

“Specifiche tecniche relative alle indicazioni dietetiche per diverse religioni”

Con questo allegato si vogliono definire i criteri generali per la produzione di menù compatibili con le diverse scelte religiose, in favore degli utenti che ne facciano richiesta (menù allegato a titolo esemplificativo).

INDICAZIONI DIETETICHE SPECIFICHE DELLA RELIGIONE ISLAMICA – codice menù A

Alimenti proibiti:

- Carne di maiale e suoi derivati (gelatina, enzimi, edulcoranti e grassi)
- Carne non macellata secondo il rito islamico
- Salumi e insaccati di maiale
- Bevande basate sulla fermentazione (alcolici, vino e aceto)
- Pane e dolci preparati con strutto e contenenti liquori anche in piccola quantità
- Additivi usati come ingredienti: E120, E421, E422, da E470, a E483, E542

INDICAZIONI DIETETICHE SPECIFICHE PER LA RELIGIONE EBRAICA

Alimenti Proibiti:

- Pane e dolci conditi con grasso animale
- Latticini e carne nello stesso pasto
- Formaggi prodotti con caglio animale
- Uova di animali che mangiano altri animali o uova che contengono sangue
- Crostacei e molluschi
- Grasso animale

Alimenti Permessi :

- Pane e cereali di tipo comune (pagnotta, rosetta) sono considerati neutrali se non al latte o in abbinamento con il latte, altrimenti vengono considerati derivati del latte
- Latte fresco di giornata
- Formaggi prodotti con caglio microbico o di sintesi
- Uova di gallina, purché esenti da contaminazioni ematiche
- Carne bovina, di pecora, di capra e pollame. Questi animali devono essere macellati in apposito macello ed il sangue deve essere rimosso con procedure di bagnomaria e sale
- Pesce di mare: solo pesce con pinne e squame
- Oli vegetali (con esclusione di olio di semi vari e vinacciolo);
- Burro quando non abbinato a carne, verdura e frutta altrimenti vengono considerati derivati del latte
- Dolci: le preparazioni con latte sono considerati facenti parte dei prodotti derivati dal latte; tutti quelli preparati senza latte sono considerati cibi neutrali; la gelatina kasher è considerata neutrale

Regole alimentari :

1. latticini e prodotti della carne non possono essere consumati nello stesso pasto; un pasto deve contenere o solo carne o solo latticini;
2. prevedere stoviglie diverse per pasti a base di carne e pasti a base di latte e derivati (formaggio, burro, ecc.);
3. solitamente la carne ed i latticini vengono consumati utilizzando posate e piatti distinti ed in pasti diversi;
4. durante la Pasqua degli Ebrei (8 giorni) sono proibiti prodotti lievitati. I piatti e le posate che vengono utilizzati non devono avere alcun contatto con cibi lievitati;
5. ogni prodotto che non sia latticino o carne (frutta, verdura, pesce, uova) è considerato neutrale e può essere consumato in ogni momento del pasto con ogni cibo.

INDICAZIONI DIETETICHE SPECIFICHE PER LA RELIGIONE INDUISTA

Alimenti Proibiti:

- Carne vaccina (vitello, vitellone, manzo)

Alimenti Permessi :

- Tutti gli altri

INDICAZIONI DIETETICHE SPECIFICHE PER LA CHIESA ORTODOSSA

Nel periodo che va dal 15 novembre al 24 dicembre, in Quaresima e tutti i mercoledì e venerdì sono vietati:

- carne e derivati
- latte e derivati
- uova e derivati

INDICAZIONI DIETETICHE PER LA RELIGIONE CRISTIANA CATTOLICA

Nei venerdì del periodo quaresimale e nel mercoledì delle ceneri sono vietati:

- tutti i tipi di carni
- insaccati presenti anche nelle preparazioni
- salumi

VEGETARIANI: LATTO – OVO

Alimenti Proibiti:

- Carni
- Pesce
- Salumi e insaccati

Alimenti Permessi :

