

**SCUOLA INF. A.VOLTA - BRECCIA Menù ESTIVO dal 2 Maggio 2023 (dalla 1° settimana)**

SETT.	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
I°	Risotto allo zafferano <b>Mozzarella o Latteria</b> Pomodori Frutta fresca	Pasta <b>al Ragù di carne</b> Fagiolini Frutta fresca	Vellutata di zucchine <b>Prosciutto</b> Carote julienne Frutta fresca	Chicche al pomodoro <b>Platessa olio e limone</b> Insalata Frutta fresca	Gnocchetti grano saraceno con <b>Piselli</b> Zucchine al forno Frutta fresca
II°	Pasta integrale pomodoro e olive <b>Bocconcini di pollo</b> Fagiolini Frutta fresca	Riso e prezzemolo <b>Sformato di merluzzo</b> Pomodori Frutta fresca	Pasta burro e salvia <b>Insalata di legumi</b> Carote julienne Frutta fresca	Pizza Margherita con <b>Mozzarella (*)</b> Insalata mista Frutta fresca	Pasta allo zafferano <b>Frittata al forno</b> Zucchine al forno Frutta fresca
III°	Pasta al pomodoro <b>Polpettine di carne</b> Fagiolini Frutta fresca	<b>Crema di Legumi</b> Patate e carote al forno Frutta fresca	Pasta con <b>Ricotta (*)</b> , pomodorini e basilico <b>Uova strapazzate</b> Erbette Frutta fresca	Risotto con zucchine <b>Vitello primavera</b> Insalata Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro con <b>Nasello</b> Cetrioli Frutta fresca
IV°	Gnocchetti sardi al pesto <b>Petto di tacchino alla pizzaiola</b> Carote julienne Frutta fresca	Lasagne con crema di zucchine e <b>Merluzzo</b> Pomodori Frutta fresca	Vellutata di carote con orzo <b>Primo sale</b> Patate prezzemolate Frutta fresca	Insalata di riso con verdure e <b>Legumi</b> Fagiolini all'olio Frutta fresca	Ravioli di magro burro e salvia Insalata mista con <b>Uovo sodo (sbriciolato)</b> Frutta fresca

**NOTE:** ► Il presente **SCHEMA ALIMENTARE** è stato elaborato tenendo conto delle "Linee di indirizzo per la Ristorazione Collettiva in tempo di pandemia" per le scuole dell'infanzia (consultabile sul sito <https://www.ats-insubria.it/aree-tematiche/covid-19/ritorno-scuola>)

► Le **FREQUENZE DEI PIATTI**, nel rispetto di quelle previste dalle griglie per la costruzione delle tabelle dietetiche inserite nel documento sopra citato, sono:

**CARNE / AFFETTATI : n. 6 volte - PESCE n. 4 volte - LEGUMI n. 4 volte - UOVA: n. 3 volte - FORMAGGIO: n. 3 volte**

(N.B: L'INGREDIENTE CONTRADDISTINTO CON (\*) EQUIVALE A MEZZA PORZIONE)

► **FORMAGGIO:** Grana, Primo sale, Latteria, Mozzarella

► **VERDURA:** FRESCA DI STAGIONE (insalata, carote, cetrioli, pomodori, finocchi, zucchine, fagiolini, piselli, erbette, sedano, erbe aromatiche)

► **FRUTTA:** sempre FRESCA DI STAGIONE (mele, pere, banane, kiwi, fragole, pesche, albicocche, ciliege, prugne, melone)

► **SALE:** solo IODATO (minimo indispensabile)

