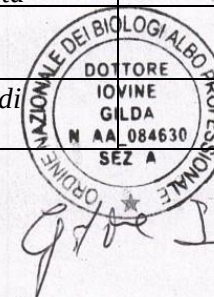


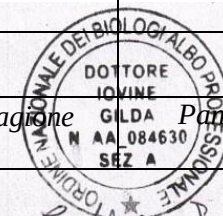
Menu Mensa Itri -AUTUNNO/INVERNO

1 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Pasta con Olio evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Pasta con zucca (1)</i>	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con Fagioli (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro e Basilico (1)</i>	<i>Pasta con Lenticchie (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Prosciutto cotto di "Alta Qualità"</i>	<i>Polpettina di carne Bianca (1,3)</i>	<i>Platessa Gratinata (1,4)</i>	<i>Formaggio cremoso o Mozzarella (7)</i>	<i>Bocconcini di pollo gratinati (1)</i>
Contorno	<i>Biete all'agro</i>	<i>Finocchi</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Insalata</i>	<i>Carote</i>
	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Purea di frutta</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>
2 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con Piselli (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro e basilico (1)</i>	<i>Pasta con Lenticchie (1)</i>	<i>Pasta con olio evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Pasta con zucca (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Merluzzo in umido (4)</i>	<i>Polpettine di pollo</i>	<i>Frittata (3)</i>	<i>Platessa gratinata (1,4)</i>	<i>Formaggio cremoso o Mozzarella (7)</i>
Contorno	<i>Zucca</i>	<i>Patate al forno</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Carote</i>	<i>Insalata</i>
	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Purea di frutta</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>
3 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con zucca (1)</i>	<i>Pasta con olio Evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Pasta con lenticchie (1)</i>	<i>Focaccia all'olio (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro e basilico (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Frittata</i>	<i>Lonza di Maiale</i>	<i>Bastoncini di merluzzo (1,3,4)</i>	<i>Formaggio cremoso o Mozzarella (7)</i>	<i>Polpettina di bovino (1,3)</i>
Contorno	<i>Patate al forno</i>	<i>Biete all'agro</i>	<i>Insalata</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Carote</i>
	<i>Pane e Purea di frutts</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>
4 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Pasta al Minestrone (1)</i>	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con olio evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Pasta con piselli (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro (1)</i>	<i>Pasta con lenticchie (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Formaggio cremoso o Mozzarella (7)</i>	<i>Frittata (3)</i>	<i>Bocconcini di tacchino gratinati (1)</i>	<i>Prosciutto cotto di "Alta Qualità"</i>	<i>Platessa Gratinata (1,4)</i>
Contorno	<i>Fagiolini</i>	<i>Finocchi</i>	<i>Insalata</i>	<i>Biete</i>	<i>Carote</i>
	<i>Pane e frutta distagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e purea</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>



