NORME GENERALI

1) I pesi riportati nelle ricette si riferiscono all'alimento a crudo al netto degli scarti di lavorazione e di eventuali cali di peso dovuto allo scongelamento;
2) Inoltre i pesi riportati si riferiscono alla realizzazione di ogni singola porzione;
3) Di seguito si riporta la tabella delle porzioni:

Corrispettivo in peso (g) di alcuni alimenti misurati con due unità di misure casalinghe: un cucchiaio da tavola (del volume effettivo di 10 cc) e un bicchiere "da vino" (contenente 125 ml di liquido di diversi alimenti).

ALIMENTI	UNITÀ DI MISURA	PESO IN G
farina di frumento 00	n° 1 cucchiaio colmo	15
pastina (cruda)	n° 1 cucchiaio colmo	14
riso (crudo)	n° 1 cucchiaio colmo	17
panna da cucina	n° 1 cucchiaio raso	10
formaggio grattugiato	n° 1 cucchiaio colmo	10
formaggio grattugiato	n° 1 cucchiaio raso	7
olio	n° 1 cucchiaio raso	9
zucchero	n° 1 cucchiaio raso	9
zucchero	n° 1 cucchiaio colmo	16
latte	n° 1 bicchiere	125ml

(1)Se non indicato diversamente, i pesi sono la media dei valori ottenuti dall'INRAN mediante un protocollo di pesate ripetute, che prevedeva almeno 10 pesate per ogni alimento. Il cucchiaio colmo è stato "caricato" oltre la sua capienza naturale per i cibi che si prestano a tale procedura. Il cucchiaio/cucchiaino raso è stato riempito livellando con un coltello la superficie dell'ingrediente (per i cibi solidi o semisolidi).

(2)calcolato in base alla densità dell'alimento (http://physics.info/density/).

(3)calcolato in base alla densità dell'alimento (www.anval.net/Downloads/Bulk%20Density%20Chart.pdf).

(4)calcolato in base alla densità dell'alimento (http://easycalculation.com/physics/classical-physics/materials-table.php)

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' SCUOLA SCUOLA ELEMENTARE

TABELLA NUTRIZIONALE SCUOLA ELEMENTARE

VALORI NUTRIZIONALI TOTALI	Kcal 824	
Pranzo	Proteine tot.: g 30 - 14,5% delle calorie totali Lip. Tot.: g 29,7g -32,5% delle calorie totali A.g. saturi: g 7,5 -8,2% delle calorie totali A.g. monoinsaturi: 16,2 –17% delle calorie totali Gluc. Tot.: g 116 -53% delle calorie totali Gluc. Compl.: g 86 – 43% delle calorie totali Gluc. Semplici: g 21,6 - 10% delle calorie totali Fibra tot.: g 9,6 Fe: mg 4	Pasta :gr 80 Parmigiano: gr 5 Carne magra: gr 80 Verdura c/o ortaggi: gr 200 Olio extra-vergine d'oliva: gr 15-20 Pane comune: gr 50 Frutta: gr 150
	K: mg 1021,3 P: mg 449 Na: mg 527	

Sostituzioni per bambini di età compresa tra i 6 – 11 anni

Pranzo	1° PIATTO 2° PIATTO CONTORNO PANE COMUNE g 50 Frutta 150g	VEDI MENU' VEDI MENU' VEDI MENU' 1 volta alla settimana: succo di frutta 200ml (con almeno il 70% di frutta) o yogurt alla frutta (125g) o yogurt da bere (100ml) o ghiacciolo alla frutta 60g o 1 kinder fetta al latte

Per calcolare l'apporto calorico e la distribuzione dei nutrienti si è fatto riferimento ai LARN revisione 2014 (livelli di assunzione raccomandata nutrienti per la popolazione italiana)

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21/VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCCCMS 79P68 B096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO –MENU' INVERNALE SCUOLA ELEMENTARE

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASSATO DI VERDURE CON PASTA POLLO AL FORNO ZUCCHINE AL TEGAME PANE FRUTTA	RISO CON PROSCIUTTO COTTO E SPINACI PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI CECI CON PASTA HAMBURGER BIETA ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA INSALATA MISTA PANE FRUTTA
2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASSATO DI VERDURE CON PASTA SCAMORZA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	RISO CON LENTICCHIE FRITTATA CON SPINACI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTONE INSALATA VERDE PANE FRUTTA	PASTA E PATATE SCALOPPINE DI PETTO DI POLLO VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA CON CREMA DI CARCIOFI BASTONCINI DI MERLUZZO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA
3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE FESA DI TACCHINO INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON PROSCIUTTO COTTO E PISELLI PROSCIUTTO COTTO SPINACI AL BURRO PANE FRUTTA	PASTA ALLA BOLOGNESE POLPETTE POMODORI PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA MOZZARELLA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO MERLUZZO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA
4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD - REGIONE PUGLIA -	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI CAROTE PANE FRUTTA	CREMA DI ZUCCA CON RISO SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO BROCCOLO ALL'AGRO PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA FRITTATA CON ZUCCHINE INSALATA PANE FRUTTA	LASAGNA (solo Coreggia) PASTA AL SUGO ALLA BOLOGNESE (altre scuole) MOZZARELLA VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA POMODORI PANE FRUTTA

COMUNE DI ALBEROBELLO –MENU' ESTIVO SCUOLA ELEMENTARE

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO FORMAGGIO CREMOSO SPALMABILE LIGHT INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON ZUCCHINE E TONNO FRITTATA CON SPINACI INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA E PATATE POLLO AL FORNO SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	RISO CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO FRESCO MERLUZZO PANATO FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA CON BURRO E PARMGIANO ARROSTO DI TACCHINO INSALATA PANE FRUTTA	RISOTTO CON SPINACI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA
3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	RISOTTO CON LE ZUCCHINE SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA HAMBURGER DI VITELLONE/ MAIALE ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	LASAGNA (solo Coreggia) PASTA ALLA BOLOGNESE (altre scuole) MOZZARELLA INSALATA MISTA PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE SCAMORZA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE ALL JULIENNE PANE FRUTTA

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD - REGIONE PUGLIA -

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA ELEMENTARE

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASSATO DI VERDURE CON PASTA POLLO AL FORNO ZUCCHINE AL TEGAME PANE FRUTTA	RISO CON PROSCIUTTO COTTO E SPINACI PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI CECI CON PASTA HAMBURGER BIETA ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA INSALATA MISTA PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Mozzarella gr 80 Pomodori gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 70 Verdure miste gr 60 Parmigiano gr 5 Pollo gr 80 Zucchine gr 70 Pomodori gr 30 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Riso gr 80 Spinaci gr 100 Prosciutto cotto gr 30 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 50 Carote gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Ceci secchi gr 40 Hamburger di vitellone o maiale gr 80 Bietola gr 100 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Tonno gr 30 Sogliola gr 100 Insalata mista: insalata verde gr 30 pomodori gr 30 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 2 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA ELEMENTARE

2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASSATO DI VERDURE CON PASTA SCAMORZA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	RISO CON LENTICCHIE FRITTATA CON SPINACI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTONE INSALATA VERDE PANE FRUTTA	PASTA E PATATE SCALOPPINE DI PETTO DI POLLO VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA CON CREMA DI CARCIOFI BASTONCINI DI MERLUZZO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Pasta gr 70 Verdure varie gr 60 Parmigiano gr 5 Scamorza gr 70 Carote gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Riso gr 60 Lenticchie gr 40 Frittata: Uovo 1 Spinaci gr 50 Parmigiano gr 5 Pangrattato gr 5 Pomodori gr 60 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Polpettone: Carne macinata vitello e/o maiale gr 80 Parmigiano gr 5 Insalata verde gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Patate gr 50 parmigiano gr 5 Petto di pollo gr 80 Pomodori gr 60 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 carciofi gr 50 Bastoncini di merluzzo gr 100 Zucchine trifolate gr 70 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 03212288884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA ELEMENTARE

3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE FESA DI TACCHINO INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON PROSCIUTTO COTTO E PISELLI PROSCIUTTO COTTO SPINACI AL BURRO PANE FRUTTA	PASTA ALLA BOLOGNESE POLPETTE POMODORI PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA MOZZARELLA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO MERLUZZO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Riso gr 70 Carote gr 10 Patate gr 10 Pomodori pelati gr 10 Parmigiano gr 5 Fesa di tacchino gr 80 Insalata mista gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 70 Piselli surgelati gr 50 Prosciutto cotto gr 30 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto magro gr 50 Spinaci gr 70 Burro gr 5 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Carne tritata bovino/suino gr 20 Parmigiano gr 5 Polpette: Carne macinata vitello e/o maiale gr 80 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Fagioli gr 40 Mozzarella gr 80 Carote gr 50 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Merluzzo al forno gr 100 Patate al forno gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, C/ VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA ELEMENTARE