- Cereali e derivati
- Vegetali
- Uova
- Formaggi
- Legumi

Nome utente: _____

Scuola e Classe: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al pomodoro e basilico	crema di ceci con pasta	pasta al pesto genovese	risotto con crema di zucchine	pizza margherita
	arrosto di bovino	tonno sott'olio	frittata con asparagi	filetto di halibut con pomodorini	
	carote julienne	insalata di pomodori	patate all'olio	insalata mista	piselli al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	yogurt
2° settimana	pasta al pomodoro e olive nere	vellutata di verdure con pasta	pasta aglio,olio e pomodoro	gateau di patate s/prosciutto	risotto al parmigiano
	crescenza	pollo arrosto	filetto di limanda panato		uova stapazzate
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	insalata di pomodori	insalata verde	carote al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta con zucchine	pasta al pesto genovese	pasticcio di pasta al forno	crema di ceci con pasta	risotto bicolore
	tonno sott'olio	bresaola		frittata semplice	fettina alla pizzaiola
	insalata di pomodori	piselli al tegame	insalata mista	patate prezzemolate	carote julienne
	pane	pane	Pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	Yogurt	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta al ragù di verdure	pizza margherita	pasta al pomodoro e basilico	riso e bisi	vellutata di verdure con pasta
	frittata semplice		filetto di halibut in crosta di patate	mozzarella	hamburger di bovino
	melanzane all'origano	insalata verde		insalata di pomodori	spinaci ripassati
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	tagliatelle all'uovo al ragù solo bovino e senza vino	pasta al tonno	pasta con ricotta	vellutata di verdure con riso	pasta al pomodoro e olive nere
		polpettine di limanda	frittata di zucchine	tacchino alla salvia	bresaola
	insalata mista	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al forno	insalata di pomodori
	pane	pane	pane	pane	pane
	Yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

“Specifiche tecniche relative alle diete speciali per patologie”

Con questo allegato si vogliono definire i criteri generali per la produzione di menù idonei ai soggetti con "ipersensibilità al cibo"; con tale definizione si intendono tutte le reazioni avverse ad alcuni alimenti, siano esse mediate da meccanismi immunologici (allergie), siano quelle non mediate da reazioni immunitarie (intolleranze o "ipersensibilità al cibo non allergica").

Gli alimenti che in età scolare possono più frequentemente essere causa di reazioni di ipersensibilità sono lattosio, proteine del latte vaccino, uova e derivati, arachidi, soia, pomodoro, pesce e frumento.

In tutti questi casi risulta fondamentale fornire agli studenti un'alimentazione priva di tali alimenti, ma che contemporaneamente garantisca un apporto nutrizionale adeguato; vi è poi il problema, non secondario, di tipo psicologico in quanto il menù deve essere il più possibile simile a quello degli altri bambini per non farli sentire diversi e contemporaneamente garantire la variabilità giornaliera.

Tutti gli utenti che necessitano di un menù speciale, fatta eccezione per la dieta leggera, devono necessariamente essere muniti di certificato medico attestante la/le tipologia/e di alimenti da escludere dalla dieta quotidiana.

I menù allegati a titolo esemplificativo e le indicazioni che seguono sono stati sviluppati appositamente per il trattamento, la preparazione e la somministrazione di diete speciali destinate ad utenti con patologie. La prassi vuole che i genitori degli alunni che necessitano di una dieta speciale debbano recarsi presso l'ente appaltante con certificato medico per richiedere l'elaborazione della dieta personalizzata.

DIETA LEGGERA

La dieta leggera, è l'unica dieta speciale che non necessita di certificato medico, e per tale motivo non può essere protratta per più di 3 giorni.

Tale menù è costituito da:

una porzione di pasta o riso in bianco conditi con olio e parmigiano reggiano

una porzione di carne o pesce cotto a vapore o lessato

una porzione di patate o carote lessate

una porzione di pane

una porzione di frutta fresca

INTOLLERANZA AL LATTOSIO - codice menù 01

Si definisce “intolleranza al lattosio” l’insieme dei sintomi che possono presentarsi per la incapacità di digerire il lattosio, il principale zucchero contenuto nel latte, causata da una carenza di lattasi.