Menu Mensa Itri -PRIMAVERA/ESTATE

1 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Pasta con Olio evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con zucchine (1)</i>	<i>Pasta con Lenticchie (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro e Basilico (1)</i>	<i>Pasta con Piselli (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Prosciutto cotto di "Alta Qualità"</i>	<i>Polpettina di carne Bianca (1,3)</i>	<i>Platessa Gratinata (1,4)</i>	<i>Formaggino (7)</i>	<i>Bocconcini di pollo gratinati (1)</i>
Contorno	<i>Zucchine</i>	<i>Finocchi</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Insalata</i>	<i>Carote</i>
	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Pura di frutta</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Pura di frutta</i>
2 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Cereali Pasta con Fagioli (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro e basilico (1)</i>	<i>Pasta con Lenticchie (1)</i>	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con olio evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Pasta con zucchine (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Merluzzo in umido (4)</i>	<i>Bocconcini di pollo</i>	<i>Frittata (3)</i>	<i>Formaggio cremoso o Mozzarella (7)</i>	<i>Platessa gratinata (1,4)</i>
Contorno	<i>Carote</i>	<i>Patate al forno</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Biete</i>	<i>Insalata</i>
	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Pura di frutta</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>
3 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Cereali(Orzo,farro,riso) con zucchine (1)</i>	<i>Pasta con olio Evo e Parmigiano (1,7)</i>	<i>Pasta con lenticchie (1)</i>	<i>Focaccia all'olio (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro e basilico (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Uova strapazzate (3)</i>	<i>Lonza di Maiale (7)</i>	<i>Bastoncini di merluzzo (1,3,4)</i>	<i>Formaggino (7)</i>	<i>Polpettina di bovino (1,3)</i>
Contorno	<i>Piselli</i>	<i>Biete</i>	<i>Insalata</i>	<i>Fagiolini</i>	<i>Carote</i>
	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Pura di frutta</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>
4 Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo Piatto	<i>Pasta con minestrone estivo (1)</i>	<i>Cereali(Orzo,farro,riso)con olio evo e Parmigiano (7)</i>	<i>Pasta con piselli (1)</i>	<i>Pasta al pomodoro (1)</i>	<i>Pasta con lenticchie (1)</i>
Secondo Piatto	<i>Bocconcini di tacchino gratinati (1)</i>	<i>Frittata (3)</i>	<i>Formaggio cremoso o Mozzarella (7)</i>	<i>Prosciutto cotto di "Alta Qualità"</i>	<i>Platessa Gratinata (1,4)</i>
Contorno	<i>Fagiolini</i>	<i>Finocchi</i>	<i>Insalata</i>	<i>Zucchine</i>	<i>Carote</i>
	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e frutta di stagione</i>	<i>Pane e Pura di frutta</i>

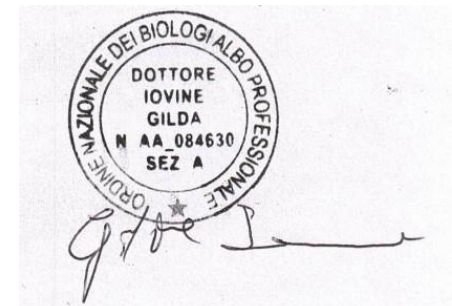


ELENCO ALLERGENI (Reg.1169/2011)

1		CEREALI CONTENENTI GLUTINE (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati
2		CROSTACEI e prodotti derivati
3		UOVA e prodotti derivati.
4		PESCE e prodotti derivati, tranne: gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino
5		ARACHIDI e prodotti derivati.
6		SOIA e prodotti derivati
7		LATTE e prodotti derivati, incluso lattosio
8		FRUTTA A GUSCIO , cioè mandorle (<i>Amygdalus communis</i> L.), nocciole (<i>Corylus avellana</i>), noci comuni (<i>Juglans regia</i>), noci di anacardi (<i>Anacardium occidentale</i>), noci di pecan (<i>Carya illinoensis</i> (Wangenh) K. Koch), noci del Brasile (<i>Bertholletia excelsa</i>), pistacchi (<i>Pistacia vera</i>), noci del Queensland (<i>Macadamia ternifolia</i>) e prodotti derivati
9		SEDANO e prodotti derivati
10		SENAPE e prodotti derivati
11		Semi di SESAMO e prodotti derivati
12		ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/Kg o 10 mg/l espressi come SO ₂ .
13		LUPINI e prodotti derivati
14		MOLLUSCHI e prodotti derivati

GLI ALLERGENI SONO INDICATI SUL MENU' CON IL NUMERO DI RIFERIMENTO o SUL REGISTRO ALLERGENI

LE PRODUZIONI INTERNE HANNO CARATTERE ARTIGIANALE: NON È QUINDI POSSIBILE GARANTIRE LA TOTALE ASSENZA DI TRACCE DI ALLERGENI NEI PRODOTTI FINITI, ANCHE QUANDO NON PREVISTI IN RICETTA. IL PERSONALE È A DISPOSIZIONE PER ULTERIORI INFORMAZIONI

