

# MENÙ' PRIMAVERA - ESTATE 2019

## SCUOLA NIDO INFANZIA COCCINELLA

In vigore dal 15/04/2019 al 25/10/2019

**LUNEDI'**

**MARTEDI'**

**MERCOLEDI'**

**GIOVEDI'**

**VENERDI'**

### Prima settimana

Dal 15/04/2019 al 19/04/2019 - Dal 13/05/2019 al 17/05/2019 - Dal 10/06/2019 al 14/06/2019 – Dal 02/09/2019 al 06/09/2019 Dal 30/09/2019 al 04/10/2019

Pasta al tonno Sformato profumata al pesto Verdura cruda o cotta Pane	Vellutata di zucchine e porri con pasta (^) Pasta con ricotta e zucchine (bianca) Pollo al forno Verdura cruda o cotta - Pane	Pasta all'olio e parmigiano Polpette di pesce Verdura cruda o cotta - Pane	Crema di piselli con Riso (^)Riso con crema di piselli Formaggio Verdura cruda o cotta - Pane	Pasta al pomodoro Pesce gratinato al forno Patate lessate Pane
<b>Merenda:</b> Yogurt Alla Frutta	<b>Merenda:</b> Frutta Fresca	<b>Merenda:</b> Pizza rossa	<b>Merenda:</b> Frutta Fresca	<b>Merenda:</b> Gelato/Torta da forno (secondo stagione)

### Seconda settimana

Dal 22/04/2019 al 26/04/2019 - Dal 20/05/2019 al 24/05/2019 - Dal 17/06/2019 al 21/06/2019 - Dal 09/09/2019 al 13/09/2019 - Dal 07/10/2019 al 11/10/2019

Risotto rosa Prosciutto cotto Verdura cruda o cotta Pane	Vellutata mediterranea /pasta <u>oppure</u> (^)Pasta con zucchine (rossa) Polpette di ricotta e piselli Verdura cruda o cotta - Pane	Pasta alla portofino Pesce in crosta di mais Verdura cruda o cotta Pane	Crema di carote e verdura /pasta (^) Pasta al profumo di salvia Cotoletta di pollo - Verdura cruda o cotta - Pane	Pasta alla siciliana (con melanzane) Pesce gratinato al forno Verdura cruda o cotta - Pane
<b>Merenda:</b> Frutta Fresca	<b>Merenda:</b> Succo frutta e Cracker	<b>Merenda:</b> Yogurt Alla Frutta	<b>Merenda:</b> Frutta Fresca	<b>Merenda:</b> gelato/pane e marmellata (secondo stagione)

### Terza settimana

Dal 29/04/2019 al 03/05/2019 - Dal 27/05/2019 al 31/05/2019 - Dal 24/06/2019 al 28/06/2019 - Dal 16/09/2019 al 20/09/2019 - Dal 14/10/2019 al 18/10/2019/2018

<b>PIATTO UNICO:</b> Lasagne al ragù di soia Patate gratinate Pane	Passato di fagioli con pasta <u>oppure</u> (^) Pasta all'olio e parmigiano Pepite di zucchine Verdura cruda o cotta - Pane	Pasta al pomodoro Pesce in crosta di mais Verdura cruda o cotta Pane	Passato di verdure con pastina (^)Pasta con pesto di zucchine Bocconcini di pollo al limone Verdura cruda o cotta Pane	Risotto con crema delicata ai peperoni Polpettone di tonno Verdura cruda o cotta Pane
<b>Merenda:</b> latte e biscotti	<b>Merenda:</b> Frutta fresca	<b>Merenda:</b> Pizza Rossa	<b>Merenda:</b> gelato/Torta da forno e karkadè (secondo stagione)	<b>Merenda:</b> frutta fresca

### Quarta settimana

Dal 06/05/2019 al 10/05/2019 - Dal 03/06/2019 al 07/06/2019 - Dal 23/09/2019 al 27/09/2019 - Dal 21/10/2019 al 25/10/2019

Crema di legumi con Pasta <u>oppure</u> (^) Pasta con pomodoro e piselli Tortino di carote e zucchine Verdura cruda o cotta - Pane	<b>PIATTO UNICO:</b> Pasta al ragù di bovino Patate al forno Pane	Pasta all'olio e parmigiano Pesce dorato al forno Verdura cruda o cotta Pane	Pasta alla mediterranea Polpette di melanzane Verdura cruda o cotta Pane	Passato di verdure con riso (^) Risotto al pesto Pesce crosta di mais Verdura cruda o cotta Pane
<b>Merenda:</b> Gelato/ pane e marmellata (secondo stagione)	<b>Merenda:</b> Frutta Fresca	<b>Merenda:</b> yogurt alla frutta	<b>Merenda:</b> frutta fresca	<b>Merenda:</b> Focaccia e camomilla

**NOTE :** Tutti i giorni colazione a base di frutta o verdura fresca di stagione - I formati di pasta utilizzati saranno di grandezza graduale, adeguati all'età dei bambini.