In questa intolleranza gli alimenti da eliminare sono quelli particolarmente ricchi in questo disaccaride: latte, yogurt, formaggi freschi, mentre i formaggi stagionati possono essere somministrati poiché il lattosio non è presente.

ALLERGIA E/O INTOLLERANZA ALLE PROTEINE DEL LATTE VACCINO - codice menù 02

Rappresenta la principale forma di reazione avversa al cibo in età pediatrica e può essere dovuta a proteine diverse (caseina, beta-lattoglobulina, alfatatto-albumina), che si ritrovano nel latte e nei suoi derivati e nella carne bovina.

Alimenti da evitare:

- latte vaccino (sia in polvere che fresco, sia scremato che intero)
- burro
- yogurt
- formaggi (tutti i tipi compreso il grana ed il parmigiano)
- biscotti (con latte o burro negli ingredienti)
- cioccolato al latte
- gelati
- margarine (alcune contengono latte)
- bovini (manzo - vitello - bresaola)

Alimenti da controllare

- polenta
- ripieni di alimenti surgelati
- salumi in genere (contenenti latte in polvere)
- prosciutto cotto

Come alimenti lattei alternativi si può far riferimento a quelli di soia o di riso.

ALLERGIA E/O INTOLLERANZA AL FRUMENTO E/O AL GLUTINE (CELIACHIA) - codice menù 03

Rientrano in questo capitolo le allergie al grano (spesso associate ad altre forme di allergia) e l’intolleranza geneticamente determinata al glutine o malattia celiaca; in quest’ultimo caso gli alimenti implicati e quindi vietati sono avena, frumento, farro, kamut, orzo, segale, spelta e triticale. . Si possono utilizzare invece alimenti quali riso, mais, miglio, maioca, oltre ad alimenti industriali (come farine che sostituiscono quella di grano, pane, pasta, biscotti, dolci, cracker, grissini, fette biscottate, merende senza glutine), che

possono rendere la dieta del celiaco varia ed equilibrata nonostante l'esclusione del glutine. Per poter avere dei prodotti idonei al consumo dei celiaci è necessario che le aziende appaltatrici applichino un corretto piano di controllo delle materie prime e del prodotto finito; inoltre occorre monitorare costantemente il processo produttivo, gli ambienti di lavoro, le attrezzature, gli impianti e gli operatori. Tutto questo diventa ancora più importante se si considera che possono verificarsi, durante le produzioni del piatto completo, pericolosi fenomeni di contaminazione crociata da glutine.

Per minimizzare i rischi di contaminazioni tutte le materie prime destinate agli utenti celiaci dovranno essere conservate, preparate e cotte separatamente da quelle destinate agli altri utenti, con utensili e pentolame dedicato.

In ogni caso si possono dare indicazioni di usare i seguenti alimenti:

- Riso, Mais, Manioca, Miglio,
- Tutti i tipi di carne e pesce (freschi o congelati)
- Pesce conservato (al naturale, sott'olio, affumicato e privo di additivi e aromi)
- Uova
- Prosciutto crudo
- Latte fresco (pastorizzato) ed a lunga conservazione (UHT, sterilizzato)
- Yogurt naturale (magro o intero)
- Panna fresca (pastorizzata) e panna a lunga conservazione (UHT)
- Formaggi freschi e stagionati
- Tutti i tipi di verdura (fresca, essiccata, congelata, surgelata, liofilizzata)
- Verdure conservate (in salamoia, sott'aceto, sott'olio, sotto sale, ecc.) prive di additivi, aromi e altre sostanze
- Legumi (freschi, secchi e in scatola)
- Frutta (tutti i tipi, fresca, surgelata, sciroppata, secca, essiccata)
- Nettari e succhi di frutta non addizionati di vitamine o altre sostanze (conservanti, additivi, aromi, ecc.)
- Bevande gassate e frizzanti (aranciata, cola, ecc.)
- Burro, lardo, strutto
- Oli vegetali
- Aceti non aromatizzati
- Pepe, sale, zafferano, spezie ed erbe aromatiche tal quali
- Passata di pomodoro, pomodori pelati e concentrato di pomodoro
- Estratto di lievito
- Lievito di birra (fresco e liofilizzato),
- Miele,
- zucchero.