4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI CAROTE PANE FRUTTA	CREMA DI ZUCCA CON RISO SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO BROCCOLO ALL'AGRO PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA FRITTATA CON ZUCCHINE INSALATA PANE FRUTTA	LASAGNA (Coreggia) PASTA ALLA BOLGNESE (altre scuole) Mozzarella VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	PASTA gr 80 Pomodori pelati gr 20 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 80 Carote gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Riso gr 80 Zucca gr 60 Parmigiano gr 5 Burro gr 5 Latte p.s. gr 50 Petto di pollo gr80 Broccoli gr 70 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 70 piselli gr 50 Frittata: Uovo 1 Zucchine gr 30 Parmigiano gr 5 Pangrattato gr 5 Insalata gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Lasagna: lasagna secca gr 80 ragù gr 100 besciamella gr 50 Parmigiano gr 5 Pasta gr 80 Carne tritata gr 10 Pomodori pelati gr 50 Mozzarella gr 80 Verdura cotta gr 70 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Tonno gr 30 Merluzzo gr 100 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 PIZZALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 [illegible]
P. IVA 0 0 3 2 1 2 2 8 8 8 4

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO- SCUOLA ELEMENTARE

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO FORMAGGIO CREMOSO SPALMABILE LIGHT INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON ZUCCHINE E TONNO FRITTATA CON SPINACI INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA E PATATE POLLO AL FORNO SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	RISO CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO FRESCO MERLUZZO PANATO FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E	Pasta gr 80	Pasta gr 80	Pasta gr 60	Riso gr 70	Pasta gr 80
QUANTITA'	Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Formaggio cremoso spalmabile light gr 80 Insalata mista: Cetrioli gr 20 Insalata gr 20 Carote gr 20 Pane gr 50 mela gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Zucchine gr 50 Tonno gr 30 Frittata: Uovo 1 Parmigiano gr 5 Spinaci gr 20 Pangrattato gr 5 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Pere o Pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Patate gr 50 Parmigiano gr 5 Bocconcini di pollo gr 80 Spinaci gr 100 Pane gr 50 mela gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Prosciutto cotto gr 30 Piselli gr 50 Prosciutto cotto gr 50 Carote gr 50 Pane gr 50 Pere o Pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pomodori pelati gr 50 Merluzzo gr 100 Fagiolini gr 70 Pane gr 50 mela gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIRIGENTE
VIA TORINO 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P65 H096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO - SCUOLA ELEMENTARE

2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA CON BURRO E PARMGIANO ARROSTO DI TACCHINO INSALATA PANE FRUTTA	RISOTTO CON SPINACI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Riso gr 80 Burro gr 20 Parmigiano gr 10 Arrosto di tacchino gr 80 Insalata verde gr 50 Pane gr 50 mela gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Riso gr 80 Prosciutto cotto gr 30 Spinaci gr 50 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 50 Zucchine gr 70 Pane gr 50 Pere o kiwi o Pesca gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Polpette: Carne macinata vitello e/o maiale gr 80 Parmigiano gr 5 Carote gr 50 Pane gr 50 mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 lenticchie gr 40 Mozzarella gr 80 Pomodori gr 20 Cetrioli gr 20 Pane gr 50 Pere o Kiwi o Pesca gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 8 Tonno gr 3 Pomodori pelati gr 5 Sogliola gr 10 Spinaci gr 7 Pane gr 5 Mela o gr 12 Banana gr 12 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO- SCUOLA ELEMENTARE

3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	RISOTTO CON LE ZUCCHINE SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA HAMBURGER DI VITELLONE/ MAIALE ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	LASAGNA(solo Coreggia) Pasta al pomodoro Mozzarella (altre scuole) INSALATA MISTA PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 80 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Riso gr 80 Zucchine gr 50 Parmigiano gr 5 Petto di pollo gr 80 Carote gr 50 Pane gr 50 Pere o pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Fagioli gr 40 Hamburger: Carne macinata vitello e/o maiale gr 80 Zucchine gr 70 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Lasagna: lasagna secca gr 80 ragù gr 100 besciamella gr 50 Parmigiano gr 5 Pasta gr 80 Mozzarella gr 80 Insalata mista gr 60 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 70 Piselli gr 50 Merluzzo gr 100 Fagiolini gr 70 Pane gr 50 Mela o gr 120 Banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 E096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO- SCUOLA ELEMENTARE

4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE SCAMORZA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE ALL JULIENNE PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Riso gr 70 Carote gr 10 Patate gr 10 Pomodori pelati gr 10 Parmigiano gr 5 Scamorza gr 70 Insalata: Pomodori gr 20 Cetrioli gr 20 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Polpette: Macinato bovino/suino gr80 Parmigiano gr 5 Spinaci gr 70 Pane gr 50 Pere o pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 70 Prosciutto cotto gr 30 Piselli gr 50 Parmigiano gr 5 Pollo gr 80 Patate gr 50 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 lenticchie gr 40 Pomodori pelati gr 20 Prosciutto cotto gr 60 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Pere o pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 20 Sale, aromi q.b	Pasta gr 80 Pomodori pelati gr 50 Tonno gr 30 Bastoncini gr 75 Carote gr 50 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO/ZL VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

TABELLA NUTRIZIONALE SCUOLA DELL'INFANZIA

VALORI NUTRIZIONALI TOTALI	Kcal 700	
Pranzo	Proteine tot.: g 27 - 15,4% delle calorie totali Lip. Tot.: g 24,5g -31,2% delle calorie totali A.g. saturi: g 5,5 -7% delle calorie totali A.g. monoinsaturi: 14,5 –21% delle calorie totali Gluc. Tot.: g 100-53,4% delle calorie totali Gluc. Compl.: g 70 – 43% delle calorie totali Gluc. Semplici: g 22,6 - 10% delle calorie totali Fibra tot.: g 9,3 Fe: mg 3,5 K: mg 937 P: mg 396 Na: mg 404	Pasta: gr 60 Parmigiano: gr 5 Carne magra: gr 60 Verdura e/o ortaggi: gr 200 Olio extra-vergine d'oliva: gr 10-15 Pane comune: gr 50 Frutta: gr 150

Sostituzioni per bambini di età compresa tra i 3 – 6 anni

Pranzo	1° PIATTO 2° PIATTO CONTORNO PANE COMUNE g 50 Frutta 150g	VEDI MENU' VEDI MENU' VEDI MENU' 1 volta alla settimana: succo di frutta 200ml (con almeno il 70% di frutta) o yogurt alla frutta (125g) o yogurt da bere (100ml) o ghiacciolo alla frutta 60g o 1 kinder fetta al latte

Per calcolare l'apporto calorico e la distribuzione dei nutrienti si è fatto riferimento ai LARN revisione 2014 (livelli di assunzione raccomandata nutrienti per la popolazione italiana)

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 0 3 2 1 2 2 8 5 5 4

COMUNE DI ALBEROBELLO –MENU' INVERNALE SCUOLA DELL'INFANZIA

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASSATO DI VERDURE CON PASTA POLLO AL FORNO ZUCCHINE AL TEGAME PANE FRUTTA	RISO CON PROSCIUTTO COTTO E SPINACI PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI CECI CON PASTA HAMBURGER BIETA ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA INSALATA MISTA PANE FRUTTA
2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASSATO DI VERDURE CON PASTA SCAMORZA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	RISO CON LENTICCHIE FRITTATA CON SPINACI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTONE INSALATA VERDE PANE FRUTTA	PASTA E PATATE SCALOPPINE DI PETTO DI POLLO VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA CON CREMA DI CARCIOFI BASTONCINI DI MERLUZZO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA
3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE FESA DI TACCHINO INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON PROSCIUTTO COTTO E PISELLI PROSCIUTTO COTTO SPINACI AL BURRO PANE FRUTTA	PASTA ALLA BOLOGNESE POLPETTE POMODORI PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA MOZZARELLA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO MERLUZZO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA
4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI CAROTE PANE FRUTTA	CREMA DI ZUCCA CON RISO SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO BROCCOLO ALL'AGRO PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA FRITTATA CON ZUCCHINE INSALATA PANE FRUTTA	LASAGNA (solo Coreggia) PASTA AL SUGO ALLA BOLOGNESE (altre scuole) MOZZARELLA VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA POMODORI PANE FRUTTA

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA DELL'INFANZIA

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASSATO DI VERDURE CON PASTA POLLO AL FORNO ZUCCHINE AL TEGAME PANE FRUTTA	RISO CON PROSCIUTTO COTTO E SPINACI PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI CECI CON PASTA HAMBURGER BIETA ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA INSALATA MISTA PANE FRUTTA
INGREDIENTI E	Pasta gr 60	Pasta gr 50	Riso gr 60	Pasta gr 50	Pasta gr 60
QUANTITA'	Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Mozzarella gr 50 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Verdure miste gr 100 Parmigiano gr 5 Pollo gr 60 Zucchine gr 70 Pomodori gr 30 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Spinaci gr 30 Prosciutto cotto gr 20 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 30 Carote gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Ceci secchi gr 30 Hamburger di vitellone o maiale gr 60 Bietola gr 70 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pomodori pelati gr 50 Tonno gr 30 Sogliola gr 70 Insalata mista: insalata verde gr 20 pomodori gr 20 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 B096T
P. IVA 03212228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA DELL'INFANZIA