(^) Durante la stagione calda è possibile sostituire i primi piatti in brodo con le alternative proposte.

## L'EQUILIBRIO NUTRIZIONALE DEL MENU SCOLASTICO

I criteri di riferimento per la formulazione delle tabelle dietetiche e dei menu scolastici seguono gli orientamenti proposti dalla più recente revisione dei LARN (Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti 2014) e le LINEE GUIDA per una SANA ALIMENTAZIONE ITALIANA (revisione 2003), compatibilmente con le grammature fissate dal capitolato d'appalto.

Calorie giornaliere	Calorie del pasto
---------------------	-------------------

Nido d'Infanzia

1085 ± 5%

543\*

\*Pranzo e Merenda: Pranzo: 40% delle calorie totali Merenda: 10% delle calorie totali

## SUGGERIMENTI PER GLI ALTRI PASTI DELLA GIORNATA

**Per la prima colazione e la merenda** preferire alimenti energetici, facilmente digeribili, come:

- \* pane, fette biscottate, biscotti secchi, fiocchi di cereali, con eventuale aggiunta di piccole quantità di miele o marmellata: forniscono energia di pronta e facile utilizzazione;
- \* yogurt e latte assicurano un buon apporto di calcio e proteine;
- \* frutta (anche sotto forma di frullati): garantisce vitamine, minerali e fibre.

**Durante la mattina** privilegiare ingredienti poco energetici, come la frutta fresca, che non compromettono l'appetito per il pranzo.

**A cena** completare con varietà e fantasia il pranzo scolastico, consultando il menù e scegliendo ingredienti diversi da quelli già consumati.

## DIETE PARTICOLARI

**Dieta in bianco** senza certificato medico per leggera indisposizione: può essere prenotata giornalmente, **per 1 o 2 giorni consecutivi**.

**Dieta speciale** per patologia, allergia o intolleranza con certificato medico: esclusivamente per bambini o adulti che necessitano di un'alimentazione mirata a prevenire e/o curare specifiche patologie (allergie alimentari, diabete, ecc.).

**Diete personalizzate** motivate da particolari esigenze personali e/o etico-religiose, disponibili su richiesta scritta degli utenti, avvallata dall'amministrazione comunale.

## LA COTTURA DEI CIBI

Tutti gli alimenti vengono cucinati al mattino, immediatamente prima del consumo dei pasti.

**Nessun alimento viene sottoposto a frittura.**

## CONDIMENTI

- parmigiano reggiano stagionato 24 mesi, per insaporire i primi piatti.
- olio extra vergine d'oliva per il condimento a crudo ed in minima quantità a fine cottura.
- sale fortificato con iodio, succo di limone, erbe aromatiche, brodo vegetale.

**Non vengono utilizzati alimenti precotti, spezie, preparati per brodo, additivi quali conservanti e/o coloranti.**

## PRINCIPALI INGREDIENTI DEI PIATTI CON NOMI DI FANTASIA

**Sugo Rosa:** barbabietola rossa, besciamella (latte Uht parzialmente scremato, olio e.v.oliva, farina, parmigiano reggiano), prezzemolo e sale.

**Sugo al profumo di salvia:** salvia, besciamella (latte Uht parzialmente scremato, olio e.v.oliva, farina, parmigiano reggiano), prezzemolo e sale.

**Pesto di zucchine:** zucchine, basilico, prezzemolo, parmigiano, olio e.v.oliva, aglio e sale iodato.

**Sugo alla crema delicata di peperoni:** peperoni, besciamella (farina tipo "O", olio e.v.oliva, latte p.s., parmigiano reggiano), cipolla, olio e.v.oliva e sale iodato.

**Polpette di melanzane:** Melanzane, patate lessate, pane grattugiato, parmigiano, ricotta, uova, prezzemolo, basilico e sale iodato.

**Pepite di zucchine:** Zucchine, patate lessate, ricotta, uova, pane grattugiato, parmigiano, prezzemolo, basilico e sale iodato.