La particolarità della celiachia impone di far sempre riferimento al prontuario dell'AIC (Associazione Italiana Celiachia) per accertarsi che il prodotto che si sta somministrando sia senza glutine. Si ricorda che è importante porre attenzione alle indicazioni riportate in etichetta, anche negli alimenti naturalmente privi di glutine, poiché, talvolta, sono indicati le possibili tracce dell'allergene.

ALLERGIA ALL'UOVO E DERIVATI - codice menù 04

Rappresenta un'altra forma di allergia piuttosto, l'allergene oltre che nelle uova può trovarsi in:

- Biscotti (la maggior parte)
- prodotti di pasticceria
- ripieni di carne.
- Polpettoni, polpette
- Impanature e pastelle
- gelati

Sono inoltre da escludere alimenti come pollo, tacchino e volatili in genere, nonché mela.

ALLERGIA AL NICHEL

Gli utenti allergici al nichel dovranno evitare l'ingestione di alimenti ricchi di questo metallo.

Cibi ricchi di nichel (da escludere in caso di allergia al nichel):

- Farina integrale di grano e mais, granoturco
- Legumi (Fagioli, Piselli)
- Pomodori, Carote, Spinaci, Funghi, Lattuga, Cipolle, Asparagi
- Soia
- Nocciole, Rabarbaro, arachidi
- Pere, uva
- Thè, Cacao e cioccolato
- Lievito in polvere

Si consiglia di escludere inoltre tutti quegli alimenti conservati in scatola e di acquistare gli stessi alimenti conservati in barattoli in vetro

Si consiglia, inoltre di cucinare utilizzando pentole smaltate, in teflon e/o alluminio o in vetro. Anche l'uso di pentole in acciaio è solitamente sicuro.

ALTRE ALLERGIE ALIMENTARI

Esistono molte altre forme di allergia ad altri alimenti (pomodoro, arachidi, soia, ma anche verdure, legumi ecc.), in cui è necessario escludere l'alimento in causa e tutti i cibi in cui esso è presente in forma completa o derivata. E' necessario quindi confezionare specifiche diete escludendo singoli alimenti ad esempio vedere **Allergia al Pomodoro - codice menù 05** e **Allergia al Pesce – codice menù 06**

Nome utente: _____

Scuola e Classe: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al pomodoro e basilico	crema di ceci con pasta	pasta al pesto genovese	risotto con crema di zucchine	pizza al pomodoro senza mozzarella
	arrosto di bo vino	prosciutto cotto arrosto senza lattosio	frittata con asparagi senza latte	filetto di halibut con pomodorini	
	carote julienne	insalata di pomodori	patate all'olio	insalata mista	piselli al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
2° settimana	pasta al pomodoro e olive nere	vellutata di verdure con pasta	pasta aglio,olio e pomodoro	gateau di patate senza latte e fior di latte	riso all'olio
	tonno all'olio	pollo arrosto	filetto di limanda panato		uova stapazzate senza latte
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	insalata di pomodori	insalata verde	carote al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta con zucchine	pasta al pesto genovese	pasta al ragù	crema di ceci con pasta	risotto bicolore
	tonno sott'olio	prosciutto crudo		frittata semplice senza latte	fettina alla pizzaiola
	insalata di pomodori	piselli al tegame	insalata mista	patate prezzemolate	carote julienne
	pane	pane	Pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta al ragù di verdure	pizza al pomodoro senza mozzarella	pasta al pomodoro e basilico	riso e bisi	vellutata di verdure con pasta
	frittata al prosciutto senza lattosio		filetto di halibut in crosta di patate	prosciutto cotto arrosto senza lattosio	hamburger di maiale
	melanzane all'origano	insalata verde		insalata di pomodori	spinaci ripassati
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	tagliatelle all'uovo al ragù	pasta al tonno	pasta all'olio	vellutata di verdure con riso	pasta al pomodoro e olive nere
		polpettine di limanda	frittata di zucchine senza latte	tacchino alla salvia	bresaola
	insalata mista	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al formo	insalata di pomodori
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