2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASSATO DI VERDURE CON PASTA SCAMORZA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	RISO CON LENTICCHIE FRITTATA CON SPINACI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTONE INSALATA VERDE PANE FRUTTA	PASTA E PATATE SCALOPPINE DI PETTO DI POLLO VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA CON CREMA DI CARCIOFI BASTONCINI DI MERLUZZO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Pasta gr 50 Verdure varie gr 60 Parmigiano gr 5 Scamorza gr 50 Carote gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Riso gr 50 Lenticchie gr 30 Frittata: Uovo 1 Spinaci gr 30 Parmigiano gr 5 Pangrattato gr 5 Pomodori gr 40 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Polpettone: Carne macinata vitello e/o maiale gr 60 Parmigiano gr 5 Insalata verde gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Patate gr 30 parmigiano gr 5 Petto di pollo gr 60 Pomodori gr 40 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 carciofi gr 40 Bastoncini di merluzzo gr 50 Zucchine trifolate gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 ED96T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA DELL'INFANZIA

3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE FESA DI TACCHINO INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON PROSCIUTTO COTTO E PISELLI PROSCIUTTO COTTO SPINACI AL BURRO PANE FRUTTA	PASTA ALLA BOLOGNESE POLPETTE POMODORI PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA MOZZARELLA CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO MERLUZZO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Riso gr 50 Carote gr 10 Patate gr 10 Pomodori pelati gr 10 Parmigiano gr 5 Fesa di tacchino gr 50 Insalata mista gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Piselli surgelati gr 30 Prosciutto cotto gr 20 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto magro gr 30 Spinaci gr 70 Burro gr 5 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Carne tritata bovino/suino gr 10 Parmigiano gr 5 Polpette: Carne macinata vitello e/o maiale gr 60 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Fagioli gr 30 Mozzarella gr 50 Carote gr 40 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Merluzzo al forno gr 70 Patate al forno gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P58 B006T
P. IVA 08321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' INVERNALE- SCUOLA DELL'INFANZIA

4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI CAROTE PANE FRUTTA	CREMA DI ZUCCA CON RISO SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO BROCCOLO ALL'AGRO PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA FRITTATA CON ZUCCHINE INSALATA PANE FRUTTA	LASAGNA (Coreggia) PASTA ALLA BOLGNESE (altre scuole) Mozzarella VERDURA COTTA PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	PASTA gr 60 Pomodori pelati gr 20 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 50 Carote gr 60 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Riso gr 60 Zucca gr 50 Parmigiano gr 5 Burro gr 5 Latte p.s. gr 50 Petto di pollo gr60 Broccoli gr 70 Pane gr 50 Pere o Mandarini o Clementine gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 piselli gr 50 Frittata: Uovo 1 Zucchine gr 30 Parmigiano gr 5 Pangrattato gr 5 Insalata gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Lasagna: lasagna secca gr 50 ragù gr 100 besciamella gr 50 Parmigiano gr 5 Pasta gr 60 Carne tritata gr 10 Pomodori pelati gr 50 Mozzarella gr 50 Verdura cotta gr 70 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Tonno gr 30 Merluzzo gr 70 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 B096T
P. IVA 0 0 3 2 1 2 2 8 8 8 4

COMUNE DI ALBEROBELLO –MENU' ESTIVO SCUOLA DELL'INFANZIA

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO FORMAGGIO CREMOSO SPALMABILE LIGHT INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON ZUCCHINE E TONNO FRITTATA CON SPINACI INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA E PATATE POLLO AL FORNO SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	RISO CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO FRESCO MERLUZZO PANATO FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
2° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA CON BURRO E PARMGIANO ARROSTO DI TACCHINO INSALATA PANE FRUTTA	RISOTTO CON SPINACI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA
3° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	RISOTTO CON LE ZUCCHINE SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA HAMBURGER DI VITELLONE/ MAIALE ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	LASAGNA (solo Coreggia) PASTA ALLA BOLOGNESE (altre scuole) MOZZARELLA INSALATA MISTA PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD - REGIONE PUGLIA -	RISO IN BRODO DI VERDURE SCAMORZA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE ALL JULIENNE PANE FRUTTA

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO- SCUOLA DELL'INFANZIA

1° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO FORMAGGIO CREMOSO SPALMABILE LIGHT INSALATA MISTA PANE FRUTTA	PASTA CON ZUCCHINE E TONNO FRITTATA CON SPINACI INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA E PATATE POLLO AL FORNO SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	RISO CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO FRESCO MERLUZZO PANATO FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Formaggio cremoso spalmabile light gr 50 Insalata mista: Cetrioli gr 20 Insalata gr 20 Carote gr 20 Pane gr 50 mela o banana gr 120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Zucchine gr 30 Tonno gr 30 Frittata: Uovo 1 Parmigiano gr 5 Spinaci gr 20 Pangrattato gr 5 Pomodori gr50 Pane gr 50 Pere o Pesca o Kiwi Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Patate gr 30 Parmigiano gr 5 Bocconcini di pollo gr 60 Spinaci gr 70 Pane gr 50 Mela o banana gr 120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Riso gr 50 Prosciutto cotto gr 20 Piselli gr 30 Prosciutto cotto gr 30 Carote gr 50 Pane gr 50 Pere o Pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Merluzzo gr 70 Fagiolini gr 70 Pane gr 50 mela o banana gr 120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 27 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 00321228884

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO - SCUOLA DELL'INFANZIA

2ª SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA CON BURRO E PARMGIANO ARROSTO DI TACCHINO INSALATA PANE FRUTTA	RISOTTO CON SPINACI E PROSCIUTTO COTTO PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	ORECCHIETTE AL POMODORO POLPETTE CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE MOZZARELLA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO SOGLIOLA ALLA MUGNAIA SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Riso gr 60 Burro gr 10 Parmigiano gr 5 Arrosto di tacchino gr 60 Insalata verde gr 50 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Riso gr 60 Prosciutto cotto gr 20 Spinaci gr 30 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 30 Zucchine gr 70 Pane gr 50 Pere o kiwi o Pesca gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Polpette: Carne macinata vitello e/o maiale gr 60 Parmigiano gr 5 Carote gr 50 Pane gr 50 mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 lenticchie gr 30 Mozzarella gr 60 Pomodori gr 20 Cetrioli gr 20 Pane gr 50 Pere o Kiwi o Pesca gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Tonno gr 30 Pomodori pelati gr 30 Sogliola gr 70 Spinaci gr 50 Pane gr 50 Mela o gr 120 Banana gr 120 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 20 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 E096T
P. IVA 0 0 3 2 1 2 2 8 3 8 4

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO- SCUOLA DELL'INFANZIA

3ª SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	PASTA AL POMODORO PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	RISOTTO CON LE ZUCCHINE SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO CAROTE ALLA JULIENNE PANE FRUTTA	CREMA DI FAGIOLI E PASTA HAMBURGER DI VITELLONE/ MAIALE ZUCCHINE TRIFOLATE PANE FRUTTA	LASAGNA (solo Coreggia) Pasta al pomodoro Mozzarella (altre scuole) INSALATA MISTA PANE FRUTTA	CREMA DI PISELLI CON PASTA MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA FAGIOLINI ALL'AGRO PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Prosciutto cotto gr 50 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Arance o mela o banana gr 150-120-100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Riso gr 60 Zucchine gr 30 Parmigiano gr 5 Petto di pollo gr 60 Carote gr 50 Pane gr 50 Pere o pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Fagioli gr 30 Hamburger: Carne macinata vitello e/o maiale gr 60 Zucchine gr 70 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Lasagna: lasagna secca gr 50 ragù gr 100 besciamella gr 50 Parmigiano gr 5 Pasta gr 60 Mozzarella gr 60 Insalata mista gr 50 Pane gr 50 Clementine gr 150 Pere o Mandarini o Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Piselli gr 50 Merluzzo gr 70 Fagiolini gr 70 Pane gr 50 Mela o gr 120 Banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 21 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 B096T
P. IVA 08321228884

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE AREA SUD
REGIONE PUGLIA

COMUNE DI ALBEROBELLO

MENU' ESTIVO- SCUOLA DELL'INFANZIA

4° SETTIMANA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	RISO IN BRODO DI VERDURE SCAMORZA INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI PANE FRUTTA	PASTA AL POMODORO POLPETTE SPINACI ALL'AGRO PANE FRUTTA	PASTA CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO PATATE AL FORNO PANE FRUTTA	PASTA E LENTICCHIE PROSCIUTTO COTTO INSALATA DI POMODORI PANE FRUTTA	PASTA AL TONNO BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO CAROTE ALL JULIENNE PANE FRUTTA
INGREDIENTI E QUANTITA'	Riso gr 50 Carote gr 10 Patate gr 10 Pomodori pelati gr 10 Parmigiano gr 5 Scamorza gr 50 Insalata: Pomodori gr 20 Cetrioli gr 20 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 60 Pomodori pelati gr 50 Parmigiano gr 5 Polpette: Macinato bovino/suino gr60 Parmigiano gr 5 Spinaci gr 70 Pane gr 50 Pere o pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 Prosciutto cotto gr 30 Piselli gr 50 Parmigiano gr 5 Pollo gr 60 Patate gr 50 Pane gr 50 Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b.	Pasta gr 50 lenticchie gr 30 Pomodori pelati gr 20 Prosciutto cotto gr 40 Pomodori gr 50 Pane gr 50 Pere o pesca o Kiwi gr 150 Olio extra-vergine d'oliva gr 15 Sale, aromi q.b	Pasta gr 6(Pomodori pelati gr 5(Tonno gr 3 Bastoncini gr 5(Carote gr 5(Pane gr 5(Mela o gr 120 banana gr 100 Olio extra-vergine d'oliva gr 10 Sale, aromi q.b.

