

Menu Autunno Inverno

Scuola dell'Infanzia Cortile e Chiocciolo (via Adamello)

In vigore dal 22 ottobre 2018
anno scolastico 2018/2019

CENTRO PASTI TRE TORRI



1^a settimana

DAL 22/10 AL 26/10/18
DAL 17/12 AL 21/12/18
DAL 11/02 AL 15/02/19

DAL 19/11 AL 23/11/18
DAL 14/01 AL 18/01/19
DAL 11/03 AL 15/03/19

DAL 29/10 AL 02/11/18
DAL 21/01 AL 25/01/19
DAL 18/03 AL 22/03/19

DAL 26/11 AL 30/11/18
DAL 18/02 AL 22/02/19

2^a settimana

Gnocchetti di patate pomodoro e basilico
Prosciutto cotto
Fagiolini lessati - Pane e frutta fresca
Merenda: Gnocchino all'olio

Mezze penne bio al tonno - Hamburger dell'orto
Finocchi in insalata
Pane e frutta fresca
Merenda: Pane e frutta fresca

PIATTO UNICO: Lasagne al forno (con ragù di maiale)
Carote a filini
Pane integrale e frutta fresca
Merenda: Yogurt bio alla frutta

Vellutata mediterranea con riso bio
Cotoletta di pollo al forno
Insalata - Pane e frutta fresca
Merenda: Pane e marmellata bio

Stortini bio in crema di zucca
Filetto di pesce in crosta di mais
Patate al forno - Pane e frutta fresca
Merenda: Crackers e frutta fresca

**l
m
m
g
v**

Fusilli bio all'olio e.v. oliva bio e parmigiano
Spezzatino di bovino bio
Patate lessate - Pane e frutta fresca
Merenda: Frutta fresca

Cellentani bio al ragù di pesce
Amorini al profumo di basilico - Carote a filini
Pane e frutta fresca
Merenda: Yogurt bio alla frutta

Noccioline bio alla crema di verdure e zafferano
Pollo al forno - Cavolo cappuccio bicolore
Pane integrale e frutta fresca
Merenda: Focaccia

Penne bio al pomodoro
Sfornato di cavolfiore e patate
Carote prezzemolate - Pane e frutta fresca
Merenda: Torta di carote e mandorle

Crema di borlotti con farro bio
Bastoncini di filetto di merluzzo dorati al forno
Insalata e mais - Pane e frutta fresca
Merenda: Succo di frutta e pop corn



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 BIOLOGICA di età uguale o inferiore a 24 mesi
Barretta di cioccolato**: biologica ed equo solidale

3^a settimana

DAL 05/11 AL 09/11/18
DAL 31/01 AL 04/01/19
DAL 25/02 AL 01/03/19

DAL 03/12 AL 07/12/18
DAL 28/01 AL 01/02/19
DAL 25/03 AL 29/03/19

DAL 12/11 AL 16/11/18
DAL 07/01 AL 11/01/19
DAL 04/03 AL 08/03/19

DAL 10/12 AL 14/12/18
DAL 04/02 AL 08/02/19
DAL 01/04 AL 05/04/19

4^a settimana

Sedanini bio alla mediterranea - Formaggio Mozzarella
Insalata e radicchio rosso
Pane e frutta fresca
Merenda: Frutta fresca

Fusilli bio all'olio e.v. oliva bio e parmigiano
Portafogli al forno - Piselli brasati
Pane e frutta fresca
Merenda: Latte bio e biscotti

Passato di verdure con orzo bio
Hamburger di fagioli cannellini e zucca
Finocchio in insalata - Pane e frutta fresca
Merenda: Pizzetta - Merenda Cortile: Gnocchino

Mezze penne bio in salsa rosa
Scaloppina di pollo alla pizzaiola
Spinaci lessati - Pane integrale e frutta fresca
Merenda: Torta da forno

Riso bio con piselli
Filetto di pesce gratinato
Insalata mista - Pane e frutta fresca
Merenda: Crackers e frutta fresca

**l
m
m
g
v**

Spaghetti bio alla marinara (con acciughe, pomodori, prezzemolo)
Frittata con verdure
Fagiolini profumati - Pane e frutta fresca
Merenda: Pane e frutta fresca

Vellutata di ceci, carote, porri ai due cereali (farro e orzo bio)
Arrosto di maiale agli agrumi
Carote a filini - Pane e frutta fresca
Merenda: Gnocco al forno

