



INFANZIA PRIMARIA SECONDARIA 1°GRADO	MENÙ INVERNALE AS 2019 / 2020
COMUNE	BA REGGIO

La valutazione del menu viene effettuata secondo criteri nutrizionali, basati sulle evidenze scientifiche, che tengono conto sia di aspetti quantitativi che qualitativi, in termini di varietà e frequenza di consumo, in un'ottica di prevenzione nutrizionale delle malattie cronico-degenerative. Sono stati individuati requisiti nutrizionali minimi e di miglioramento, come percorso da intraprendere e sviluppare con l'obiettivo di offrire menu nutrizionalmente equilibrati ed in linea con obiettivi di salute.

Documenti di riferimento: LARN IV revisione 2014; "Mangiar sano ... a scuola – documento di indirizzo per l'elaborazione dei menù nella ristorazione scolastica", pubblicato da ATS Città metropolitana di Milano e reperibile sul sito <http://www.ats-milano.it>.

N°	REQUISITI NUTRIZIONALI DI BASE	P/A/NR*
1.	Menu stagionale	P
2.	Menu articolato su almeno 4 settimane	P
3.	Verdura preferibilmente di stagione almeno 1 porzione ad ogni pasto	A *
4.	Frutta fresca di stagione 1 porzione ad ogni pasto	A *
5.	Piatti a base di cereali ad ogni pasto, ad eccezione di quando sono presenti le patate come primo piatto	A *
6.	Cereali (grano, riso, orzo, farro, mais, miglio ecc.), almeno 3 tipologie nel mese	P
7.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% farina), da dichiarazione	NR *
8.	Patate 0-1 volta alla settimana	P
9.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana	P
10.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana	P
11.	Piatti a base di carne non oltre 2 volte alla settimana, variandone la tipologia	P
12.	Piatti a base di formaggio non oltre 1 volta alla settimana	P
13.	Piatti a base di uova non oltre 1 volta alla settimana	P
14.	Grammature in linea con il documento ATS	NR
15.	Olio di oliva extravergine come unico condimento, da dichiarazione	NR
16.	Sale iodato, da dichiarazione	NR

*Legenda: **P** requisito presente; **A** requisito assente; **NR** requisito non rilevabile

Dalla valutazione dei requisiti di base si è rilevato che il menu:

soddisfa tutti i requisiti di base di cui ai punti 1-16;

soddisfa in parte i requisiti di base, ad eccezione dei punti 3-4-5-

*P3 = 1 piatto nutrizionalmente non considerato: alimento proteico vegetale

P4: gelato - torta - budino invece di frutta fresca

P5: pure come contorno: deve apportare la necessaria quantità di carboidrati se in sostituzione di un primo piatto.

P7: da dichiarazione del fornitore

Attività 232 – Sorveglianza nutrizionale
SCHEDA DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE MENU SCOLASTICO

N°	REQUISITI NUTRIZIONALI DI MIGLIORAMENTO	P/A/NR*
1.	Cereali integrali (pasta, riso, ecc.) presenti nel menu, esplicitando se biologici	NR
2.	Offerta di pane integrale o ai 5 cereali o di grano duro	P
3.	Offerta di altri cereali, oltre a pasta e riso (es. orzo, farro, miglio ecc.), presenti almeno 3 volte /mese	A
4.	Frutta fresca di stagione almeno tre varietà nella settimana, da dichiarazione	NR
5.	Uso prevalente di verdura di stagione cruda e cotta, almeno quattro varietà nella settimana specificate nel menu	P
6.	Piatti a base di legumi più di 4 volte al mese	A
7.	Piatti a base di pesce più di 4 volte al mese, variandone preferibilmente la tipologia	A
8.	Piatti a base di carne non oltre 1 volte alla settimana, variandone la tipologia	A
9.	Piatti unici composti da cereali (pasta, riso, ...) e alimenti prevalentemente proteici (legumi, carne, pesce, formaggi, uova) associati al contorno di verdura	P
10.	Patate, se presenti, in sostituzione del primo piatto asciutto o del pane, oppure come contorno associate a un primo piatto in brodo	P
11.	Salumi e affettati (prosciutto cotto, crudo, bresaola ecc.) non presenti nel menu	A
12.	Frutta fresca e di stagione proposta come spuntino di metà mattina, da dichiarazione	NR
13.	Pane servito dopo il primo piatto, da dichiarazione	NR
14.	Distribuzione di verdure prima del primo piatto qualche volta nel mese, da dichiarazione	NR