AZIENDA SANITARIA LOCALE BARI
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
AREA SUD
REGIONE PUGLIA

Dott.ssa MICCOLIS COMASIA
DIETISTA
VIA TORINO, 71 VILLALBA
00012 GUIDONIA MONTECELIO (RM)
C. F. MCC CMS 79P68 H096T
P. IVA 0 0 3 2 1 2 2 8 8 8 4

INDICE DEI PRIMI:

1)PASTA AL POMODORO

2)MINESTRONE O PASSATO DI VERDURE CON PASTA (O RISO)

3)RISOTTO CON PROSCIUTTO COTTO E SPINACI

4)CREMA DI CECI (O FAGIOLI) CON PASTA

5)PASTA AL TONNO

6) RISO E LENTICCHIE

7)PASTA E PATATE

8)PASTA CON CREMA DI CARCIOFI

9)PASTA CON SUGO ALLA BOLOGNESE

10)CREMA DI ZUCCA CON RISO

11)CREMA DI PISELLI CON PASTA

12)LASAGNA

13) PASTA CON ZUCCHINE E TONNO

14)RISO CON PISELLI E PROSCIUTTO COTTO

15)PASTA AL BURRO E PARMIGIANO

16) RISOTTO CON LE ZUCCHINE

1)Pasta al pomodoro

Ingredienti:
- pasta corta (rigatoni) o lunga (spaghetti) oppure orecchiette;
- sugo al pomodoro
- olio extra vergine d'oliva
- cipolla q. b.
- sale q. b. (da aggiungere al sugo di pomodoro)
- basilico fresco in foglie

Per prima cosa prendere una tegame alto, riempire d'acqua fredda e mettere sul fuoco vivace. Con un coltello tagliare la cipolla in fettine sottili e lasciare rosolare in una pentola con olio fino a che imbiondisca. Quando la cipolla è dorata versare il sugo (passata, pelati o pomodoro fresco) nella padella, aggiungere un pizzico di sale e il basilico fresco in foglie. Una volta cotta aggiungere la pasta al sugo, spolverate con del formaggio grattugiato

2)Minestrone e/o passato di verdure con riso (o pasta)

Ingredienti:

- Riso per minestre (o pasta)
- Bieta
- Cavolo nero
- Patata
- Pomodori
- Cipolla
- Carota
- Sedano
- Olio extra-vergine d'oliva
- sale

1. Pulire il cavolo verza e tagliarlo a fettine sottili. Togliere la costola dura alla bietola e al cavolo nero, pelare le patate e il pomodoro e tagliare tutte le verdure grossolanamente.
2. Mettere a scaldare l'olio in una pentola e far soffriggere un battuto di cipolla, sedano e carota. Aggiungere il pomodoro e dopo pochi minuti unire le verdure facendo appassire a fiamma viva. Far cuocere per circa un'ora aggiungendo, quando necessario, qualche bicchiere d'acqua di cottura dei fagioli. Aggiustare infine di sale e pepe.
3. Passare il minestrone al passaverdure o frullarlo
4. Trasferire il brodo di verdura necessario in un una pentola e quando sarà bollente farvi cuocere il riso. A cottura ultimata lasciar riposare per qualche minuto prima di servire.

3)Risotto con prosciutto cotto e spinaci

Cuocere gli spinaci tritati grossolanamente, insieme al porro (o la cipolla) con l'olio e un pizzico di sale aggiungendo un po' d'acqua. A questo punto versare nella pentola il riso con 1 mestolo di brodo (ottenuto con il dado senza glutammato di sodio) e portare a cottura. Aggiungere il prosciutto cotto tagliato a cubetti. Condire con formaggio grattugiato.

Ingredienti:
- Riso
- Spinaci
- 1 porro o cipolla
- brodo di verdure
- olio extra-vergine d'oliva
- prosciutto cotto magro
- formaggio grattugiato
- sale q.b.

4)Crema di ceci (o fagioli) con pasta

Lavate e pelate la patata e la carota ed unitele ai ceci. Lavate il pomodoro, pelatelo, privatelo dei semi e versatelo nella pentola. Eliminate la buccia anche dalla cipollina e lo spicchio d'aglio e unite al resto delle verdure, infine unite il ciuffetto di prezzemolo ben lavato. Mettete la pentola sul gas a fuoco moderato e prima di chiudere la pentola con il coperchio (nel caso di pentola a pressione), unite il dado e mezzo. Lasciate cuocere, sempre a fiamma bassa, per 30 minuti con la pentola a pressione ed un'ora circa con la pentola tradizionale. Ultimata la cottura, mettetele da parte a freddare. Intanto in un pentola con abbondante acqua salata che ha raggiunto il punto di ebollizione fate cuocere la pasta. Una volta freddati, frullate i ceci fino a renderli una crema omogenea. Quando la pasta sarà cotta, spegnete nel gas e versate nella pentola la crema di ceci e verdure: mescolate, unite l' olio e portate in tavola la pasta ben calda.

Ingredienti:

-fagioli secchi oppure ceci secchi :

-pastina tipo conchigliette o spaghettini tagliati:

-carota

-piccola patata

-spicchio d'aglio

-pomodoro

-cipolla piccola

-ciuffetto prezzemolo

-brodo di verdure

-olio d'oliva: 1 cucchiaino

5)Pasta al tonno

Far cuocere gli spaghetti al dente in acqua salata. Nel frattempo rosolare nell'olio uno spicchio d'aglio Aggiungere il tonno e cuocere per un paio di minuti, quindi aggiungere la salsa di pomodoro. A metà cottura aggiungere un po' di prezzemolo. Scolare gli spaghetti e mantecare due minuti nel tegame col sugo. Servire cosparsi di un po' di prezzemolo a crudo.

Ingredienti:
- Pasta tipo spaghetti o penne o mezze penne
- tonno sott'olio
- passata di pomodoro_Alici sott'olio
- 1 spicchio d'Aglio
-Prezzemolo
-Sale_ q.b.

6)Pasta (o Riso) e lenticchie

Tagliate la cipolla a fettine sottili: Prendete un tegame capiente e versate l'olio, fate scaldare quindi versate la cipolla, sedano e carota e lasciate soffriggere un minuto circa; dopodiché aggiungete le lenticchie e . tutto il brodo e le due foglie di alloro, lasciate cuocere e portate ad ebollizione; a questo punto aggiungete la pasta (o il riso) e portate a cottura mescolando di tanto in tanto, quando il riso risulterà cotto il piatto è pronto.

Ingredienti:

- Pasta (o riso)
-lenticchie secche
-Cipolla 1
-Olio extravergine di oliva
-Brodo 1 litro circa
-Alloro
-Sale

7)Pasta e patate

Sbucciate le patate, lavatele e tagliatele a dadini. In un pentolino mettete a soffriggere la cipolla con un po' d'olio fino a farla dorare. Aggiungete le patate tagliate e cuocete qualche minuto con la cipolla girando con un cucchiaio di legno.
Versate dell'acqua nel pentolino fino a ricoprire completamente le patate di almeno un paio di centimetri, mettete un dado e lasciate cuocere.
Quando arriva a ebollizione aggiungere la pasta.
Controllare la cottura e quando sarà ultimata aggiungere un pizzico di sale se è necessario e servite.

Ingredienti:
- spaghetti spezzettati_ o ditalini
- patate
- cipolla
-brodo di verdure
- Olio extravergine di oliva
- prezzemolo
- pomodori pelati
-Sale q.b.