Noccioline bio del pastore (con pomodoro e ricotta)
Spinacina (senza carne)
Insalata - Pane e frutta fresca
Merenda: Yogurt alla frutta bio

Fusilli bio alla ligure
Spezzatino di tacchino e verdure
Cavolo cappuccio in insalata - Pane integrale e frutta fresca
Merenda: Pane e barretta al cioccolato**

Sedanini bio delicati
Filetto di pesce alla mediterranea
Purè di patate - Pane e frutta fresca
Merenda: Frutta fresca



I NOSTRI INGREDIENTI

PASTA di semola di grano duro **biologica**. **PASTA** all'uovo per maltagliati e lasagne. **RISO** parboiled, **ORZO PERLATO**, **FARRO**, **biologici**. **PANE** convenzionale: farina tipo "0", acqua, olio extra vergine d'oliva, sale, lievito naturale.

FARINA di mais **biologica**. **FARINA** di grano tenero **biologica**, per gli usi di cucina. **CARNI** suine ed avicole fresche, ottenute da animali sani, regolarmente sottoposti a visita veterinaria, provenienti da stabilimenti di lavorazione riconosciuti dalla CE. **CARNE BOVINA** fresca **biologica** di età uguale o inferiore a 24 mesi. **PESCE** surgelato, a ridotto contenuto di grassi, di piccola pezzatura, privo di lische.

FILETTI DI PLATESSA: MSC. PROSCIUTTO COTTO di coscia suina nazionale, senza glutine, polifosfati, lattosio e caseinati. **PROSCIUTTO CRUDO** di Parma o DOP Modena. **MORTADELLA** Bologna IGP. **LATTE** intero UHT **biologico** per merende e colazioni; parzialmente scremato UHT per cucinare. **BURRO** **biologico** utilizzato in piccole quantità, per il condimento della pasta al burro. **FORMAGGI**: Parmigiano Reggiano stagionatura DOP 24 mesi, mozzarella **biologica**, ricotta fresca **biologica**, caciotta, emmenthal, stracchino, formaggio fresco "Primo sale". **UOVA** pastorizzate, refrigerate. **ORTAGGI** freschi **biologici**, una volta alla settimana. **ORTAGGI freschi da produzione integrata**: carote, patate, cipolle dorate, pomodori, lattuga, scarola e cicoria. Non si utilizzano ortaggi in scatola (ad eccezione dei pomodori pelati). **POLPA, PELATI e PASSATA DI POMODORO** **biologica**. **VERDURE SURGELATE**: fagiolini, spinaci e piselli **da produzione integrata**. **FRUTTA** fresca di stagione: **MELE E ARANCE** **biologiche**. **FRUTTA** fresca di stagione **da produzione integrata**: kiwi, pera, albicocca, fragola, pesca, susina, cocomero, melone. **FRUTTA** fresca di stagione **convenzionale** a "km 0": mela, pera e susina.

LEGUMI secchi o surgelati.

MERENDE biologiche:

- Yogurt intero alla frutta
- Cioccolatina fondente - Commercio Equo e Solidale
- Miele - Commercio Equo e Solidale
- Confettura di frutta (per pane e marmellata e per torte di produzione interna)
- Succo di frutta (1 volta al mese)
- Mousse di frutta biologica

CONDIMENTI:

- Parmigiano Reggiano stagionatura minima garantita 24 mesi
- Olio di girasole, in piccole quantità, per cucinare
- Olio extra vergine d'oliva **biologico** utilizzato per il condimento delle verdure e della "pasta all'olio extra vergine d'oliva"
- Succo di limone, erbe aromatiche e brodo vegetale
- 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.

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 consentendo 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)** e le **LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE ITALIANA** (revisione 2003), compatibilmente con le grammature fissate dal capitolato d'appalto.

Scuola dell'Infanzia	Calorie giornaliere 1493 ± 5%	Calorie del pasto scolastico 746*
* Pranzo e Merenda	Pranzo: 40% delle calorie totali	Merenda: 10% delle calorie totali

ALTERNATIVE AL MENU DEL GIORNO

In alternativa del primo piatto verrà fornito pasta condita con olio e.v.oliva e parmigiano o con pomodoro.

