

Scuole Infanzia San Paolo e Villaggio Giardino

Autunno - Inverno | Revisione 2023

| | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
|---|-----------------------------------|---|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 SETTIMANA dal 10/11 al 14/11 dal 08/12 al 12/12 dal 05/01 al 09/01 dal 02/02 al 06/02 dal 02/03 al 06/03 dal 30/03 al 03/04 | Pasta alla mediterranea | Riso ai broccoli | Vellutata di zucca con orzo | Piatto unico: | Pasta del casale con lenticchie |
| | Formaggio | Cotoletta di pollo al forno | Medaglione di pesce in crosta di mais | Pasta o polenta al ragù di maiale | Frittata con verdure |
| | Finocchi a julienne | Piselli e carote al vapore | Insalata mista | Fagiolini e ceci | Insalata con cavolo cappuccio |
| | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane integrale – Frutta fresca |
| | Focaccia al forno ☺ | Frutta fresca | Yogurt alla frutta | Frutta fresca | Pane a fette e marmellata |
| 2 SETTIMANA dal 17/11 al 21/11 dal 15/12 al 19/12 dal 12/01 al 16/01 dal 09/02 al 13/02 dal 09/03 al 13/03 dal 06/04 al 10/04 | Passato di verdure con orzo | Pasta dell'orto | Riso e fagioli | Pasta al pomodoro e basilico | Pasta olio e parmigiano |
| | Pizza margherita ☺ | Pollo al forno | Filetto di pesce gratinato | Medaglione vegetariano | Polpette di bovino |
| | Carote a julienne | Patate al forno o purè | Insalata e finocchi | Fagiolini profumati | Carote e piselli brasati |
| | Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane integrale – Frutta fresca |
| | Yogurt alla frutta | Frutta fresca | Torta di mele ☺ | Focaccia al forno ☺ | Frutta fresca |
| 3 SETTIMANA dal 24/11 al 28/11 dal 22/12 al 26/12 dal 19/01 al 23/01 dal 16/02 al 20/02 dal 16/03 al 20/03 | Pasta verdure lenticchie quinoa | Pasta al sugo di pesce | Piatto unico: | Crema di cannellini con riso | Pasta alla ligure |
| | Prosciutto cotto | Medaglione di ceci e zucca | Lasagne al forno | Frittata con carciofi | Pepite di pesce profumate |
| | Cavolo cappuccio e verza julienne | Insalata mista | Bis di verdure cotte | Spinaci lessati | Carote a julienne |
| | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane integrale – Frutta fresca |
| | Focaccia al forno ☺ | Pane a fette e marmellata | Frutta fresca | Yogurt alla frutta | Frutta fresca |
| 4 SETTIMANA dal 01/12 al 05/12 dal 29/12 al 02/01 dal 26/01 al 30/01 dal 23/02 al 27/02 dal 23/03 al 27/03 | Riso verde agli spinaci | Piatto unico: | Pasta olio e parmigiano | Passato di verdure e legumi con farro | Pasta alla pizzaiola |
| | Frittata con carote | Pasta al ragù di carni bianche e zucca | Crocchette del contadino | Medaglione di tacchino | Filetto di pesce dorato |
| | Finocchi a julienne | Insalata di fagiolini cavolfiore e borlotti | Bietole lessate | Insalata mista | Broccoli e patate al pane profumato |
| | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane – Frutta fresca | Pane integrale – Frutta fresca |
| | Frutta fresca | Focaccia al forno ☺ | Torta di carote e mandorle ☺ | Yogurt alla frutta | Frutta fresca |

QUANDO PREVISTA "PIZZA MARGHERITA" NON SARÀ FORNITO IL PANE

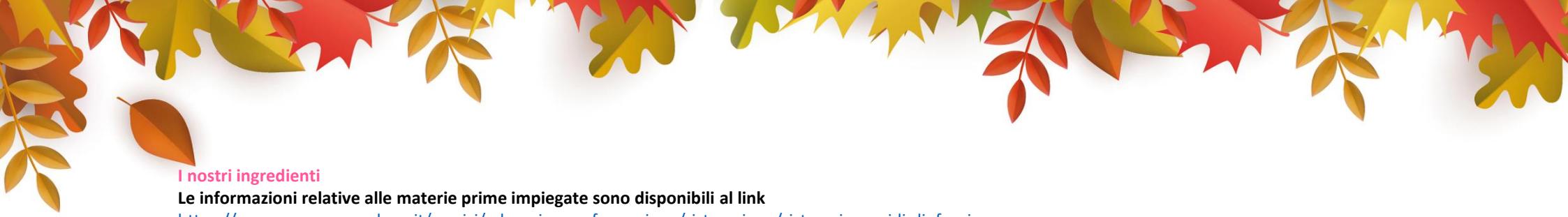
☺ Alimenti prodotti dalla cucina

Nei giorni evidenziati si segnala la presenza di carne di maiale

SI INFORMANO I GENTILI CLIENTI CHE GLI ALIMENTI CONTEMPLATI NEL MENU POSSONO CONTENERE UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O COME PRESENZA INVOLONTARIA DERIVANTE DAL PROCESSO PRODUTTIVO. Elenco degli Allergeni alimentari (ai sensi del Reg. UE 1169/11 - allegato II e s.m.i.) Cereali contenenti glutine (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati), crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte, lattosio, frutta a guscio (cioè mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia), sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi e tutti i derivati dei prodotti in elenco. Si invitano i consumatori allergici ad uno o più degli allergeni sopra riportati a richiedere informazioni sugli ingredienti utilizzati al personale CIRFOOD.

Ufficio Prodotto
Area Emilia Est
13/11/23 MV





I nostri ingredienti

Le informazioni relative alle materie prime impiegate sono disponibili al link

<https://www.comune.modena.it/servizi/educazione-e-formazione/ristorazione/ristorazione-nidi-dinfanzia>

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. Nessun alimento viene fritto.

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, 2024), le **Linee Guida della Regione Emilia-Romagna per l'offerta di alimenti e bevande salutari e sostenibili nelle scuole e strumenti per la valutazione e controllo** (Delibera Regionale n.1452/2023), le **Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica** (Ministero della salute, 2010) e le **LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE** (crea, revisione 2018).

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.

Diete Particolari

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

Dieta "sanitaria" (con certificato medico e apposita modulistica): 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 tramite apposita modulistica.

Dieta vegetariana o vegana: può essere richiesta, per iscritto, dagli interessati tramite apposita modulistica.

Principali Ingredienti dei Piatti con Nomi di Fantasia

MEDITERRANEA: passata di pomodoro, cipolla, sedano, carota, basilico, prezzemolo, parmigiano. **SUGO DEL CASALE**: lenticchie rosse, passata di pomodoro, rosmarino, cipolla, aglio. **DELL'ORTO**: broccoli, porri, carote, latte, farina. **MEDAGLIONE VEGETARIANO**: impasto a base di patate, cavolfiore, quinoa rossa, lenticchie verdi, edamer, impanatura all'uovo. **RAGU' DI CARNI BIANCHE E ZUCCA**: carni pollo e tacchino, passata di pomodoro, zucca, carote, sedano, cipolla, aglio, salvia. **CROCCHETTE DEL CONTADINO**: impasto a base di patate, fagiolini, carote, verza, porri, parmigiano, edamer, prezzemolo, aglio, impanatura all'uovo. **PIZZAIOLA**: passata di pomodoro, cipolla, aglio, origano.