8)Pasta con crema di carciofi

Tritate la cipolla e mettetela nella padella con l'olio, poi aggiungete i carciofi tagliati a spicchietti, salata e fate insaporire per qualche minuto. Aggiungete il prezzemolo, coprite con il brodo di verdure e fate cuocere con il coperchio per 10 minuti circa. Frullate il tutto con un mixer poi aggiungete il formaggio grattugiato. Nel frattempo cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolate al dente e versate in padella con il condimento.

Ingredienti:
- Pasta
- Carciofi
- cipolla
- brodo di verdure
- olio extra-vergine d'oliva
- formaggio grattugiato
- prezzemolo, sale

9)Pasta al sugo alla bolognese

Mondate e levate la cipolla, la carota e il sedano, quindi tritateli finemente, fateli appassire in una casseruola e lasciate rosolare per qualche minuto rosolando.
Unite alle verdure la carne di manzo e di maiale, e fate insaporire mescolando.
Dopo 4 o 5 minuti bagnate con il vino, lasciatelo evaporare e aggiungete la polpa di pomodoro; salate, e e proseguite la cottura per circa due ore, mescolando di tanto in tanto e bagnando con il brodo. Portate ad ebollizione l'acqua, salatela leggermente e cuocete le tagliatelle al dente. Scolatele, versatele in una zuppiera e condite con il ragù.

Ingredienti:
- penne o rigatoni o maniche
-carne di manzo tritata:
- carne di maiale magra tritata
- salsa di pomodoro
-cipolla
-carota
-sedano
-brodo di carne
-vino bianco
-Sale

10)Crema di zucca con riso

Tagliate la zucca a dadini e fatela cuocere per 10 minuti nel latte bollente salato in una casseruola adatta per il risotto. Togliete la casseruola dal fuoco e frullate zucca e latte con il frullatore a immersione fino ad avere una crema omogenea ;mettete di nuovo il recipiente sul fuoco, portate la crema a ebollizione e unite il riso Carnaroli. Cuocete per una ventina di minuti, mantenendo il fuoco basso e mescolando verso fine cottura perche il riso tende ad attaccarsi al fondo del recipiente. Una volta cotto regolate di sale, incorporate il burro fuso con la salvia, il parmigiano e servite.

Ingredienti:
-riso Carnaroli
- polpa di zucca
-latte
- burro
-1 foglia di salvia
-formaggio grattugiato
-sale

11)Crema di piselli con pasta

In una casseruola d'alluminio antiaderente rosolare l'olio burro con la cipolla, poi unire i piselli surgelati. Aggiungere il brodo e far cuocere i piselli, in modo che risultino cremosi. Con un frullatore ad immersione, fate in modo che tutto sia liscio e privo di grumi. Unite il latte e il parmigiano e togliete dal fuoco condendo con sale. Cucinate la pasta a parte in acqua bollente e salata. Scolatela e servitela come guarnizione alla pasta. Condite il tutto con sesamo leggermente tostato e magari qualche filo d'olio

Ingredienti:
- pasta
-brodo vegetale q.b.
- olio extra-vergine d'oliva
- piselli surgelati
- ½ cipolla
- parmigiano
- latte p.s.
-erbe aromatiche
- sale

12)Lasagna al forno

PREPARAZIONE CON LA PASTA SECCA
La pasta secca può essere lessata come indicato per la pasta fresca, oppure condita direttamente. In questo caso tenere la besciamella un po' più liquida e spargerla molto uniformemente affinché ricopra bene tutta la pasta.
PER TERMINARE LA PREPARAZIONE
Imburrare la pirofila, cospargere il fondo con uno strato uniforme di besciamella e cominciare a farcire la lasagna.
Mettere uno strato di pasta, uno di besciamella, uno di ragù ed una manciata di Parmigiano.
Continuare a farcire la lasagna fino ad ottenere 5 strati, terminando con il Parmigiano.
Coprire con la carta stagnola ed infornare a 200° C per 30 minuti.
Togliere la stagnola, e proseguire la cottura per altri 10 minuti.
Se necessario, per ottenere una migliore doratura superficiale, accendere il grill e cuocere per altri 5 minuti.

Ingredienti:

- lasagne secche
- ragù
- besciamella
- Parmigiano Reggiano grattugiato

13)Pasta con zucchine e tonno

Prima di tutto mettere a bollire una pentola con dell'acqua e nel frattempo lavare e pulire le zucchine. Mettere a cuocere le zucchine tagliate a quadretti o fettine, in una padella antiaderente con l'aggiunta di olio extravergine, e lasciarle appassire finché saranno cotte e ben dorate. Quando le zucchine saranno morbide, regolare di sale, e aggiungere il tonno e un po' di prezzemolo tritato; intanto far cuocere la pasta. Una volta cotta, scolare la pasta al dente e condisci con il sugo alle zucchine, cospargere di parmigiano e servire subito.

Ingredienti:

- penne
- 1 zucchina
-tonno sott'olio sgocciolato
- olio extravergine d'oliva
- prezzemolo q.b.
- parmigiano grattugiato q.b.
- sale pepe q.b.

14)Riso con prosciutto cotto e piselli

Cuocere i piselli surgelati insieme al porro (o la cipolla) con l'olio e un pizzico di sale aggiungendo un po' d'acqua. A questo punto versare nella pentola il riso con 1 mestolo di brodo (ottenuto con il dado senza glutammato di sodio) e portare a cottura. Aggiungere il prosciutto cotto tagliato a cubetti. Condire con formaggio grattugiato.

Ingredienti:
- Riso
- Piselli surgelati
- 1 porro o cipolla
- brodo di verdure
- olio extra-vergine d'oliva
- prosciutto cotto magro
- formaggio grattugiato
- sale q.b.

15)Pasta al burro e parmigiano

Mettete sul fuoco una pentola con il bordo alto contenente 1 litro di acqua per ogni etto di pasta da cuocere. Quando l'acqua bolle, aggiungete il sale grosso (approssimativamente 10-15 grammi per ogni litro d'acqua). Quando l'acqua torna a bollire buttate la pasta e cuocetela per il tempo indicato sulla confezione mescolandola appena è stata buttata e rimescolandola ogni tanto. Scolate la pasta e gettatela sul burro fino a farlo sciogliere completamente. Spolverate di parmigiano grattugiato e servite subito

Ingredienti

- pasta
- burro
-sale q.b.
- formaggio grattugiato

16)Risotto con zucchine

Sbucciate la cipolla rossa e tritate finemente; riscaldate l'olio in un tegame largo e aggiungete il trito di cipolla, fate rosolare per qualche minuto fino a farla appassire aggiungendo un mestolo di brodo. Dopo aver rosolato la cipolla, versare il riso nel tegame e fatelo tostare per un minuto, poi sfumate con il vino bianco e, una volta che il vino sarà evaporato, aggiungete poco alla volta il brodo vegetale mescolando spesso e avendo cura di aspettare che sia stato assorbito il brodo prima di aggiungerne altro. Intanto lavate e spuntate le zucchine, grattugiatele con una grattugia a fori larghi, e a metà cottura del riso aggiungete le zucchine nel tegame, salate e portate a termine la cottura del risotto.

Ingredienti:

-Riso carnaroli
-Zucchine
-cipolla rossa
-vino bianco
-olio extra-vergine d'oliva
-brodo di verdure
-formaggio grattugiato
-sale

INDICE SECONDI

1) POLLO AL FORNO
2) HAMBURGER AL FORNO
3) FILETTO DI SOGLIOLA ALLA MUGNAIA
4) FRITTATA DI SPINACI (ZUCCHINE)
5) SCALOPPINA DI PETTO DI POLLO AL LIMONE
6) FILETTO DI MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA
7) POLPETTONE
8) POLPETTE
9) MERLUZZO AL FORNO
10) ARROSTO DI TACCHINO

1)Pollo al forno

1. Tritare finemente le erbe e l'aglio
2. Cospargere di olio il pollo, massaggiando la carne, e spolveriamo bene ogni parte con le erbe e il sale
3. Prendere una pirofila, aggiungere un filo d'olio sul fondo e adagiare il pollo
4. Cuocere il pollo in forno statico a 200° per un'ora circa, finché non sarà dorato e croccante

Ingredienti:

-Pollo senza pelle (tagliato a pezzi)
- spicchi d'aglio
- sale fino
- rosmarino, salvia, alloro, timo, maggiorana, prezzemolo
-olio

2) Hamburger al forno

Lasciate cuocere l'hamburger al forno per 10 minuti a 180°. Durante la cottura coprire i vostri hamburger con un foglio di alluminio per trattenere i succhi nella carne e non lasciare che evaporino via.

