

# Menu Autunno Inverno Scuola dell'Infanzia di Campogalliano anno scolastico 2017/2018

CENTRO PASTI DI MODENA



## 1ª settimana

DAL 23/10 AL 27/10/17  
DAL 18/12 AL 22/12/17  
DAL 12/02 AL 16/02/18

DAL 20/11 AL 24/11/17  
DAL 15/01 AL 19/01/18  
DAL 12/03 AL 16/03/18

**Orecchiette bio** al pomodoro e basilico  
 Prosciutto cotto  
 Misticanza - Frutta fresca  
 Merenda: Focaccia

Vellutata mediterranea con **riso bio**  
 Pizza margherita ■  
 Contorno escluso - Frutta fresca  
 Merenda: Frutta fresca

**Mezze penne integrali bio** al tonno  
 Tortino con carote - Finocchi al forno - Frutta fresca  
 Merenda: Pane e **composta di frutta biologica**

Crema di zucca con **orzo bio**  
 Cotoletta di tacchino al forno  
 Piselli brasati - Frutta fresca  
 Merenda: **Yogurt alla frutta biologico**

**Stortini bio** al pesto invernale  
 Bastoncini di nasello in crosta di mais - Patate al forno  
 Frutta fresca  
 Merenda: Banana

l  
m  
m  
g  
v

DAL 30/10 AL 03/11/17  
DAL 25/12 AL 29/12/17  
DAL 19/02 AL 23/02/18

DAL 27/11 AL 01/12/17  
DAL 22/01 AL 26/01/18  
DAL 19/03 AL 23/03/18

**Penne integrali bio** alla capricciosa  
 Sformato di patate e porri  
 Insalata di fagiolini carote mais - Frutta fresca  
 Merenda: Frutta fresca e **stregchette biologiche**

Crema di borlotti con **farro bio**  
 Pollo al forno  
 Verdura fresca mista - Frutta fresca  
 Merenda: **Yogurt alla frutta biologico**

**Fusilli bio** olio e parmigiano  
 Portafogli al forno  
 Purè - Frutta fresca  
 Merenda: Frutta fresca

PIATTO UNICO:  
**Noccioline bio** pasticciate del contadino  
 Pinzimonio - Frutta fresca  
 Merenda: Muffin di carote e mandorle

**Cellentani bio** al ragù di seppioline e piselli  
 Filetto di platessa dorato al forno  
 Verdura fresca - Frutta fresca  
 Merenda: Focaccia al pomodoro

## 2ª settimana



\*"Giornate speciali" verranno proposte precedute da idonea informazione.  
 Le seguenti merende sono di produzione interna al Centro Pasti:  
 muffin di carote e mandorle, biscotti al riso, muffin con pere e amaretti, pop corn;  
 gli altri prodotti freschi da forno sono provenienti da lavorazioni artigianali giornaliere.

 INDICA LA PRESENZA DI CARNE DI MAIALE NEL PRIMO O NEL SECONDO PIATTO.  
 CON L'OPPORTUNITÀ DI PRENOTARE IL PASTO "SENZA MAIALE"  
 ❖ CARNE DI BOVINO ADULTO/VITELLONE BIOLOGICA ● PRODOTTI DEL COMMERCIO EQUO E SOLIDALE  
 ■ QUANDO PREVISTA "PIZZA MARGHERITA" NON SARÀ FORNITO IL PANE

## 3ª settimana

DAL 06/11 AL 10/11/17  
DAL 01/01 AL 05/01/18  
DAL 26/02 AL 02/03/18

DAL 04/12 AL 08/12/17  
DAL 29/01 AL 02/02/18

**Sedanini bio** alla mediterranea  
 Formaggi misti  
 Lattuga e radicchio rosso - Frutta fresca  
 Merenda: Frutta fresca e crackers

**Spirelli integrali bio** olio e parmigiano  
 Polpette di tacchino e verdure  
 Piselli al sugo - Frutta fresca  
 Merenda: Latte biologico con orzo ● e biscotti al riso

PIATTO UNICO:  
 **Mezze penne bio** del passatore al forno  
 Pinzimonio - Frutta fresca  
 Merenda: Pane e cioccolato fondente ● biologico

Minestra d'**orzo bio**  
 Mezzaluna di ceci e zucca  
 Cavolfiore e carote lessati - Frutta fresca  
 Merenda: Pane d'autunno