*Legenda: P requisito presente; A requisito assente; NR requisito non rilevabile

Dalla valutazione effettuata si è rilevato che il menu:

soddisfa tutti i requisiti di miglioramento di cui ai punti 1-10

soddisfa in parte i requisiti di miglioramento, ad eccezione dei punti 3-6-7-8

Data

05/02/2020

Firma Operatore

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1ª Settimana	Ravioli di magro burro e salvia Asiago DOP Finocchi in insalata <i>Pane integrale</i> Frutta fresca	Pasta e <u>fagioli</u> Crocchette di patate* al forno Insalata <i>Pane bianco</i> Gelato	<i>Risotto</i> allo zafferano Pollo al forno Biete erbette* <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Lasagne al ragù (con S. Marzano DOP e <i>carne di bovino a filiera corta</i>) Fagiolini* <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Pasta al pesto Crocchette di pesce* Piselli* in umido <i>Pane bianco</i> Frutta fresca
	*Yogurt alla frutta	*Crackers e succo di frutta	*Budino	*Tè e biscotti	*Torta margherita
2ª Settimana	Pizza margherita Prosciutto cotto Carote julienne <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Pasta all'ortolana Polpette di <u>ceci</u> Tris di verdure* gratinate <i>Pane bianco</i> Torta	Pasta al pomodoro (con S. Marzano DOP) Frittata di patate Spinaci* saltati <i>Pane integrale</i> Frutta fresca	<i>Risotto</i> alla zucca Bocconcini di pollo impanati Finocchi in insalata <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Passato di verdure* con orzo Bastoncini di merluzzo* Insalata mista (carote, mais, olive) <i>Pane bianco</i> Frutta fresca
	*Yogurt alla frutta	*Pane e confettura/cioccolato	*Crackers e succo di frutta	*Torta variegata al cacao	*Gelato
3ª Settimana	Pasta integrale al pomodoro (con S. Marzano DOP) Bocconcini di mozzarella Erbette* saltate <i>Pane integrale</i> Frutta fresca	Pasta e <u>ricotta</u> Frittata con zucchine* Carote* lesse <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Passato di verdure* Arrosto di tacchino Purè di patate <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	<i>Riso</i> e prezzemolo Sformato di <u>legumi</u> e verdure* Insalata verde <i>Pane bianco</i> Gelato	Pasta all'olio extravergine d'oliva e Parmigiano Reggiano DOP Merluzzo* gratinato Fagiolini* <i>Pane bianco</i> Frutta fresca
	*Focaccia	*Crackers e succo di frutta	*Budino	*Tè e biscotti	*Torta alle mele
4ª Settimana	Pasta al pesto Affettato di tacchino Insalata <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Pasta agli aromi Crocchette di <u>legumi</u> Carote julienne <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	<i>Risotto</i> al Parmigiano Reggiano DOP Merluzzo* gratinato Broccoli* <i>Pane integrale</i> Budino	<i>Polenta</i> e bruscitt (con S. Marzano DOP e <i>carne di bovino a filiera corta</i>) Insalata mista con carote, olive, mais <i>Pane bianco</i> Frutta fresca	Pastina in brodo Provolone dolce DOP Spinaci* saltati <i>Pane bianco</i> Frutta fresca
	*Focaccia	*Pane e cioccolato	*Crackers e succo di frutta	*Gelato	*Tè e torta

NELLE GIORNATE DI RIENTRO DA FESTIVITA'/VACANZE, SE INFRASETTIMANALI, SI PROPORRÀ SEMPRE IL MENU' DEL LUNEDÌ

* **MERENDE SCUOLA INFANZIA**

BIO i prodotti sottolineati sono Prodotti Biologici certificati

DOP prodotto a Denominazione di Origine Protetta

Km 0 i prodotti in corsivo sono prodotti provenienti dal territorio a basso impatto ambientale

° Ingrediente surgelato

"Si informano gli utenti che i prodotti presenti a menù possono contenere uno o più dei seguenti allergeni: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte e derivati, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, molluschi e lupini (Allegato II del Reg. UE 1169/2011) come ingredienti e/o come tracce derivanti da cross contamination sito/processo. In caso di necessità, si invitano gli utenti a contattare il referente aziendale della presente Società."