Nome utente: _____ Scuola e Classe: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al pomodoro e basilico senza parmigiano	crema di ceci con pasta	pasta all'olio	risotto con crema di zucchine senza parmigiano	pizza al pomodoro
	spezzatino di maiale	prosciutto cotto arrosto senza lattosio	frittata con asparagi senza latte	filetto di halibut con pomodorini	
	carote julienne	insalata di pomodori	patate all'olio	insalata mista	piselli al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
2° settimana	pasta al pomodoro e olive nere	vellutata di verdure con pasta senza parmigiano	pasta aglio,olio e pomodoro	gateau di patate senza latte e fior di latte	riso all'olio
	tonno all'olio	pollo arrosto	filetto di limanda panato		uova stapazzate senza latte
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	insalata di pomodori	insalata verde	carote al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta con zucchine senza parmigiano	pasta all'olio	pasta al ragù di carne di maiale senza parmigiano	crema di ceci con pasta	risotto bicolore senza parmigiano
	tonno sott'olio	prosciutto crudo		frittata semplice senza latte	tacchino al tegame
	insalata di pomodori	piselli al tegame	insalata mista	patate prezzemolate	carote julienne
	pane	pane	Pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta al ragù di verdure senza parmigiano	pizza al pomodoro	pasta al pomodoro e basilico senza parmigiano	riso e bisì senza parmigiano	vellutata di verdure con pasta senza parmigiano
	frittata al prosciutto senza lattosio		filetto di halibut in crosta di patate	prosciutto cotto arrosto senza lattosio	hamburger di maiale
	melanzane all'origano	insalata verde		insalata di pomodori	spinaci ripassati
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	tagliatelle all'uovo al ragù di maiale senza parmigiano	pasta al tonno	pasta all'olio	vellutata di verdure con riso senza parmigiano	pasta al pomodoro e olive nere
		polpettine di limanda	frittata di zucchine senza latte	tacchino alla salvia	prosciutto crudo
	insalata mista	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al forno	insalata di pomodori
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

ALLERGIA e/o INTOLLERANZA: Allergia e/o Intolleranza al frumento e/o glutine (celiachia) - codice menù 03

Nome utente: _____ Scuola e Classe: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta senza glutine al pomodoro e basilico	crema di ceci con pasta senza glutine	pasta senza glutine al pesto genovese	risotto con crema di zucchine	pizza margherita con farina senza glutine
	arrosto di bovino	prosciutto cotto arrosto	frittata con asparagi	filetto di halibut con pomodorini	
	carote julienne	insalata di pomodori	patate all'olio	insalata mista	piselli al tegame
	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	yogurt
2° settimana	pasta senza glutine al pomodoro e olive nere	vellutata di verdure con pasta senza glutine	pasta senza glutine aglio,olio e pomodoro	gateau di patate pangrattato senza glutine	risotto al parmigiano
	crescenza	pollo arrosto	filetto di limanda panato pangrattato senza glutine		uova stapazzate
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	insalata di pomodori	insalata verde	carote al tegame
	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta senza glutine con zucchine	pasta senza glutine al pesto genovese	pasticcio di pasta al forno con pasta e farina senza glutine	crema di ceci con pasta senza glutine	risotto bicolore
	tonno sott'olio	prosciutto crudo		frittata semplice	fettina alla pizzaiola
	insalata di pomodori	piselli al tegame	insalata mista	patate prezzemolate	carote julienne
	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine
	frutta fresca	frutta fresca	Yogurt	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta senza glutine al ragù di verdure	pizza margherita con farina senza glutine	pasta senza glutine al pomodoro e basilico	riso e bisi	vellutata di verdure con pasta senza glutine
	frittata al prosciutto		filetto di halibut in crosta di patate	mozzarella	hamburger di maiale
	melanzane all'origano	insalata verde	pane senza glutine	insalata di pomodori	spinaci ripassati
	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	tagliatelle all'uovo senza glutine al ragù	pasta senza glutine al tonno	pasta senza glutine con ricotta	vellutata di verdure con riso	pasta senza glutine al pomodoro e olive nere
		polpettine di limanda pangrattato senza glutine	frittata di zucchine	tacchino alla salvia con farina senza glutine	bresaola
	insalata mista	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al forno	insalata di pomodori
	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine	pane senza glutine
	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

