



MENÙ AUTUNNO/INVERNO

COMUNE DI CASTELLETTO STURA

SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA



**BUON
APPETITO!**

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° SETTIMANA	Pasta (1,3) burro (7) e salvia	Pasta (1,3) al pesto (7,8)	Pasta (1,3) al pomodoro	Passato di verdura* (9) con pastina (1,3)	Riso alla parmigiana (7)
	Milanese di pollo dorata (1,3,6,11) al forno	Sfornato (3,7) con verdure* al forno	Stracchino (7)	Polpette di bovino (1,3,7)	Platessa* dorata (1,3,6,11) al forno
	Fagiolini stufati*	Piselli* all'olio	Carote brasate	Patate prezzemolate	Insalata verde
	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Crostata di frutta (1,3,7)	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2° SETTIMANA	Pasta (1,3) e lenticchie	Risotto allo zafferano	Pasta (1,3) in bianco	Pasta (1,3) al pomodoro	Gnocchetti sardi(1,3) al pesto (7,8)
	Frittata (3,7) al forno	Scaloppine di bovino alla pizzaiola (1)	Milanese di tacchino dorata (1,3,6,11) al forno	Mozzarella (7)	Merluzzo* dorato (1,3,6,11) al forno
	Spinaci* al parmigiano (7)	Cavolfiori* gratinati al forno	Insalata di carote	Fagiolini* all'olio aromatizzato	Misto di verdure* stufate
	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)
	Banana	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Budino (7)
3° SETTIMANA	Pasta (1,3) al pomodoro	Minestrone con pastina (1,3)	Pasta (1,3) burro (7) e salvia	Pasta (1,3) al pesto (7,8)	Riso alla parmigiana (7)
	Tonno al naturale (4)	Polpettone di bovino (1,3,7)	Bocconcini di pollo (1) infarinati al forno	Tomino fresco (7)	Sfornato (3,7) con verdure* al forno
	Insalata di finocchi	Patate al forno	Broccoli* all'olio	Insalata verde	Piselli* all'olio
	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta (7)	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
4° SETTIMANA	Gnocchetti sardi(1,3) al pesto (7,8)	Pizza Margherita	Pasta (1,3) al ragù	Riso con verdure*	Passato di verdura* (9) con pastina (1,3)
	Hamburger di bovino al forno (1,3,7)	Prosciutto cotto (1/2 porzione)	Frittata latte e parmigiano	Petto di pollo alle erbe	Platessa* dorata (1,3,6,11) al forno
	Erbette* olio e limone	Insalata verde	Carote brasate	Finocchi* gratinati al forno	Purea di patate (7)
	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)	Pane (1,11)
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Budino (7)	Banana

* Prodotti Surgelati



MENÙ AUTUNNO/INVERNO
COMUNE DI CASTELLETTO STURA
SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA



**BUON
APPETITO!**

NOTE INTEGRATIVE AL MENU'

1. PRIMI PIATTI

Primi asciutti: i formati di pasta per possono essere variati.

Ogni giorno viene fornito **parmigiano grattugiato** (3,7) per il condimento dei primi piatti (ove previsto dalla ricetta).

2. SECONDI PIATTI

Carne bianca/rossa: tipo pollo, tacchino, lonza, bovino. Possono essere utilizzati tagli diversi (es. spezzatino/fettine/polpette/hamburger).

Pesce: tipo platessa, merluzzo, nasello.

Formaggi freschi: tipo mozzarella, crescenza, stracchino, primo sale, ricotta, robiola, tomini.

Formaggi semistagionati/stagionati: tipo toma, asiago.

Uova: per la preparazione di frittate/tortini ed altre preparazioni a base di uovo utilizzare misto uovo pastorizzato.

3. FRUTTA

Rispettare la stagionalità della frutta. Banana: 1 volta a settimana.

Frutta autunno/inverno: alternare mele, pere, arance, mandarini, kiwi, banane.

Frutta primavera/estate: alternare mele, pere, melone, anguria, albicocche, susine, pesche, ananas, banane.

E' possibile sostituire occasionalmente la frutta con **macedonia di frutta fresca** (senza aggiunta di zucchero).

4. PANE

Occasionalmente può essere sostituito con pane a ridotto contenuto di sale o integrale.

Le **MODALITA' DI COTTURA** dei piatti devono essere semplici (es. cotture al forno, in brasiera, bollitore). Non è consentita la frittura.

E' possibile utilizzare erbe aromatiche per insaporire le preparazioni. **NON UTILIZZARE SEDANO** in nessuna preparazione.

Limitare l'uso del sale nella preparazione dei piatti. Mettere a disposizione degli Utenti **SALE IODATO**.

Al fine di rispettare l'equilibrio nutrizionale e calorico del pranzo gli abbinamenti giornalieri previsti dal menù non possono essere variati, se non occasionalmente per emergenze legate alla mancata reperibilità di una materia prima o di una problematica di cucina.



MENÙ AUTUNNO/INVERNO

COMUNE DI CASTELLETTO STURA

SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA



BUON
APPETITO!

INFORMATIVA ALLERGENI

In ottemperanza al Regolamento CE 1169/2011 in merito all'informazione all'Utenza sulla presenza di **allergeni**, si riporta di seguito legenda con elenco degli **allergeni** (come tali o in tracce per contaminazione crociata) presenti nel menù e indicati in calce (rif. numerico) ad ogni piatto.

LEGENDA ALLERGENI

1. Cereali contenenti glutine (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati
2. Crostacei e prodotti derivati
3. Uova e prodotti derivati
4. Pesce e prodotti derivati
5. Arachidi e prodotti derivati
6. Soia e prodotti derivati
7. Latte e prodotti derivati (compreso il lattosio)
8. Frutta a guscio cioè mandorle (*Amigdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci comuni (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci pecan (*Carya illinoiesis* (Wangenh) K. Koch), noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*) e prodotti derivati
9. Sedano e prodotti derivati
10. Senape e prodotti derivati
11. Semi di sesamo e prodotti derivati
12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni >10 mg/kg o 10 mg/l espressi in SO₂
13. Lupini e prodotti derivati
14. Molluschi e prodotti derivati



Il Personale GMI Servizi operante presso tale cucina/mensa è a disposizione dell'Utenza per fornire ulteriori informazioni necessarie.