



Menu Autunno Inverno

Scuola dell'Infanzia di Campogalliano

anno scolastico 2018/2019

CENTRO PASTI DI MODENA

1^a settimana

DAL 29/10 AL 02/11/18
DAL 24/12 AL 28/12/18
DAL 18/02 AL 22/02/19

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 al sugo - 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 05/11 AL 09/11/18
DAL 31/12/18 AL 04/01/19
DAL 25/02 AL 01/03/19

Penne integrali bio alla capricciosa
Sfornato 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
Insalata mista con cavolo cappuccio
Frutta fresca
Merenda: **Yogurt alla frutta biologico**

Fusilli bio olio e parmigiano
Mezzaluna di ceci e zucca - Purè - Frutta fresca
Merenda: Frutta fresca

PIATTO UNICO:
Noccioline bio pasticciate del contadino (carne bio ❖)
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

2^a 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, torta al cocco e cioccolato;
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

3^a settimana

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

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

Spirelli integrali bio olio e parmigiano
Spezzatino di tacchino al limone
Piselli brasati - Frutta fresca
Merenda: **Latte biologico con orzo ● e biscotti al riso**

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

Minestra d'**orzo bio**
Portafogli al forno
Cavolfiore e carote lessati - Frutta fresca
Merenda: Banana

Riso bio verde aromatico
Filetto di halibut gratinato
Verdura fresca - Frutta fresca
Merenda: Pane d'autunno

l
m
m
g
v

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

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**
Polpette di tacchino e verdure
Finocchi in insalata - Frutta fresca
Merenda: **Torta al cocco e cioccolato**

Fusilli bio del pastore
Spinacina
Verdura fresca mista - Frutta fresca
Merenda: **Yogurt alla frutta biologico**

PIATTO UNICO: Lasagne al forno (carne bio ❖)
Pinzimonio
Frutta fresca
Merenda: **Succo di frutta biologico e treccine salate**

Gnocchetti sardi bio alla ligure
Bocconcini di trota gratinati alla salvia
Fagiolini profumati - Frutta fresca
Merenda: Frutta fresca e **stregchette biologiche**

4^a 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. **UOVO** 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 consumando 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 Formaggio Primo Sale
- M Tonno
- M Prosciutto cotto
- G Mortadella Bologna I.G.P.
- V Mozzarella

Seconda Settimana

- L Stracchino
- M Prosciutto crudo di Parma DOP
- M Prosciutto cotto
- G Tonno
- V Caciotta misto pecora "Rosanello"

Terza Settimana

- L Prosciutto cotto
- M Mortadella Bologna I.G.P.
- M Formaggio Primo Sale
- G Tonno
- V Formaggio "Asiago" DOP

Quarta Settimana

- L Prosciutto cotto
- M Mozzarella
- M Tonno
- G Prosciutto crudo di Parma DOP
- V Formaggio "Riviera"

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

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

CAPRICCIOSA: passata di pomodoro, olive verdi, capperi, acciughe, prezzemolo, aglio.

PASTICCATA DEL CONTADINO: ragù di carne (tacchino, bovino), passata di pomodoro, besciamella.

MEDITERRANEA: passata di pomodoro, erbe aromatiche, parmigiano.

PASSATORE AL FORNO: ragù di carne (suino), passata di pomodoro, piselli, prosciutto crudo, porcini, besciamella.

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

MARINARA: passata di pomodoro, acciughe, prezzemolo, aglio.

DEL PASTORE: passata di pomodoro, ricotta fresca vaccina, cipolla.

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

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

SPINACINA: impasto a base di patate, spinaci, parmigiano, edamer, 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 CONTEMPRATI 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 853/04, 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.



N° IT2432251N° IT2432244LN° IT2432270
N° IT2432252N° IT2432274N° IT2432244N° 6411001

Centro Produzione Pasti

Sede di Modena

Via Malavolti, 50

Tel. 059/252565-252571-252652

Fax 059/252625

e-mail: m.vedelago@cirfood.com

CIRFOOD

Area Emilia Est

Via Elsa Morante, 71

Modena