In alternativa al secondo piatto si alternano prosciutto cotto, prosciutto crudo, formaggi, fettina di carne ai ferri, tonno, secondo un'alternanza descritta in apposito schema esposto presso la scuola.

In sostituzione del piatto unico verrà fornita pasta al pomodoro e fettina di carne ai ferri.

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

VELLUTATA MEDITERRANEA CON RISO: RISO, PATATE, POMODORO, LENTICCHIE, PISELLI, CECI, FAGIOLI BORLOTTI, CIPOLLA, CAROTA, SEDANO, AGLIO, ROSMARINO, OLIO E.V. OLIVA E SALE IODATO.

PASTA AL RAGÙ DI PESCE: PASTA DI SEMOLA, POMODORO, CIPOLLA, CAROTA, SEDANO, MERLUZZO, ACCIUGHE, AGLIO, PREZZEMOLO, OLIO DI GIRASOLE E SALE IODATO.

PASTA ALLA CREMA DI VERDURE E ZAFFERANO: PASTA DI SEMOLA, BROCCOLI, PORRI, EDAMER, BESCIAPELLA (LATTE UHT PARZIALMENTE SCREMATO, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, FARINA, PARMIGIANO REGGIANO), CAROTE, ZAFFERANO, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE E SALE IODATO.

PASTA IN SALSA ROSA: PASTA DI SEMOLA, BARBABIETOLE ROSSE, BESCIAPELLA (LATTE UHT PARZIALMENTE SCREMATO, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, FARINA, PARMIGIANO REGGIANO), CIPOLLA E SALE IODATO.

PASTA ALLA LIGURE: PASTA DI SEMOLA, PATATE, FAGIOLINI, OLIO E.V. OLIVA, PARMIGIANO REGGIANO, BRODO VEGETALE (PATATE, CAROTE, ZUCCHINE), ROU (FARINA + OLIO DI SEMI DI GIRASOLE), AGLIO, PINOLI, BASILICO, PREZZEMOLO E SALE IODATO.

HAMBURGER DELL'ORTO: ZUCCHINE, PATATE, CAROTE, PORRI, FORMAGGIO EDAMER, UOVO MISTO PASTORIZZATO, PANE GRATTUGIATO, PARMIGIANO REGGIANO, PREZZEMOLO, AGLIO E SALE IODATO. **PER LA DORATURA:** UOVO PASTORIZZATO, PANE GRATTUGIATO, OLIO DI GIRASOLE.

AMORINI AL PROFUMO DI BASILICO: PATATE, PARMIGIANO, PANE GRATTUGIATO, EDAMER, UOVO PASTORIZZATO, BASILICO, AGLIO E SALE IODATO.

HAMBURGER DI FAGIOLI CANNELLINI E ZUCCA: PATATE, FAGIOLI CANNELLINI, ZUCCA, UOVO PASTORIZZATO, FORMAGGIO EDAMER, PARMIGIANO REGGIANO, PANE GRATTUGIATO, AGLIO, OLIO DI GIRASOLE E SALE IODATO.

SPINACINA: PATATE, SPINACI, UOVO PASTORIZZATO, PANE GRATTUGIATO, PARMIGIANO REGGIANO, RICOTTA, EDAMER, PREZZEMOLO, OLIO DI GIRASOLE E SALE IODATO. **PER LA DORATURA:** PANE GRATTUGIATO, OLIO DI GIRASOLE.

FILETTO DI PESCE ALLA MEDITERRANEA: PESCE SURGELATO, POMODORO, AGLIO, CIPOLLA, PREZZEMOLO, ACCIUGHE, CAPPERI, FARINA, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, SALE IODURATO.

INFORMATIVA ALLERGENI

SI INFORMANO I GENTILI CLIENTI CHE GLI ALIMENTI CONTENUTI 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. Nel 2004, in conformità al Reg. CE 853/04, le cucine CIR food applicano un Sistema di Autocontrollo progettato e sviluppato sui principi del sistema HACCP, certificato 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.



N° IT243221IN° IT243214UKN° IT243212IO
N° IT243225VN° IT243217AN° IT243224N° 0411001

Centro Produzione Pasti
TRE TORRI - Medolla

Via Marconi, 5

Tel. 0535/51454 - Fax 0535/51472

E-mail: s.remondi@cirfood.com

CIRFOOD

Area Emilia Est
Via Elsa Morante, 71
Modena