

Menu Autunno Inverno

Scuola dell'Infanzia Cortile e Chiocciolo (via Adamello)

In vigore dal 21 ottobre 2019
anno scolastico 2019/2020

CENTRO PASTI TRE TORRI



1^a settimana

DAL 21/10/19 AL 25/10/19
DAL 16/12/19 AL 20/12/19
DAL 10/02/20 AL 14/02/20

DAL 18/11/19 AL 22/11/19
DAL 13/01/20 AL 17/01/20
DAL 09/03/20 AL 13/03/20

Gnocchetti di patate pomodoro e basilico
Prosciutto cotto
Fagiolini al vapore - Pane e frutta fresca
Merenda: Gnocco al forno

Stortini bio in crema di zucca
Filetto di pesce in crosta di mais
Patate lessate - 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**
Bocconcini di pollo dorati al forno
Insalata e radicchio - Pane e frutta fresca
Merenda: Pane e marmellata bio

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

**l
m
m
g
v**

DAL 28/10/19 AL 01/11/19
DAL 20/01/20 AL 24/01/20
DAL 16/03/20 AL 20/03/20

DAL 25/11/19 AL 29/11/19
DAL 17/02/20 AL 21/02/20

2^a settimana

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

Cellentani bio alla piacentina (con ragù di maiale e fagioli)
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
Spinaci lessati - Pane e frutta fresca
Merenda: Torta di zucca 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 04/11/19 AL 08/11/19
DAL 30/12/19 AL 03/01/20
DAL 24/02/20 AL 28/02/20

DAL 02/12/19 AL 06/12/19
DAL 27/01/20 AL 31/01/20
DAL 23/03/20 AL 27/03/20

Sedanini bio alla mediterranea
Formaggio Mozzarella - Carote prezzemolate
Pane e frutta fresca
Merenda: Frutta fresca

Vellutata di ceci, carote, porri ai due cereali (**farro e orzo bio**)
Arrosto di maiale agli agrumi
Insalata - Pane e frutta fresca
Merenda: Latte bio e biscotti

Stortini bio del pastore (con pomodoro e ricotta)
Burger di zucca e lenticchie
Carote a filini - Pane e frutta fresca
Merenda: Pizzetta rossa al pomodoro

Mezze penne bio al pesto di broccoli
Saltimbocca alla romana (con carne di tacchino)
Fagiolini profumati - Pane integrale e frutta fresca
Merenda: Pane e barretta al cacao**

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

**l
m
m
g
v**

DAL 11/11/19 AL 15/11/19
DAL 06/01/20 AL 10/01/20
DAL 02/03/20 AL 06/03/20

DAL 09/12/19 AL 13/12/19
DAL 03/02/20 AL 07/02/20
DAL 30/03/20 AL 03/04/20

4^a settimana

Sedanini bio delicati
Tonno
Carote a filini - Pane e frutta fresca
Merenda: Pane e frutta fresca

Fusilli bio all'olio e.v. oliva bio e parmigiano
Spezzatino di pollo con piselli
Pane e frutta fresca
Merenda: Gnocco al forno

Passato di verdure con **orzo bio**
Spinacina (senza carne)
Finocchi in insalata - Pane e frutta fresca
Merenda: Yogurt alla frutta bio

Noccioline bio alla ligure
Polpette di **bovino bio** alla pizzaiola
Cavolo cappuccio in insalata - Pane integrale e frutta fresca
Merenda: Pane e Torta da forno

Penne bio alla marinara (con acciughe, pomodori, prezzemolo)
Frittata con verdure
Patate al forno - 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 vaccina **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.

CIRFOOD 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 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)** 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 ALLA PIACENTINA: PASTA DI SEMOLA, MACINATO DI MAIALE, POLPA DI POMODORO, FAGIOLI BORLOTTI, MISTO PER SOFFRITTO (SEDANO, CAROTE, CIPOLLA), OLIO DI GIRASOLE, AGLIO, PREZZEMOLO E SALE IODATO.

PASTA ALLA CREMA DI VERDURE E ZAFFERANO: PASTA DI SEMOLA, BROCCOLI, PORRI, EDAMER, BESCIAPELLA (FARINA DI TIPO "00", OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, LATTE P.S. UHT, PARMIGIANO REGGIANO), CAROTE, ZAFFERANO, OLIO DI GIRASOLE E SALE IODATO.

PASTA AL PESTO DI BROCCOLI: PASTA DI SEMOLA, BROCCOLI, BASILICO, PREZZEMOLO, AGLIO, OLIO E.V. OLIVA, BRODO VEGETALE (PATATE, CAROTE, ZUCCHINE), ROU (FARINA + OLIO DI SEMI DI GIRASOLE), PARMIGIANO REGGIANO 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.

BURGER DI ZUCCA E LENTICCHIE PATATE, LENTICCHIE SECCHE, ZUCCA, UOVO PASTORIZZATO, FORMAGGIO EDAMER, PARMIGIANO REGGIANO, PANE GRATTUGIATO, AGLIO, OLI ODI SEMI 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.

SALTIMBOCCA ALLA ROMANA: CARNE DI TACCHINO, PROSCIUTTO COTTO, BRODO VEGETALE (PATATE, CAROTE, ZUCCHINE), FARINA, OLIO DI SEMI DI GIRASOLE, SALVIA E SALE IODATO.

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 CIRFOOD 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 CIRFOOD 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. CIRFOOD 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 CIRFOOD opera ed a tutte le unità di produzione e vendita attive sul territorio nazionale.



N° IT243221N° IT243214UKN° IT2432121
N° IT243225N° IT243214N° IT243224N° 041001

Centro Produzione Pasti

TRE TORRI - Medolla

Via Marconi, 5

Tel. 0535/51454 - Fax 0535/51472

E-mail: stefania.remondi@cirfood.com

CIRFOOD

Area Emilia Est
Via Elsa Morante, 71
Modena