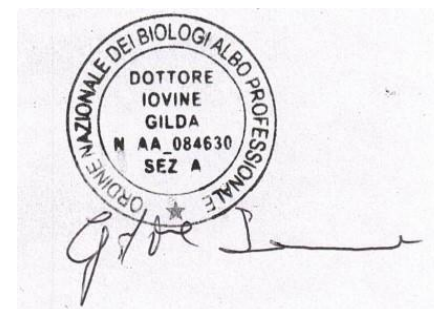


NOTE DI APPENDICE AL MENU:

- L'acqua sempre disponibile
- Pane servito dopo il primo piatto a discrezione della scuola.
- Verdure crude e cotte servite come contorno o come apertura a discrezione della scuola.
- Frutta fresca proposta dopo il pranzo. Durante la settimana vengono somministrate almeno 3 diverse tipologie di frutta
- Il primo alternando vari tipi di cereali
- Pesce almeno 1/2 volte a settimana
- Utilizzo esclusivo di olio EVO da dichiarazione
- Utilizzo di sale di tipo iodato, da dichiarazione
- Grammature conformi con Linea Guida ristorazione scolastica dell'ATS di Riferimento
- Utilizzo di Pasta e Riso di Origine Biologica
- Preparazione di un dolce mensile a basso contenuto di zuccheri

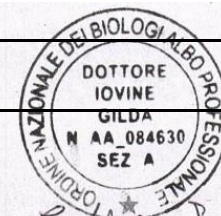
NOTE DI APPENDICE PER LE PREPARAZIONI:

- Per le preparazioni destinata agli utenti dell'asilo e dell'infanzia utilizzare: pasta di piccolo formato , creme di legumi e passati di verdura
- L'alternanza di Pasta integrale, Pasta, Riso e Farro può avvenire senza alterare gli standard nutrizionali giornalieri.



GRAMMATURE PREVISTE (Peso a crudo al netto degli scarti)

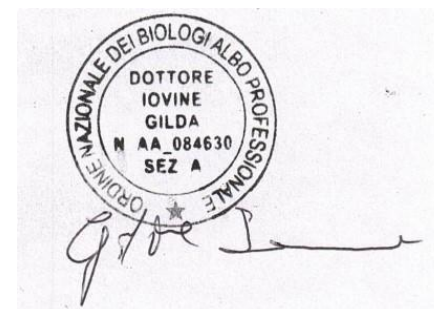
GRUPPI DI ALIMENTI	0-3 ANNI	3-6 ANNI	6-11 ANNI
CEREALI (pasta, riso, orzo....)			
Preparazioni asciutte	40 g	60 g	80g
Preparazioni in brodo	30g	40g	60g
Farina di mais per polenta	50g	60g	70g
Ravioli	60g	70g	90g
Focaccia all'olio (dopo cottura)	120g	150g	200g
PANE	25g	30g	50g
CARNE - AFFETTATI	30g	40g	50g
PESCE	30g	40g	60g
UOVA	30g	40g	50g
FORMAGGI			
Freschi (tipo caciotta)	40g	50g	60g
Ricotta vaccina	50g	60g	80g
Stagionati (parmigiano reggiano)	15g	20g	30g
Formaggio grattugiato	5g	7g	10g
LEGUMI			
Proposti come secondo piatto	15g secchi 30g freschi/surgelati	20g secchi 40g freschi/surgelati	35g secchi 70g freschi/surgelati
Nei primi piatti	15g secchi 30g freschi/surgelati	30g secchi 60g freschi/surgelati	40g secchi 80g freschi/surgelati
PATATE			
Come contorno	80g	100g	120g
VERDURE			
Insalata, <i>carote julienne, finocchi....</i>	25g	30g	50g
Altra verdura,(fagiolini, spinaci...)	80g	80-100g	100-120g
FRUTTA	80g	100g	100g
OLIO EX.VERGINE (al giorno)	8g	10g	13g
SALE IODATO	q.b.	q.b.	q.b.