ALLERGIA e/o INTOLLERANZA: Allergia all'uovo e derivati - codice menù 04

Nome utente: _____

Scuola e Classe: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al pomodoro e basilico	crema di ceci con pasta	pasta al pesto genovese	risotto con crema di zucchine	pizza margherita
	arrosto di bovino	prosciutto cotto arrosto	provoloncino dolce	filetto di halibut con pomodorini	
	carote julienne	insalata di pomodori	patate all'olio	insalata mista	piselli al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	yogurt
2° settimana	pasta al pomodoro e olive nere	vellutata di verdure con pasta	pasta aglio,olio e pomodoro	gateau di patate senza uova	risotto al parmigiano
	crescenza	bocconcini di coniglio al rosmarino	filetto di limanda gratinato		prosciutto cotto
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	insalata di pomodori	insalata verde	carote al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta con zucchine	pasta al pesto genovese	pasticcio di pasta al forno	crema di ceci con pasta	risotto bicolore
	tonno sott'olio	prosciutto crudo		bocconcini di cavallo alla cacciatore	fettina alla pizzaiola
	insalata di pomodori	piselli al tegame	insalata mista	patate prezzemolate	carote julienne
	pane	pane	Pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	Yogurt	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta al ragù di verdure	pizza margherita	pasta al pomodoro e basilico	riso e bisì	vellutata di verdure con pasta
	bresaola		filetto di halibut in crosta di patate senza uova	mozzarella	hamburger di maiale senza uova
	melanzane all'origano	insalata verde		insalata di pomodori	spinaci ripassati
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	pasta al ragù	pasta al tonno	pasta con ricotta	vellutata di verdure con riso	pasta al pomodoro e olive nere
		polpettine di limanda senza uova	spezzatino di maiale al limone		provoloncino dolce
	insalata mista	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al forno	insalata di pomodori
	pane	pane	pane	pane	pane
	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

Nome utente: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta aglio, olio e basilico	crema di ceci con pasta senza pomodoro	pasta al pesto genovese	risotto con crema di zucchine	pizza mozzarella e prosciutto cotto
	arrosto di bovino	prosciutto cotto arrosto	frittata con asparagi	filetto di halibut al forno	
	carote julienne	insalata verde	patate all'olio	insalata mista (insalata e carote)	piselli al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	yogurt
2° settimana	pasta olio e olive nere	vellutata di verdure con pasta senza pomodoro	pasta aglio e olio	gateau di patate	risotto al parmigiano
	crescenza	pollo arrosto	filetto di limanda panato		uova stapazzate
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	carote julienne	insalata verde	carote al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta con zucchine	pasta al pesto genovese	pasticcio di pasta al forno senza pomodoro	crema di ceci con pasta senza pomodoro	risotto bicolore
	tonno sott'olio	prosciutto crudo		frittata semplice	fettina alla cacciatore
	carote julienne	piselli al tegame	insalata mista (insalata e carote)	patate prezzemolate	carote julienne
	pane	pane	Pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	Yogurt	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta al ragù di verdure senza pomodoro	pizza mozzarella e prosciutto cotto	Pasta aglio, olio e basilico	riso e bisi	vellutata di verdure con pasta senza pomodoro
	frittata al prosciutto			filetto di halibut in crosta di patate	mozzarella
	melanzane all'origano	insalata verde	pane	carote julienne	spinaci ripassati
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	tagliatelle all'uovo al ragù senza pomodoro	pasta al tonno senza pomodoro	pasta con ricotta	vellutata di verdure con riso senza pomodoro	pasta olio e olive nere
		polpettine di limanda	frittata di zucchine	tacchino alla salvia	
	insalata mista (insalata e carote)	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al forno	insalata verde
	pane	pane	pane	pane	pane
	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