Ingredienti:

-Hamburger: carne trita di vitellone/maiale
-rosmarino
-sale

3)Filetto di sogliola alla mugnaia

Poni una padella bassa sui fornelli con dell'olio a fiamma viva. Lava, asciuga bene i filetti precedentemente puliti e tagliati. Infarinali leggermente e adagiali nella padella. Falli colorire bene da entrambi i lati. Infine, sala e poni gli stessi su carta assorbente ad asciugare dall'olio in eccesso.
Nella stessa padella prepara la salsa. Metti un filo d'olio. Quando il fondo è caldo, aggiungi il mezzo bicchiere di vino bianco e fallo evaporare. Sfumato il vino versa il succo di limone. Assaggia la salsa ed eventualmente regolala di sale e aggiungi il prezzemolo tritato. Servi il filetto in un bel piatto da portata versando la salsa con un mestolo. Per decorare, spargi del prezzemolo fresco tritato e delle fette di limone.

Ingredienti:

filetti di sogliola
-Succo di un limone
- vino bianco
-Farina
- olio extra-vergine d'oliva
-Sale
-Prezzemolo

4)Frittata agli spinaci (o alle zucchine o alle verdure)

Mettete una pentola d'acqua sul fuoco con una presa di sale grosso e portatela a ebollizione. Immergetevi gli spinaci surgelati a cubetti e chiudete subito il coperchio per far tornare l'acqua in temperatura. Lasciate cuocere per 10 minuti, poi scolate gli spinaci e raffreddateli passandoli per qualche secondo sotto acqua fredda corrente. Sminuzzate gli spinaci non una mezzaluna. In una terrina non troppo piccola sbattete i 6 tuorli d'uovo con un pizzico di sale e di pepe, aggiungete il formaggio grattugiato, il pangrattato, il latte e infine anche gli spinaci, amalgamando bene gli ingredienti. In un contenitore a parte montate a neve gli albumi con un pizzico di sale. Incorporate gli albumi al composto preparato in precedenza, con movimenti molto delicati, in modo tale che il preparato risulti soffice. Rivestite una pirofila di carta da forno e versatevi il preparato in modo che si distribuisca uniformemente sul fondo. Portate il forno a 180°C e infornate. Lasciate cuocere per 15 minuti, possibilmente con la funzione "forno ventilato".

Ingredienti:
- spinaci surgelati a cubetti
- parmigiano grattugiato
- latte
- pangrattato
- uovo
-Sale q.b.

5)Scaloppina di petto di pollo al limone

Incidete i bordi delle fettine di carne (per non farle arricciare in cottura), mettetele tra 2 fogli di carta da forno e appiattitele con il batticarne fino a farle diventare sottili (mezzo cm circa di spessore). Passatele una alla volta nella farina e scuotetele con le mani delicatamente in modo da eliminare l'eccesso di farina (causa dei grumi nel sughetto). Scaldate l'olio in una padella per pochi secondi: Unitevi le fettine di carne e fatele rosolare per qualche istante su entrambi i lati a fuoco vivace, girandole senza pungerle. Bagnatele con il succo di limone filtrato, abbassate un poco la fiamma e continuate la cottura per qualche minuto, in modo che il fondo di cottura si addensi. Salate, pepate, cospargete con il prezzemolo tritato fine e servite.

-150 gr di fesa di vitello tagliata a fettine
- limone
-farina
-Olio
- prezzemolo tritato
-sale

6)Filetto di merluzzo alla pizzaiola

Lavate i pomodori pachino e divideteli in 4 spicchi, sbucciate e affettate la cipolla, eliminate la guaina allo spicchio d'aglio e dividetelo a metà. In una padella mettete l' olio extra vergine d'oliva e fatelo scaldare; unite quindi la cipolla affettata e l'aglio. Fate soffriggere per 2 minuti e unite gli spicchi di pomodoro. Mettete il coperchio e fate cuocere per 10 minuti a fuoco medio. Nel frattempo sciacquate i capperi sotto l'acqua correte per eliminare il sale di conservazione, snocciolate le olive nere e tagliatele a rondelle. Trascorsi i 10 minuti unite le olive nere, i capperi, un pizzico di origano, unite i filetti di merluzzo, aggiustate di sale e pepe e, sempre coprendo con un coperchio, continuate la cottura per 15 minuti girando i filetti di pesce una sola volta con l'aiuto di una paletta. Cospargete a fine cottura i filetti di merluzzo con il prezzemolo tritato e servite ben caldo con la sua salsa.

Ingredienti:

-Merluzzo
-Olio
Capperi
Aglio
Olive nere
Origano
Pomodori pachino
Prezzemolo
Sale

7) Polpettone

Fate ammorbidire la mollica di pane con il latte. Prima di utilizzarla nell'impasto del polpettone, strizzatela bene. In una terrina abbastanza grande mischiate tutti gli ingredienti insieme: i due macinati, la mollica del pane, il parmigiano grattugiato, l'uovo e il prezzemolo sminuzzato. Salate e amalgamate il tutto. Aggiungete poco alla volta del pangrattato fino a che il composto non risulterà compatto, ma ancora sufficientemente morbido .Fate attenzione a non eccedere: aggiungendo troppo pangrattato il polpettone verrà troppo duro. Date al polpettone la forma e la grandezza desiderata ponendolo su un foglio di carta forno. Una volta data la forma, arrotolate la carta forno a formare una grossa caramella e mettete il polpettone in frigorifero a riposare. Dopo un'oretta riprendete il polpettone, togliete la carta forno e disponetelo in una teglia da forno, ricopritelo con un filo di olio e profumatelo con qualche rametto di rosmarino. Cuocete in forno a 200° fino a che non diventa bello dorato. Ci potrebbero volere dai 40 minuti ai 60 minuti. Sfornatelo e fatelo raffreddare prima di tagliarlo a fettine e servirlo.

Ingredienti:

-macinato di manzo
-macinato di maiale
-parmigiano
-mollica di pane
-latte
-Uovo
Pangrattato
Prezzemolo
Rosmarino
Sale

8) Polpette

In un contenitore ponete la carne trita: aggiungete l'origano, un pizzico di noce moscata grattugiata ed il prezzemolo tritato Infine il Parmigiano grattugiato e il pangrattato insieme all'uovo: impastate il tutto con le mani, aggiustando di sale e mescolando fin quando non avrete ottenuto un composto omogeneo. Con l'impasto ottenuto andate a formare delle sfere del peso di 20 grammi l'una prelevando un pezzetto di impasto e amalgamandolo con entrambe le mani. Non appena tutte le polpette saranno pronte, fate scaldare l'olio in una pentola antiaderente (15) , quando l'olio sarà ben caldo, adagiate le polpette (16), lasciandole cuocere da entrambe i lati per un paio di minuti. Versate la polpa di pomodoro , versate l'acqua, aggiustate di sale, e proseguite la cottura abbassando la fiamma per 15-20 minuti.

Ingredienti:

-Macinato di bovino/vitellone
-macinato di maiale
- formaggio grattugiato
-pangrattato
-uovo
-prezzemolo
-origano
- olio extra-vergine d'oliva
-sale

9) Merluzzo al forno

Lavare i filetti di merluzzo, tamponarli con carta da cucina e tagliarli a metà se sono molto grandi Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle con la mezzaluna su un tagliere assieme all'aglio spellato. Mettere in una ciotola il pangrattato e mescolarlo al trito di aglio e prezzemolo. Ungere una pirofila con un filo d'olio, una manciata di pangrattato aromatizzato e un filo d'olio. Disporre i filetti di merluzzo e infornare a 200°C per 15 minuti e servire.

Ingredienti:

-merluzzo o nasello surgelato
- olio
- Pangrattato
-Prezzemolo
-aglio

10) Arrosto di tacchino

Legate con refe incolore il petto tacchino, dandole la forma di un rotolo. Fate scaldare in una casseruola che contenga la carne l'olio e, adagiatevi il tacchino e fatelo dorare da tutte le parti, rivoltandolo con due palette per non punzecchiarlo (altrimenti ne uscirebbero i succhi, lasciando la carne asciutta). Quando avrà preso un bel colore fate colare lungo le pareti della casseruola mezzo bicchiere di vino bianco secco che farete sfumare a fuoco medio. Dopodiché versate nel recipiente mezzo bicchiere di brodo caldo e trasferite il tacchino in forno già caldo a 190° con un po' di salvia ed il rosmarino. Fatelo cuocere per circa 1 ora, unendo ogni tanto ancora un filo di brodo e raschiando con una paletta i succhi depositati sulle pareti. Servite ben caldo, affettato con le erbe.

- petto di tacchino
- olio extra-vergine d'oliva
- vino bianco secco
- brodo caldo
- salvia e rosmarino
-sale
-pepe

Per quanto riguarda i bastoncini e il merluzzo panato si consiglia la cottura al forno senza l'aggiunta di olio servendosi di carta forno; durante la cottura coprire con carta alluminio.