## LE NOSTRE MATERIE PRIME

### **PRODOTTI BIOLOGICI:**

pasta di semola, integrale, riso, orzo, farro, farina di mais precotta, latte intero UHT, ricotta, stracchino, mozzarella, emmenthal, olio extra v. d'oliva, uova pastorizzate, cracker, biscotti, confettura di frutta, verdure surgelate, passata e polpa di pomodoro, erbe aromatiche, frutta e verdura fresca (secondo stagionalità), latte ps UHT e latte intero fresco (per merenda), yogurt alla frutta, plum cake e tortino "Porretta", mousse di frutta, pane fresco, integrale, focaccia al forno, farina di grano tenero, burro, carne bovina e suina fresca, Parmigiano Reggiano **DOP** stagionatura minima 24 mesi.

### **PRODOTTI DOP e IGP:**

Prosciutto crudo di Parma e Modena, mortadella di Bologna, formaggio Asiago, pesca nettarina e pera dell'Emilia Romagna, aceto balsamico di Modena.

### **ALTRI PRODOTTI UTILIZZATI CON CARATTERISTICHE RILEVANTI:**

filetto di platessa e limanda surgelati certificati MSC, tonno all'olio d'oliva qualità Pinne Gialle, Torte da forno di produzione interna, banane, cacao e cioccolato barretta del mercato equosolidale. Prosciutto cotto di prima qualità senza polifosfati, lattosio, caseinati, glutine, inserito nel prontuario AIC. Tutte le carni provengono da animali nati e allevati in Italia.

**CIR food è impegnata a garantire l'utilizzo di materie prime alimentari senza ingredienti modificati geneticamente.**

**SI INFORMANO I GENTILI CLIENTI CHE GLI ALIMENTI CONTEMPLATI NEL MENU' POSSONO CONTENERE UNO O PIU' DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO. Elenco degli Allergeni alimentari (ai sensi del Reg. UE 1169/11, D.Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.)** – Cereali contenenti glutine (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, khorosan-kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati. Crostacei e prodotti derivati. Uova e prodotti derivati. Pesce e prodotti derivati. Arachidi e prodotti derivati. Soia e prodotti derivati. Latte e prodotti derivati, incluso lattosio. Frutta a guscio, cioè mandorle, noccioline, noci comuni, noci di anacardi, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e prodotti derivati. Sedano e prodotti derivati. Senape e prodotti derivati. Semi di sesamo e prodotti derivati. Anidride solforosa e solfiti (possibilmente contenuti nei vini). Lupini e prodotti derivati. Molluschi e prodotti derivati. **Si invitano i consumatori allergici ad uno o più degli allergeni sopra riportati a richiedere informazioni sugli ingredienti utilizzati dal personale CIR Food e ad attivare l'iter di richiesta del menù personalizzato per allergia/intolleranza.**

## **CERTIFICAZIONI DI QUALITÀ E SISTEMA DI AUTOCONTROLLO HACCP**

La Cooperativa Italiana di Ristorazione ha ottenuto nel Giugno del 1997 la certificazione del Sistema di Gestione della Qualità secondo la norma UNI EN ISO 9001, aggiornata nel 2009 rispetto alla nuova versione 2008. Nel 2003 ha conseguito la Certificazione del Sistema di Gestione Ambientale ai sensi della norma UNI EN ISO 14001:2004. In conformità al Reg. CE 852/04, le cucine CIR food applicano un Sistema di Autocontrollo progettato e sviluppato sui principi del sistema HACCP, certificato in 4 cucine centrali ai sensi della norma UNI 10854. Il Sistema di Autocontrollo, che comprende anche sistematici processi di analisi e controllo, è applicato in tutte le unità di produzione e vendita a gestione diretta, come garanzia della sicurezza igienico sanitaria del prodotto/servizio erogato. CIR food nel 2007 ha conseguito la Certificazione del Sistema di Gestione della Sicurezza Alimentare, secondo la norma UNI EN ISO 22000, applicato a realtà produttive diffuse in tutto il territorio nazionale. Dal 2009 è stato aggiunto ai sistemi certificati quello relativo alla Responsabilità Sociale secondo la norma SA8000 e dal giugno 2010 la certificazione BS OHSAS 18001 relativa al Sistema di Gestione per la Salute e Sicurezza sul Lavoro; dal 2011 è attiva la Certificazione UNI EN ISO 22005:2008 relativa alla Rintracciabilità nelle filiere Agroalimentari, essa è applicata ad un Centro di Preparazione Pasti dedicato alla ristorazione scolastica e socio-assistenziale. Tutti i sistemi sopra indicati sono integrati nel Sistema Qualità ISO 9001, esteso ed applicato ai diversi segmenti di attività in cui CIR food opera ed a tutte le unità di produzione e vendita attive sul territorio nazionale.

**Ufficio Prodotto Area Emilia Est - 15/04/2019**