**Riso bio** verde aromatico  
 Filetto di halibut gratinato  
 Verdura fresca - Frutta fresca  
 Merenda: Banana

l  
m  
m  
g  
v

DAL 13/11 AL 17/11/17  
DAL 08/01 AL 12/01/18  
DAL 05/03 AL 09/03/18

DAL 11/12 AL 15/12/17  
DAL 05/02 AL 09/02/18

**Spaghetti integrali bio** alla marinara  
 Frittata con verdure  
 Purè di ceci - Frutta fresca  
 Merenda: Frutta fresca

Vellutata di ceci carote e porri ai **tre cereali bio**  
 Arrosto di maiale agli agrumi  
 Finocchi in insalata - Frutta fresca  
 Merenda: **Succo di frutta biologico** e treccine salate

**Gnocchetti sardi bio** alla ligure  
 Happy burger  
 Patate al forno - Frutta fresca  
 Merenda: **Yogurt alla frutta biologico**

PIATTO UNICO:  
 Lasagne al forno (carne bio ❖)  
 Pinzimonio - Frutta fresca  
 Merenda: Muffin con pere e amaretti

**Sedanini bio** delicati  
 Bocconcini di trota gratinati alla salvia  
 Fagiolini profumati - Frutta fresca  
 Merenda: Frutta fresca e pop corn (mais bio)

## 4ª settimana



## I NOSTRI INGREDIENTI

**PANE** farina tipo "0", acqua, olio extra vergine d'oliva, sale, lievito naturale. **PASTA** di semola di grano duro **biologica**. **PASTA** all'uovo per tagliatelle e lasagne. **RISO** parboiled, **ORZO PERLATO**, **FARRO**, **AVENA biologici**. **FARINA** di mais **biologica**. **CARNI** suine ed avicunicole fresche nazionali; pollo e tacchino allevati a terra. **CARNE BOVINA** fresca **biologica** da bovini adulti/vitelloni allevati in fattorie italiane.

**SEITAN** (complesso di proteine vegetali estratto dal grano) **biologico**. **PESCE** surgelato, a ridotto contenuto di grassi, di piccola pezzatura. **PROSCIUTTO COTTO** di coscia suina nazionale, senza glutine, polifosfati lattosio e caseinati. **PROSCIUTTO CRUDO** di Parma o DOP Modena. **MORTADELLA** Bologna IGP 2 volte al mese nel secondo piatto alternativo. **LATTE** intero UHT **biologico** per merende e colazioni; parzialmente scremato UHT per cucinare. **BURRO** utilizzato in piccole quantità. **FORMAGGI**: Parmigiano Reggiano, mozzarella, caciotta, emmenthal, stracchino, formaggio fresco "Primo sale", ricotta fresca vaccina. **UOVA** pastorizzate, refrigerate. **ORTAGGI** freschi **da produzione integrata**. Non si utilizzano ortaggi in scatola (ad eccezione dei pomodori pelati). **PASSATA DI POMODORO biologica**. **VERDURE SURGELATE**: fagiolini, spinaci e piselli **da produzione integrata**. **MELE biologiche**. **LIMONE biologico** per dolci e secondi di pesce. **FRUTTA** fresca di stagione **da produzione integrata** per le altre tipologie. **LEGUMI biologici** quando previsti come contorno. **FARINA DI LEGUMI da produzione integrata**.

### MERENDE biologiche:

- Yogurt intero alla frutta
- Cioccolatina fondente - Commercio Equo e Solidale
- Crema di nocciole
- Mais per pop corn
- Miele - Commercio Equo e Solidale
- Composta di frutta
- Succo di frutta (1 volta al mese)
- Stregchette

### MERENDE - Commercio Equo e Solidale :

- Orzo solubile
- Banana (1 volta al mese)

### CONDIMENTI:

- Parmigiano Reggiano stagionatura minima garantita 24 mesi
- Olio extra vergine d'oliva **biologico** per il condimento a crudo presso le scuole
- Olio di girasole, in piccole quantità, per cucinare
- Aceto balsamico di Modena **biologico**
- Succo di limone, erbe aromatiche e brodo vegetale (produzione interna)
- Sale fortificato con iodio

*Non vengono utilizzati alimenti precotti, spezie, additivi quali conservanti e/o coloranti.*

*CIR-food è impegnata a garantire l'utilizzo di materie prime alimentari senza ingredienti modificati geneticamente.*

## LA COTTURA DEI CIBI

Tutti gli alimenti sono cucinati al mattino, immediatamente prima del consumo o confezionamento e della spedizione dei pasti.

