COMUNE DI CERRETO D'ESI
 ANNO SCOLASTICO 2017/2018

MENU' PROPOSTO DA		MENU' VALIDATO DA			
COMUNE DI CERRETO D'ESI / COMMISSIONE MENSA		SIAN - ASUR MARCHE AV2 FABRIANO			
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 ^a Settimana	<i>Menù Piatto Unico</i>	Minestrone invernale (cereali/legumi/verdure)	Pasta con pomodoro e panna	Risotto allo zafferano	Pasta olio e parmigiano
	Tagliatelle con ragù di carne	Mozzarella/stracchino /Parmigiano	Petto di tacchino	Uova sode o frittata	Filetti di platessa al forno
	fantasia di verdure (crude e cotte)	Patate	Insalata mista	Verdure cotte	Verdure crude
	bruschetta con olio extra vergine di oliva	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2 ^a Settimana	Pasta al pomodoro	Pasta e legumi	Riso con olio e parmigiano	Minestra in brodo vegetale	<i>Menù Piatto Unico</i>
	Polpette di carne	Pesce al forno	Arista di maiale	Polpettone di tonno	Ravioli al pomodoro
	Insalata	Patate o purè di patate	Verdure cotte	Verdure crude	Fantasia di verdure (crude e cotte)
	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Bruschetta con olio extra vergine di oliva
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Dolce al forno	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
3 ^a Settimana	Risotto con verdure	Minestrone invernale (cereali/legumi/verdure)	<i>Menù Piatto Unico</i>	Pasta olio e parmigiano	Pasta integrale con pomodoro e panna
	Frittata	Formaggio fresco spalmabile	Tortellini al pomodoro	Polpettone	Pesce al forno
	Verdure cotte	Patate lesse o arrosto o purè	Fantasia di verdure (crude e cotte)	Insalata mista	Verdure crude
	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Bruschetta con olio extra vergine di oliva	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
4 ^a Settimana	Pasta e legumi	<i>Menù Piatto Unico</i>	Pasta con tonno	Orzo /Riso al pomodoro	Pasta olio e parmigiano
	Prosciutto cotto	Pasta al forno con ragù di carne	Ricotta / formaggio fresco	Pollo arrosto	Pesce al forno
	Verdure crude	Fantasia di verdure (crude e cotte)	Verdure crude	Verdure cotte	Verdure cotte
	Pane/Pane Integrale	Bruschetta con olio extra vergine di oliva	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale	Pane/Pane Integrale
	Dolce al forno	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

RACCOMANDAZIONI SIAN ASUR AV2

Il menù è stato valutato e dopo opportune modifiche validato tenendo in considerazione le difficoltà organizzative legate alla fornitura delle materie prime e alla preparazione di specifici alimenti nello stesso giorno o in alcuni giorni della settimana.

Eventuali spostamenti durante la settimana o modifiche occasionali per problematiche tecniche organizzative devono essere comunicate dal Comune /Gestore preventivamente alle famiglie.

La migliore modalità di preparazione e presentazione del piatto è affidata alla responsabilità del centro cottura affinché sia garantita una minimale presenza di scarti.

Le richieste di diete speciali per patologie / allergie alimentari devono essere presentate dai genitori al Comune tramite apposita modulistica corredata da certificazione medica attestante la patologia e gli alimenti da escludere. In fase di preparazione devono essere predisposti pasti personalizzati.

NOTE RELATIVE AL MENU'

Porre attenzione alle modalità di preparazione (taglio, affettatura...) degli alimenti considerati più pericolosi per i bimbi dell'infanzia relativamente al rischio soffocamento

Verdura: garantire l'utilizzo prevalente di verdura di stagione; solo per i vegetali che necessitano di operazioni di preparazione particolarmente difficoltose utilizzare verdure surgelate a garanzia di migliore sicurezza igienica.

Alternare durante la settimana le verdure nel seguente modo :
 - verdure crude 2-3 volte a settimana di cui insalata 1 volta a settimana
 - verdure cotte 1-2 volte a settimana

Le patate sono state previste nel menù massimo 1 volta a settimana

Relativamente all'utilizzo di prodotti vegetali di stagione si fornisce il seguente schema di utilizzo per il periodo autunno inverno (periodo ottobre - aprile) relativo ai vegetali disponibili nei vari mesi:

- Verdura cotta/cruda: alternare in base alla stagionalità bieta, broccoli, carote, cavolo cappuccio, cavolo nero, cavolo rosso, finocchi, indivia, insalate, pomodoro, porro, radicchio, rucola, spinaci, verza, zucca gialla.

- Frutta: alternare in base alla stagionalità arance, banana, clementine, kiwi, mela, melone invernale, pera.
 Si precisa inoltre di evitare la somministrazione della banana nei giorni in cui sono previste le patate.

- Relativamente al pane la Commissione Mensa ha proposto come prova l'utilizzo di pane integrale 2 volte al mese a settimane alterne. Successivamente in relazione all'andamento dei consumi si valuterà l'eventuale utilizzo di pane integrale almeno una volta a settimana