Nome utente: _____

Scuola e Classe: _____

MENU' PRIMAVERA SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Periodo da 1 aprile al 30 maggio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° settimana	Pasta al pomodoro e basilico	crema di ceci con pasta	pasta al pesto genovese	risotto con crema di zucchine	pizza margherita
	arrosto di bovino	prosciutto cotto arrosto	frittata con asparagi	fettina alla pizzaiola	
	carote julienne	insalata di pomodori	patate all'olio	insalata mista	piselli al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	yogurt
2° settimana	pasta al pomodoro e olive nere	vellutata di verdure con pasta	pasta aglio,olio e pomodoro	gateau di patate	risotto al parmigiano
	crescenza	pollo arrosto	petto di pollo panato		uova stapazzate
	spinaci all'olio	melanzane trifolate	insalata di pomodori	insalata verde	carote al tegame
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
3° settimana	pasta con zucchine	pasta al pesto genovese	pasticcio di pasta al forno	crema di ceci con pasta	risotto bicolore
	provoloncino dolce	prosciutto crudo		frittata semplice	fettina alla pizzaiola
	insalata di pomodori	piselli al tegame	insalata mista	patate prezzemolate	carote julienne
	pane	pane	Pane	pane	pane
	frutta fresca	frutta fresca	Yogurt	frutta fresca	frutta fresca
4° settimana	pasta al ragù di verdure	pizza margherita	pasta al pomodoro e basilico	riso e bisì	vellutata di verdure con pasta
	frittata al prosciutto		spezzatino di cavallo con patate	mozzarella	hamburger di maiale
	melanzane all'origano	insalata verde		insalata di pomodori	spinaci ripassati
	pane	pane	pane	pane	pane
	frutta fresca	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
5° settimana	tagliatelle all'uovo al ragù	pasta al pomodoro	pasta con ricotta	vellutata di verdure con riso	pasta al pomodoro e olive nere
		polpettine di bovino	frittata di zucchine	tacchino alla salvia	bresaola
	insalata mista	fagiolini all'agro	piselli al tegame	patate al forno	insalata di pomodori
	pane	pane	pane	pane	pane
	yogurt	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

**“Specifiche tecniche relative al
confezionamento di cestini da
viaggio”**

La fornitura dei cestini da viaggio dovrà essere garantita , oltre che per le gite scolastiche, in caso di sciopero o altre eccezionali situazioni.

I cestini freddi devono essere confezionati nella stessa giornata del consumo.

I cestini freddi devono essere confezionati individualmente in sacchetti di carta ad uso alimentare con manici, e devono essere così composti:

SCUOLA DELL'INFANZIA E SEZIONI PONTE

- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 20 gr prosciutto arrosto
- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 25 gr formaggio tipo crescenza o provolone
- n. 1 banana
- n. 1 barretta di cioccolata 20 g
- n. 1 succo di frutta da 200ml
- n. 1 bottiglia acqua naturale in PET da 500 ml
- n. 2 tovaglioli di carta
- n. 1 bicchiere a perdere

SCUOLA PRIMARIA

- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 30 gr prosciutto crudo
- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 30 gr prosciutto arrosto
- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 30 gr formaggio tipo crescenza, provolone
- n. 1 banana
- n. 1 barretta di cioccolata 30 g
- n. 1 succo di frutta da 200ml
- n. 1 bottiglia acqua naturale in PET da 500 ml
- n. 2 tovaglioli di carta
- n. 1 bicchiere a perdere

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO ED ADULTI

- n. 2 pane all'olio da 30 gr farciti con 30 gr prosciutto crudo ciascuno
- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 30 gr prosciutto arrosto
- n. 1 pane all'olio da 30 gr farcito con 30 gr formaggio tipo crescenza, provolone
- n. 1 banana
- n. 1 barretta di cioccolata 30g
- n. 1 succo di frutta da 200ml
- n. 1 bottiglia acqua naturale in PET da 500 ml
- n. 2 tovaglioli di carta
- n. 1 bicchiere a perdere

I panini devono essere incartati singolarmente con tovaglioli di carta.