► **PANE:** a BASSO CONTENUTO di SODIO

► **OLIO:** (EVO) EXTRA VERGINE DI OLIVA



# Tabella EVIDENZA ALLERGENI - Menù ESTIVO 2023

Sett.	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
I°	Risotto allo zafferano <b>Mozzarella o Latteria</b> Pomodori	Pasta <b>al Ragù di carne</b> Fagiolini	Vellutata di zucchine <b>Prosciutto</b> Carote julienne	Chicche al pomodoro <b>Platessa olio e limone</b> Insalata	Gnocchetti grano saraceno con <b>Piselli</b> Zucchine al forno
ALLERGENI	* 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano	* 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano	* 4 - Pesce * 7 - Latte e derivati	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati
II°	Pasta integrale pomodoro/ olive <b>Bocconcini di pollo</b> Fagiolini	Riso e prezzemolo <b>Sformato di merluzzo</b> Pomodori	Pasta burro e salvia <b>Insalata di legumi</b> Carote julienne	Pizza Margherita con <b>Mozzarella (*)</b> Insalata	Pasta allo zafferano <b>Frittata al forno</b> Zucchine al forno
ALLERGENI	* 7 - Glutine	* 1 - Glutine * 4 - Pesce * 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati	* 1 - Glutine * 3 - Uova * 7 - Latte e derivati
III°	Pasta al pomodoro <b>Polpettine di carne</b> Fagiolini	<b>Crema di Legumi</b> Patate e carote al forno	Pasta con <b>Ricotta (*)</b> , pomodorini e basilico <b>Uova strapazzate</b> Erbette	Risotto con zucchine <b>Vitello primavera</b> Insalata	Pasta integrale al pomodoro con <b>Nasello</b> Cetrioli
ALLERGENI	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati	* 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano	* 1 - Glutine * 3 - Uova * 7 - Latte e derivati	* 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano	* 1 - Glutine * 4 - Pesce
IV°	Gnocchetti sardi al pesto <b>Petto di tacchino alla pizzaiola</b> Carote julienne	Lasagne con crema di zucchine e <b>Merluzzo</b> Pomodori	Vellutata di carote con orzo <b>Primo sale</b> Patate prezzemolate	Insalata di riso con verdure e <b>Legumi</b> Fagiolini all'olio	Ravioli di magro burro e salvia Insalata mista con <b>Uovo sodo (sbriciolato)</b>
ALLERGENI	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati * 8 - Frutta a guscio	* 1 - Glutine * 4 - Pesce * 7 - Latte e derivati	* 1 - Glutine * 7 - Latte e derivati * 9 - Sedano		* 1 - Glutine * 3 - Uova * 7 - Latte e derivati Possibil tracce di: * 2 - Crostacei e derivati * 4 - Pesce e derivati * 8 - Frutta a guscio * 9 - Sedano

AD OGNI PASTO: - Pane (1 - Glutine / possibili tracce di 11 - Sesamo) se compatibile con struttura del pasto

## TABELLA DELLE 14 SOSTANZE CONSIDERATE "ALLERGENI"

REGOLAMENTO (UE) N. 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO E DEL CONSIGLIO del 25 ottobre 2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori (pubblicato sulla Gazzetta ufficiale dell'Unione europea IT - L 304/43 del 22.11.2011)

<b>1</b>	<b>GLUTINE</b>	Cereali, grano, segale, orzo, avena, farro, kamut (o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati	<b>8</b>	<b>FRUTTA A GUSCIO</b> e derivati	Tutti i prodotti che includono: - <b>mandorle</b> ( <i>Amigdalus communis</i> L.) - <b>nocciole</b> ( <i>Corylus avellana</i> ) - <b>noci comuni</b> ( <i>Juglans regia</i> ) - <b>noci di acagiù</b> ( <i>Anacardium occidentale</i> ) - <b>noci pecan</b> [ <i>Carya illinoiesis</i> (Wangenh) K.Koch] - <b>noci del brasile</b> ( <i>Bertholletia excelsa</i> ) - <b>noci del Queensland</b> ( <i>Macadamia ternifolia</i> ) - <b>pistacchi</b> ( <i>Pistacia vera</i> )		
<b>2</b>	<b>CROSTACEI</b> e derivati	Sia quelli marini che d'acqua dolce: gamberi, scampi, aragoste, granchi, paguri e simili					
<b>3</b>	<b>UOVA</b> e derivati	Tutti i prodotti composti con uova, anche in parte minima. Tra le più comuni: maionese, frittata, emulsionanti, pasta all'uovo, biscotti e torte anche salate, gelati e creme e così via			<b>9</b>	<b>SEDANO</b> e derivati	Presente in pezzi ma pure all'interno di preparati per zuppe, salse e concentrati vegetali
<b>4</b>	<b>PESCE</b> e derivati	Tutti quei prodotti alimentari che si compongono di pesce, anche se in piccole percentuali			<b>10</b>	<b>SENAPE</b> e derivati	Si può trovare nelle salse e nei condimenti, specie nella mostarda
<b>5</b>	<b>ARACHIDI</b> e derivati	Snack confezionati, creme e condimenti in cui vi sia anche in piccole dosi			<b>11</b>	<b>SEMI DI SESAMO</b> e derivati	Oltre ai semi interi usati per il pane, possiamo trovare tracce in alcuni tipi di farine
<b>6</b>	<b>SOIA</b> e derivati	Latte, tofu, spaghetti, etc.			<b>12</b>	<b>ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI</b> <i>(in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/l espressi come SO<sub>2</sub>.)</i>	Usati come conservanti, possiamo trovarli in: conserve di prodotti ittici, in cibi sott'aceto, sott'olio e in salamoia, nelle marmellate, nell'aceto, nei funghi secchi e nelle bibite analcoliche e succhi di frutta
<b>7</b>	<b>LATTE</b> e derivati (compreso il <b>lattosio</b> )	Yogurt, biscotti e torte, gelato e creme varie. Ogni prodotto in cui viene usato il latte			<b>13</b>	<b>LUPINO</b> e derivati	Presente ormai in molti cibi vegan, sotto forma di arrosti, salamini, farine e similari che hanno come base questo legume, ricco di proteine
			<b>14</b>	<b>MOLLUSCHI</b> e derivati	Canestrello, cannolicchio, capasanta, cuore, dattero di mare, fasolaro, garagolo, lumachino, cozza, murice, ostrica, patella, tartufo di mare, tellina e vongola etc.		