Di seguito vengono elencati i secondi che non necessitano di preparazione:

mozzarella

prosciutto cotto

scamorza

fesa di tacchino

formaggio cremoso spalmabile light

INDICE CONTORNI:

1) BIETA ALL'AGRO
2) FAGIOLINI ALL'AGRO
3) SPINACI ALL'AGRO
4) ZUCCHINE TRIFOLATE
5) BROCCOLETTI ALL'AGRO
6) SPINACI AL BURRO
7) PATATE AL FORNO
8) INSALATA VERDE
9) CAROTE ALLA JULIENNE
10) INSALATA DI POMODORI
11) INSALATA MISTA
12) INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI
13) ZUCCHINE AL TEGAME

1)Bieta all'agro

fate attenzione alla pulizia della verdura: tagliate tutto il gambo e dividete ogni foglia sciacquandola. Mettete tutte le foglie in un'insalatiera con acqua calda e limone, lasciatela spurgarsi per circa 30-45 minuti. Una volta spurgata, sciacquatela di nuovo sotto l'acqua fredda e fatela scolare in uno scolapasta. Adesso prendete una pentola e riempitela con abbondante acqua fredda, scaldate a fuoco vivace e portate ad ebollizione. Quando l'acqua bolle, salate a dovere e fate sciogliere il sale. Ora buttate la bieta in pentola e lessatela per circa 7 minuti. Giratela più volte, diventerà morbida e compatta. Adesso scolatela. Strizzate bene la bieta con una forchetta, servite nei piatti ed aggiungete ad ogni porzione un pizzico di sale, olio e un po' di limone. Mischiate e servite.

Ingredienti:
-bieta
-Sale q.b.
- olio extra-vergine d'oliva
-Limone (succo)

2)Fagiolini all'agro

Pulisci i fagiolini tagliando a tutti l'estremità che li teneva legati alla pianta, poi dagli una lavata. Cuoci in abbondante acqua. Lascia che si raffreddino un po'...Ora metti semplicemente in una terrina i fagiolini, il succo di mezzo limone, l'olio, l'aglio tritato e se vuoi del prezzemolo tritato e mescola bene tutti gli ingredienti.

Ingredienti:

- fagiolini
-olio extra-vergine d'oliva
-limone (succo)
- aglio
-sale e pepe q.b.
- prezzemolo tritato q.b.

3)Spinaci all'agro

Mondare gli spinaci con cura, tagliare la radice alla base delle foglie e lavarli in diverse vasche d'acqua, scolandoli ogni volta, per liberarli dalla terra; per evitare la dispersione e la perdita di sali e sapori, gli spinaci vanno lessati in una pentola con l'acqua stessa che essi ricavano (bastera' quella rimasta nelle foglie dopo averle scolate).
Salarli e, appena l'acqua emessa in cottura inizia a bollire, rigirarli con una forchetta e cuocerli ancora un minuto.
Scolarli e, una volta intiepiditi, condirli con olio e succo di limone.

Ingredienti:
- spinaci freschi e/o surgelati
- limone (succo)
-Sale fino q.b.
- olio per condire q.b.

4)Zucchine trifolate

Pulite e tritate il prezzemolo. Lavate le zucchine e tagliatele a rondelle; mettetele in una padella con l'olio e l'aglio, fate cuocere per 10 minuti, quindi aggiungete un pizzico di sale. Lasciate in cottura ancora qualche minuto, tritate il prezzemolo e aggiungetelo alle zucchine. Mescolate ancora qualche istante prima di spegnere la fiamma e il piatto è pronto.

Ingredienti:
- Zucchine
-aglio
-prezzemolo q.b.
-Sale q.b.
- Olio extravergine d'oliva .

5)Broccoletti all'agro

Cominciate mettendo sul fuoco circa 3 litri d'acqua salata. Mentre l'acqua comincia a scaldarsi, mondate per bene i broccoletti: tagliate le teste e dividetele in 4-6 spicchi nel senso dell'altezza. Staccate anche le eventuali cimette. Sciacquate in acqua fredda teste e cimette e gettatele nell'acqua a bollore. Cuocete a ebollizione leggerissima finché, pungendo i gambi, li sentirete teneri. Non prolungate però troppo la cottura perché i broccoletti si impregnerebbero d'acqua perdendo gran parte del loro sapore. Nel frattempo sbattete l'olio con la scorza, il succo di limone e un pizzico di sale. Scolate con attenzione e molto delicatamente i broccoletti, accomodateli in un piatto e cospargeteli con la salsetta.

Ingredienti:
- broccoletti
- olio extra-vergine d'oliva
- limone (scorza grattugiata)
-limone (succo)
- sale q.b.

6)Spinaci al burro

Pulire gli spinaci scartando le foglie rovinate o ingiallite e lavarli più, volte affinché perdano tutta la terra. Mettere in una pentola tre dita d'acqua, salare e portare a bollore. Buttare gli spinaci e farli cuocere. per una ventina di minuti. Scolarli bene e metterli in una casseruola dove avrete fatto fondere un etto di burro. Lasciarli insaporire e prima. di servire cospargerli di formaggio grattugiato.

Ingredienti:
- spinaci
- 10gr di burro
- Sale q.b.

7)Patate al forno

Sbucciate le patate, tagliatele a dadini e immergetele per cinque minuti in abbondante acqua per far perdere un po' d'amido. Sciacquatele e asciugatele in un panno pulito.
Ungete una teglia con l'olio, disponeteci le patate, cospargete di rosmarino e sale.
Infornate a 180° gradi per circa 45 minuti rigirandole a metà cottura.

Ingredienti:
- patate
- Olio extravergine d'oliva
- Rosmarino fresco
-Sale_q.b.

8)Insalata verde

Lavare l'insalata con abbondante acqua sfregando le foglie con le mani. Una volta lavata, tagliare le foglie e condire con olio, aceto e sale.

Ingredienti:
- insalata verde
- olio extra-vergine d'oliva
- Aceto di vino
- Sale q.b.

9)Carote alla julienne

Pulire le carote. Poi servirsi di una grattugia per tagliare le carote ottenendo delle striscioline. Una volta tagliate condire con olio, succo di limone, sale, pepe.

Ingredienti:
-carote
- olio extra vergine d'oliva
-succo di limone
-sale q.b.

10) Insalata di pomodori

Tagliate i pomodori a metà o a pezzetti piú piccoli. In seguito tagliate le foglie di basilico a pezzetti. Condite con l´olio, il sale, il pepe e l´aceto balsamico.

Ingredienti:
- pomodori
- Basilico
- olio extra-vergine d´oliva
- Sale

11) Insalata mista

Tagliate l'insalata, pomodori a piccoli pezzi e condite con olio extra-vergine d'oliva, un pizzico di sale.

Ingredienti:
- pomodori
- insalata
- olio extra-vergine d´oliva
- Sale

12) Insalata di pomodori e cetrioli

Tagliate i cetrioli, i pomodori a pezzi e condite con olio extra-vergine d'oliva, un pizzico di sale.

Ingredienti:
- pomodori
- cetrioli
- olio extra-vergine d´oliva
- Sale

13) Zucchine al tegame

Lavate le zucchine, spuntate le estremità, asciugatele, tagliatele in quattro spicchi in lunghezza e dividete poi questi spicchi in due o tre pezzi. Fate imbiondire un pò di cipolla con l'olio, e poi aggiungete i pomodori spellati e fatti a pezzi. In ultimo mettete le zucchine e conditele con sale. Fate cuocere a calore leggerissimo, affinché possano bene insaporirsi, bagnandole di quando in quando con un pò di acqua se il sugo fosse troppo denso. Regolatevi però di non mettere troppa acqua, poichè, a cottura completa, le zucchine debbono rimanere quasi asciutte.

Ingredienti:
-Zucchine
-Pomodori
-Cipolla
-Olio extra-vergine d'oliva

DISCIPLINARE MERCEOLOGICO

Art.1

I generi alimentari crudi da usare per il servizio di refezione scolastica dovranno avere le caratteristiche organolettiche stabilite nel presente disciplinare.

Art.2

I prodotti devono essere sempre di prima qualità e devono rispondere alle seguenti caratteristiche:

PASTA

Deve essere fabbricata con semola di grano duro di tipo "00" di prima qualità. Ben essiccata, di odore e gusto buono, scevra da sostanze eterogenee, non acida o farinosa. Resistente alla cottura. Non deve lasciare nella pendola sedimenti farinosi o amidacei. La composizione bromotologica deve essere quella della pasta di grano duro di cui alla legge 4/7/1967, n°580 e successive modificazioni ed integrazioni.

RISO

Deve essere del tipo brillato conforme alla legge 18/3/1958 n.325 e successive modificazioni ed integrazioni. Non deve contenere riso a chicchi rotti o di diversa qualità.

FARINA

Deve essere del tipo "00" previsto dalla legge n.580/1967.

PANINI

Confezionati in pezzi del tipo "rosetta". La farina da impiegare deve essere del tipo "00" previsto dalla legge n.580/1967 e dovrà, pertanto, possedere le seguenti caratteristiche di composizione:

- umidità massima non più del 14%;
- ceneri su 100 parti di sostanza secca massimo 0,60;
- cellulosa su 100 parti di sostanza secca massimo 0,60:
- glutine secco su 100 parti di sostanza secca minimo 10.

