

COMUNE DI PIENZA – REFEZIONE SCOLASTICA
MENÙ PRIMAVERA - ESTATE A.S. 2023-2024
NIDO COMUNALE

	I ° SETTIMANA	II ° SETTIMANA	III ° SETTIMANA	IV ° SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta al pesto senza pinoli e frutta a guscio (basilico, olio, parmigiano) ^{1,7} Polpette di manzo ^{1,3,7} Carote grattugiate finemente Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana ⁷ Polpettone di manzo ^{1,3,7} Insalata di carote cotte a listarelle Frutta fresca di stagione	Pasta con verdure di stagione ^{1,9} Bocconcini di tacchino ¹ Zucchine al tegame Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro ^{9,1} Scaloppine al limone ¹ Insalata di carote cotte a listarelle Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Farro con zucchine in crema ¹ Frittata al forno ^{3,7} Pomodori e basilico Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con orzo ^{1,9} Scaglie di grana ^{3,7} / Robiola ⁷ Purè di patate ⁷ Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con pastina ^{1,9} Arista al forno Patate arrosto Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù di carne ^{1,9} Frittata al forno ^{3,7} Zucchine all'olio Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Passato di verdure con pastina ^{1,9} Sformato di verdure e ricotta ^{1,3,7} Patate prezzemolate Frutta fresca di stagione	Lasagne al pomodoro ^{1,3,7,9} Fagioli agli aromi Zucchine all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio ¹ Platessa/sogliola alla mugnaia ^{4,17} Insalata di pomodori e basilico Yogurt ^{7,5,8}	Focaccia al pomodoro ^{1,9} Ricotta/stracchino ⁷ Spinaci cotti Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro fresco e basilico ^{1,9} Pesce al forno* ^{4,1} Lenticchie Yogurt ^{7,5,8}	Pastina con crema di ceci ^{1,9} Uovo sodo ³ Insalata di pomodori e basilico Frutta fresca di stagione	Farro con zucchine in crema ¹ Uovo sodo ³ Insalata di carote cotte a listarelle Frutta fresca di stagione	Crema di patate e carote con pastina ¹ Petto di pollo Pisellini Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta all'olio ¹ Pollo arrosto Zucchine all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto senza pinoli e frutta a guscio (basilico, olio, parmigiano) ^{1,7} Merluzzo gratinato ^{1,4} Pisellini Frutta fresca di stagione	Pasta al ragù di carne ^{1,9} Scaglie sottili di grana ^{3,7} /robiola ⁷ Verdure di stagione miste al forno (zucchine, carote, melanzane) Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana ⁷ Polpette di merluzzo ^{1,4,3} Pomodori Yogurt ^{7,5,8}

Ad ogni pasto è prevista una porzione di pane¹ in base alle grammature previste; quando come contorno si consumano patate o legumi si consiglia di limitare il consumo di pane.

I numeri in apice accanto alle proposte del menù indicano la presenza degli allergeni alimentari (vd. legenda).

Le annotazioni a margine delle pietanze riguardanti modalità di taglio, preparazione e somministrazione sono in linea con la normativa vigente in tema di prevenzione del rischio di soffocamento da cibo in età pediatrica.

* preferire la platessa alla sogliola se fresca

Note al menù e raccomandazioni:

- Prestare particolare attenzione alle modalità di taglio, preparazione e somministrazione di alcuni alimenti che potrebbero costituire un rischio specifico di soffocamento in funzione dell'età dei bambini che consumano il pasto, soprattutto di Asilo Nido e Scuola dell'Infanzia, facendo riferimento alle raccomandazioni previste dal documento “Linee d'indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica”, Ministero della Salute Giugno 2017.

In particolare:

- La carne e il pesce devono essere cotti fino a quando non diventano morbidi e poi devono essere tagliati in pezzi piccoli. Si deve prestare attenzione nel rimuovere nervature, filamenti, ossicini dalla carne e le lisce dal pesce.
- Il prosciutto cotto deve essere tagliato in pezzi piccoli (massimo 1cm) somministrati singolarmente.
- I formaggi a pasta filata vanno tagliati finemente.
- La verdura a foglia deve essere cotta fino a quando non raggiunge una consistenza morbida e poi tritata finemente. Qualora fossero consumate crude, sminuzzare finemente. Prestare attenzione nel rimuovere nervature e filamenti.
- I pezzi di frutta e verdura cruda o solo parzialmente cotta, con consistenza dura (ad esempio la mela) e/o fibrosa (ad esempio sedano o ananas), devono essere cotte fino a che non raggiungono una consistenza morbida o devono essere grattugiate finemente. Prestare attenzione nel rimuovere eventuali semi, noccioli, filamenti e bucce.
- Le carote così come tutti gli altri alimenti a forma cilindrica (es: zucchine, cetrioli ecc.), devono essere tagliate prima in lunghezza (a listarelle) e poi in pezzi più piccoli (circa 5mm), MAI a rondelle. Prestare attenzione a rimuovere eventuali bucce.
- I pomodori, come altri alimenti di forma tondeggianti (polpette, uovo sodo ecc.), devono essere tagliati in pezzi piccoli (circa 5mm) e si deve prestare attenzione nel rimuovere i semi.
- I legumi devono essere cotti fino a quando non sono abbastanza morbidi da poterli schiacciare con una forchetta oppure devono essere offerti in forma di creme/passati/purea. Preferire legumi decorticati.
- Utilizzare formati di pasta idonei per età.

Si raccomanda di utilizzare esclusivamente prosciutto cotto privo di glutine, lattosio e polifosfati e formaggi da latte pastorizzato.

Si raccomanda di verificare preliminarmente, caso per caso, che gli alimenti proposti siano già stati introdotti a casa nella dieta del bambino.

Il menù deve essere sottoposto alla validazione della ASL di zona ed ogni modifica permanente deve essere notificata al Comune.

Le rettifiche del menù devono essere finalizzate ad un'ottimizzazione del servizio ristorativo e/o ad una riduzione degli sprechi e scarti alimentari. Pertanto è previsto e raccomandato il monitoraggio del gradimento dei pasti attraverso l'osservazione delle pietanze servite e non consumate, al fine di definire azioni di miglioramento, secondo quanto indicato dai punti 1.4 delle Linee di Indirizzo per la Ristorazione Scolastica in Toscana (d.g.r.t. n. 898/2016, all. A).

Legenda Allergeni:

[Elenco delle sostanze o prodotti che provocano allergie (Allegato II del Reg. UE n. 1169/2011)]

<p>^[1] Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne sciroppi di glucosio e maltodestrine a base di grano o orzo</p>	<p>^[8] Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (<i>Amygdalus communis</i> L.), nocciole (<i>Corylus avellana</i>), noci (<i>Juglans regia</i>), noci di acagiù (<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 macadamia o noci del Queensland (<i>Macadamia ternifolia</i>), e i loro prodotti</p>
<p>^[2] Crostacei e prodotti a base di crostacei</p>	<p>^[9] Sedano e prodotti a base di sedano.</p>
<p>^[3] Uova e prodotti a base di uova.</p>	<p>^[10] Senape e prodotti a base di senape.</p>
<p>^[4] Pesce e prodotti a base di pesce</p>	<p>^[11] Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.</p>
<p>^[5] Arachidi e prodotti a base di arachidi.</p>	<p>^[12] Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.</p>
<p>^[6] Soia e prodotti a base di soia, tranne: olii e grassi di soia</p>	<p>^[13] Lupini e prodotti a base di lupini.</p>
<p>^[7] Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio)</p>	<p>^[14] Molluschi e prodotti a base di molluschi.</p>