ghe

“FREQUENZA DEGLI ALIMENTI PER I MENÙ SCOLASTICI”

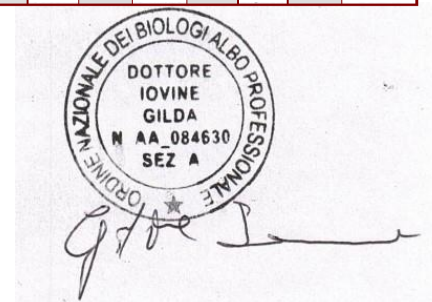
PIATTI	FREQUENZA settimanale	FREQUENZA mensile
PRIMI PIATTI A BASE DI CEREALI (PASTA, RISO, FARRO...) ASCIUTTI	3-4	12-16
PRIMI PIATTI A BASE DI CEREALI (PASTA, RISO, ORZO, FARRO...) IN BRODO (PASSATI, CREME, ZUPPE, MINESTRE, ECC.)	1-2	4-8
PIATTO UNICO	1-2	4-8
CARNE «ROSSA» (BOVINO, SUINO)	0-1	2-3
CARNE «BIANCA» (AVICUNICOLA, OSSIA POLLO, TACCHINO E CONIGLIO)	1	4
PESCE	1-2	4-8
LEGUMI (PISELLI, FAGIOLI, CECI, LENTICCHIE)	1-2	4-8
UOVA	0-1	2-4
FORMAGGI	0-1	2-4
VERDURA CRUDA E/O COTTA	5	TUTTI I GIORNI
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	5	TUTTI I GIORNI
PANE	5	TUTTI I GIORNI
PATATE/PURE'	0-1	0-4
YOGURT*		4
PRODOTTI DA FORNO DOLCI*		1



CALENDARIO FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE

VERDURA	Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
Asparagi			X	X	X							
Bietole	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Broccoli	X	X	X						X	X	X	X
Carciofi	X	X	X	X		X				X	X	X
Cardi	X	X									X	X
Carote	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cavolfiori	X	X	X	X						X	X	X
Cavoli	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cetrioli		X				X	X	X	X			
Cicorie	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cime Di Rapa	X	X										X
Cipolle				X	X	X	X					
Cipolline			X	X	X							
Fagiolini					X	X	X	X	X			
Fave				X	X	X	X					
Finocchi	X	X	X	X	X					X	X	X
Insalate			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Melanzane						X	X	X	X	X		
Patate	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Peperoni						X	X	X	X	X		
Piselli					X	X						
Pomodori					X	X	X	X	X			
Porri	X	X	X	X					X	X	X	X
Porcini								X	X	X		
Radicchi	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Ravanelli				X	X	X	X	X	X	X		
Rucola				X	X	X	X	X				
Sedani	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Spinaci	X	X	X	X	X				X	X	X	X
Zucche	X	X						X	X	X	X	X
Zucchine						X	X	X	X			

FRUTTA	Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
Albicocche						X	X	X				
Angurie							X	X				
Arance	X	X	X	X	X						X	X
Avocado											X	X
Banane	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cachi										X	X	X
Castagne										X	X	
Ciliege					X	X	X					
Fichi							X	X	X			
Fichi d'India									X			
Fragole				X	X	X	X	X				
Kiwi	X	X	X	X	X						X	X
Lamponi							X	X				
Limoni			X	X		X	X			X	X	
Mandaranci	X	X									X	X
Mandarini	X	X	X								X	X
Mele	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X
Mirtilli						X	X	X	X	X		
More								X				
Meloni		X					X	X	X			X
Pere	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X
Pesche						X	X	X	X			
Pompelmi	X											X
Prugne						X	X	X	X			
Ribes							X	X				
Uva								X	X	X		



ASILO NIDO

MERENDA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
LATTE E BISCOTTI	OMOGENEIZZATO DI FRUTTA	YOGURT	SUCCO DI FRUTTA	YOGURT