- **La pasta e il riso:** luna speciale cuoci-pasta a ciclo continuo consente la "cottura espressa".
- **I secondi:** in forni tradizionali o a vapore.
- **I contorni:** in forni a vapore.

*Nessun alimento viene fritto.*

## DIETE PARTICOLARI

**Dieta "in bianco"** (senza certificato medico): si può prenotare, per il tempo strettamente necessario, per bambini o adulti con lievi indisposizioni.

**Dieta "speciale"** (con certificato medico): esclusivamente per bambini o adulti che necessitano di un'alimentazione mirata a prevenire e/o curare specifiche patologie (allergie alimentari, diabete, ecc.).

**Dieta con esclusione di carni per motivi etico-religiosi (maiale, bovino, carne in genere):** può essere richiesta, per iscritto, dagli interessati.

**Dieta vegetariana o vegana:** può essere richiesta, per iscritto, dagli interessati.

## SUGGERIMENTI PER GLI ALTRI PASTI DELLA GIORNATA

**Per la prima colazione e la merenda** preferire alimenti energetici, facilmente digeribili. In particolare:

- pane, fette biscottate, biscotti secchi, fiocchi di cereali con eventuale aggiunta di piccole quantità di miele o marmellata forniscono energia di pronta e facile utilizzazione;
- yogurt, latte e latticini magri (ricotta) assicurano un buon apporto di calcio e proteine;
- frutta fresca garantisce vitamine, minerali e fibre.

**Durante la mattina** privilegiare alimenti a ridotto apporto energetico e digeribili, come la frutta o lo yogurt, che non compromettano l'appetito per il pranzo.

**A cena** completare con varietà e fantasia il pranzo scolastico consultando il menu e scegliendo ingredienti diversi da quelli già consumati.

## L'EQUILIBRIO NUTRIZIONALE DEL MENU SCOLASTICO

I criteri di riferimento per la formulazione delle tabelle dietetiche e dei menu scolastici seguono gli orientamenti proposti dalla più recente revisione dei LARN (Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti, 2014), le Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna (n.56 / 2009), le Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica (Ministero della salute, 2010) e le LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE ITALIANA (revisione 2003).

Scuola dell'Infanzia	Calorie giornaliere 1600 ± 5%	Calorie del pasto scolastico 800*
* Pranzo e Merenda	Pranzo: 40% delle calorie totali	Merenda: 10% delle calorie totali

## ALTERNATIVE AL MENU DEL GIORNO

In alternativa al secondo piatto verrà fornito un piatto freddo seguendo lo schema mensile di seguito indicato.

In sostituzione del piatto unico verrà fornita pasta al pomodoro seguita dal secondo sotto indicato.

### SECONDO PIATTO ALTERNATIVO

#### Prima Settimana

- L** Tonno
- M** Formaggio "Philadelphia" (previsto contorno di verdura fresca)
- M** Prosciutto cotto
- G** Mortadella Bologna I.G.P. (previsto contorno di verdura fresca)
- V** Caciotta fresca vaccina "Paesina"

#### Terza Settimana

- L** Tonno
- M** Mortadella Bologna I.G.P. (previsto contorno di verdura fresca)
- M** Tosellina
- G** Prosciutto cotto
- V** Formaggio "Asiago" DOP

#### Seconda Settimana

- L** Stracchino
- M** Prosciutto cotto (previsto contorno di verdura fresca)
- M** Prosciutto crudo di Parma DOP
- G** Tonno
- V** Caciotta misto pecora "Rosanello"

#### Quarta Settimana

- L** Prosciutto cotto
- M** Mozzarella
- M** Tonno
- G** Prosciutto crudo di Parma DOP (previsto contorno di verdura fresca)
- V** Formaggio "Riviera"

## PRINCIPALI INGREDIENTI DEI PIATTI DI NUOVA INTRODUZIONE E CON NOMI DI FANTASIA

**PESTO INVERNALE:** verza, zucca, scarola, basilico, pinoli, mandorle.

**CAPRICCIOSA:** pomodori pelati, olive verdi, capperi, acciughe, prezzemolo, aglio.

**PASTICCATA DEL CONTADINO:** ragù di carne (tacchino, bovino), passata e pomodori pelati, besciamella.

**MEDITERRANEA:** pomodori pelati, erbe aromatiche, parmigiano.

**PASSATORE AL FORNO:** ragù di carne (suino), pomodori pelati, piselli, prosciutto crudo, porcini, besciamella.

**VERDE AROMATICO:** besciamella, parmigiano, spinaci, pecorino, erbe aromatiche.

**MARINARA:** pomodori pelati, acciughe, prezzemolo, aglio.

**DELICATO:** besciamella, parmigiano, emmenthal, porri, aglio.

**PORTAFOGLI AL FORNO:** prosciutto cotto, formaggio edamer, impanatura all'uovo.

**MEZZALUNA DI CECI E ZUCCA:** impasto a base di zucca, ceci, scamorza, parmigiano, patate, erbe aromatiche, impanatura all'uovo.