Il pane deve risultare ben lavorato, ben cotto, deve avere odore e sapore gradevole. La midolla sarà soffice ed elastica. La crosta uniforme e non troppo sottile. Non deve contenere acqua in misura superiore a quella massima consentita dalle vigenti leggi.

PROSCIUTTO COTTO SENZA POLIFOSFATI

Di coscia di suino, di prima qualità, tipo "toast" magro, ben prosciugato, morbido, succulento ma non acquoso, compatto al taglio. Senza polifosfati, rispondente ai requisiti di legge.

OLIO

Olio extra vergine di oliva le cui caratteristiche devono essere quelle espressamente indicate dalla legge n.1407/1960 e successive modificazioni ed integrazioni. Acidità, espresso in acido oleico non superiore all'1%. L'olio deve essere ottenuto meccanicamente dalle olive e non deve aver subito manipolazioni chimiche, ma soltanto il lavaggio, la sedimentazione e la filtrazione e senza aggiunta di sostanze estranee o commistione di olio di altra natura. L'olio dovrà essere limpido, fluido e possedere il sapore e l'odore gradevole ed inconfondibile dell'olio di olive.

BURRO

Di pura panna fresca, di latte di vacca contenente non meno dell'82% di peso di materia grassa, prodotto e confezionato in conformità a quanto stabilito dalla legge 23/12/1956 n.1526 e

successive modificazioni ed integrazioni, sulla difesa della genuinità del burro. Il prodotto deve avere ottimo sapore e profumo.

LATTE

Alimentare di vacca, UHT intero, in confezioni sigillate, trattato con i procedimenti di pastorizzazione e di stassanizzazione, in regola con tutte le norme legislative che regolano la lavorazione, la conservazione e la distribuzione del latte per uso alimentare.

PELATI

Confezionati secondo le norme previste dal D.P.R. 11/4/1975 n.428 e successive modificazioni ed integrazioni, in barattoli di latta ermeticamente chiusi. Gli unici ingredienti devono essere pomodoro tipo "San Marzano" e succo di pomodoro.

UOVA

Di gallina di allevamento freschissimi, di prima qualità "Categoria di qualità A", "Categoria di peso 2", guscio sano e senza incrinatura. Alla speratura l'uovo deve risultare di colore rosso senza macchie, alla rottura del guscio l'albume deve essere di colore chiaro, consistente. Deve inoltre rispondere a tutti i requisiti previsti dal Regio Decreto 3.8.1890 n.7045, RDL 14.10.1932 n.1787, D.M. 15.10.1933, legge 13.05.1966, n.356, legge 3.05.1971 n.419 e successive modificazioni ed integrazioni.

MOZZARELLE

Devono essere di prima qualità, fresche di giornata in perfetto stato di conservazione e presentazione, prodotte e confezionate in stretta osservanza delle norme emanate in materia. Le mozzarelle devono pervenire dalla lavorazione del latte naturale, fresco di vacca, avere una percentuale di grasso non inferiore al 44%, devono essere sane, esenti da difetti ed impurezze e prodotte nelle dodici ore precedenti la consegna. Ciascun pezzo confezionato in idoneo involucro di carta sottovuoto.

PARMIGIANO

Il formaggio da fornire deve essere convenientemente stagionato(ALEMNO 24 MESI). La pasta deve essere cotta ed a lenta maturazione. Il prodotto deve essere marchiato e rispondere a tutte le caratteristiche richieste dalla legge in vigore.

LEGUMI

Di grandezza media, selezionati, al punto di maturazione di colore omogeneo e naturale, non devono presentare semi rotti o di diversa qualità. Devono essere esenti da corpi estranei. Le lenticchie saranno del tipo "Regular" o "Larger".

SALE GROSSO E FINO DA CUCINA

Bianco, omogeneo, costituito esclusivamente di cloruro sodico. Confezioni da Kg.1.

FILETTI DI MERLUZZO – SOGLIOLA – BASTONCINI – MINESTRONE E PATATINE SURGELATE

La tecnica di congelazione e di conservazione deve avvenire secondo i più aggiornati sistemi razionali per cui le caratteristiche organolettiche dei prodotti dovranno risultare inalterate. La conservazione non deve mai superare 40-50 giorni. Il tessuto muscolare dei pesci deve essere di colorito chiaro ed esente da suffusione di colorito marrone.

FORMAGGIO FRESCO (TIPO STRACCHINO)

Di produzione locale e di latte di mucca. Il prodotto deve essere etichettato e rispondente a tutte le caratteristiche richieste dalla legge in vigore.

CARNE DI VITELLO O MAIALE I° TAGLIO

Di animali sani di ottima qualità, di recente macellazione e di produzione locale. La carne deve essere fornita non prima delle 48 ore dalla macellazione da comprarsi in fettine, ricavate da un pezzo proveniente dalla parte posteriore dell'animale. Rispondente alle prescritte norme in materia di legge e regolamenti ed ordinanze ministeriali.

PETTO DI POLLO

Freschi, provenienti da polli di allevamento tipo industriale, di buona conformazione ed in ottimo stato di nutrizione. La macellazione deve essere recente, ad essa deve essere seguito il raffreddamento in cella frigorifera. La carne dovrà avere un colorito bianco-rosa o tendente al giallo, di buona consistenza. Dovranno inoltre essere osservate le disposizioni previste dal D.P.R. 10.08.1972 n.967 e successive modificazioni ed integrazioni.

FRUTTA

Deve essere fresca di giornata, sana, di prima scelta, al punto giusto di maturazione, in perfetto stato di conservazione di presentazione. Essa dovrà presentarsi esente da procedimenti di maturazione artificiale. Dovrà, inoltre, essere esente da manifestazione di appassimento, alterazione, guasti ed ammaccature, integra da attacchi parassitari. La pezzatura dovrà oscillare tra 90 e 110 grammi a pezzo.

VERDURA

Deve essere fresca, di prima scelta, in perfetto stato di conservazione e di presentazione, proveniente da agricoltura biologica. La verdura e gli ortaggi devono presentare le precise caratteristiche della specie e della varietà richiesta. Essere di prima qualità e di recentissima raccolta, possedere una perfetta ed uniforme maturazione, asciutta e priva di terra, esente da trattamenti particolari atti a modificare il processo di maturazione, la colorazione e la consistenza. Esente da alterazioni ed attacchi parassitari, priva di radici, gambi, foglie non commestibili. Le patate devono essere di morfologia uniformi con un peso minimo di gr.60 per ogni tubero e massimo di gr.270.

N.B.: alcuni dei suddetti prodotti così come indicato nel bando di gara saranno forniti biologici.

NORME COMPORTAMENTALI DA SEGUIRE QUANDO CI SONO BAMBINI CON INTOLLERANZE O ALLERGIE ALIMENTARI (ES. CELIACHIA)

Preparazione e distribuzione delle diete speciali

• gli alimenti destinati alla dieta devono essere mantenuti separati da tutti gli altri previsti per comporre il menù base

• ogni vivanda costituente la dieta va preparata e confezionata in area dedicata, anche solo temporaneamente, e riposta in appositi contenitori i quali vanno collocati su vassoio personalizzato recante il nome del bambino

• gli utensili utilizzati per la preparazione e il confezionamento della dieta devono essere unicamente impiegati per tale produzione

• il personale addetto alla preparazione e distribuzione, nonché il personale scolastico deve lavarsi accuratamente le mani, qualora abbia manipolato altri alimenti

• il bambino deve essere servito sempre per primo: è bene che la distribuzione per le classi avvenga inizialmente a partire dai soggetti con dieta speciale e prosegua successivamente per gli altri commensali

• il pasto deve essere distribuito solo dopo che il personale addetto abbia identificato il bambino di concerto con l'insegnante

• il personale addetto alla preparazione e distribuzione può verificare la corretta erogazione della dieta attraverso apposita modulistica di tracciabilità, nella quale siano evidenziate le fasi del relativo processo.

Sorveglianza e vigilanza

• è necessario prevedere un'apposita procedura per la corretta distribuzione e l'assistenza al pasto sulla quale il personale va adeguatamente formato

• gli insegnanti effettuano controllo visivo avente ad oggetto la corrispondenza tra il nome del bambino/a e il nominativo apposto sui recipienti contenenti le portate della dieta

• in caso di dubbio l'insegnante deve far sospendere la somministrazione e contattare immediatamente il produttore della dieta (il responsabile della ditta di ristorazione, il Comune o la segreteria scolastica).

Tratto da **LINEE DI INDIRIZZO NAZIONALE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA-**
DIPARTIMENTO PER LA SANITA' PUBBLICA VETERINARIA, LA NUTRIZIONE E
LA SICUREZZA DEGLI ALIMENTI
DIREZIONE GENERALE DELLA SICUREZZA DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE **–MINISTERO DELLA SALUTE - Provvedimento 29 aprile 2010 - G.U. n. 134 del 11-6-2010**