**HAPPY BURGER:** impasto a base di ceci, parmigiano, erbe aromatiche, impanatura all'uovo.

**PANE D'AUTUNNO:** focaccia al forno con mele fresche e noci tritate.

## INFORMATIVA ALLERGENI

**SI INFORMANO I GENTILI CLIENTI CHE GLI ALIMENTI CONTEMPLATI NEL MENU POSSONO CONTENERE UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO**

**Elenco degli Allergeni alimentari** (ai sensi del Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.)

• Cereali contenenti glutine (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, khorosan-kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati. • Crostacei e prodotti derivati. • Uova e prodotti derivati. • Pesce e prodotti derivati. • Arachidi e prodotti derivati. • Soia e prodotti derivati. • Latte e prodotti derivati, incluso lattosio. • Frutta a guscio, cioè mandorle, nocciole, noci comuni, noci di anacardi, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e prodotti derivati. • Sedano e prodotti derivati. • Senape e prodotti derivati. • Semi di sesamo e prodotti derivati. • Anidride solforosa e solfiti (possibilmente contenuti nei vini). • Lupini e prodotti derivati. • Molluschi e prodotti derivati.

**Si invitano i consumatori allergici ad uno o più degli allergeni sopra riportati e i loro famigliari a richiedere informazioni sugli ingredienti utilizzati al personale CIR Food e ad attivare l'iter di richiesta del menu personalizzato per allergia/intolleranza.**

## CERTIFICAZIONI DI QUALITÀ E SISTEMA DI AUTOCONTROLLO HACCP

La Cooperativa Italiana di Ristorazione ha ottenuto nel Giugno del 1997 la certificazione del Sistema di Gestione della Qualità secondo la norma UNI EN ISO 9001, aggiornata nel 2009 rispetto alla nuova versione 2008. Nel 2003 ha conseguito la Certificazione del Sistema di Gestione Ambientale ai sensi della norma UNI EN ISO 14001:2004. In conformità al Reg. CE 852/04, le cucine CIR food applicano un Sistema di Autocontrollo progettato e sviluppato sui principi del sistema HACCP, certificato in 4 cucine centrali ai sensi della norma UNI 10854. Il Sistema di Autocontrollo, che comprende anche sistematici processi di analisi e controllo, è applicato in tutte le unità di produzione e vendita a gestione diretta, come garanzia della sicurezza igienico-sanitaria del prodotto/servizio erogato. CIR food nel 2007 ha conseguito la Certificazione del Sistema di Gestione della Sicurezza Alimentare, secondo la norma UNI EN ISO 22000, applicato a realtà produttive diffuse in tutto il territorio nazionale. Dal 2009 è stato aggiunto ai sistemi certificati quello relativo alla Responsabilità Sociale secondo la norma SA8000 e dal giugno 2010 la certificazione BS OHSAS 18001 relativa al Sistema di Gestione per la Salute e Sicurezza sul Lavoro; dal 2011 è attiva la Certificazione UNI EN ISO 22005:2008 relativa alla Rintracciabilità nelle filiere Agroalimentari, essa è applicata ad un Centro di Preparazione Pasti dedicato alla ristorazione scolastica e socio-assistenziale. Tutti i sistemi sopra indicati sono integrati nel Sistema Qualità ISO 9001, esteso ed applicato ai diversi segmenti di attività in cui CIR food opera ed a tutte le unità di produzione e vendita attive sul territorio nazionale.



Centro Produzione Pasti  
Sede di Modena  
Via Malavolti, 50  
Tel. 059/252565-252571-252652  
Fax 059/252625  
e-mail: m.vedelago@cirfood.com



Area Emilia Est  
Via Elsa Morante, 71  
Modena

N° IT243221N° IT243214UKN° IT243210  
N° IT243225N° IT243217N° IT243241N° 041001