

MENU' REFEZIONE SCOLASTICA

Comuni di Castel San Pietro Terme E Ozzano dell'Emilia



ANNO SCOLASTICO 2017/2018

1. GRAMMATURE DI RIFERIMENTO

Di seguito si riportano le grammature di riferimento indicate nella deliberazione di Giunta Regionale Emilia Romagna n. 418/2012, che Solaris srl applica nella realizzazione del menù A.S. 2015/2016.

Allegato 1 deliberazione Giunta Regionale Emilia Romagna n. 418/2012: standard nutrizionali ristorazione scolastica

STANDARD GRAMMATURE DI RIFERIMENTO			
Alimenti pranzo	Scuola dell'infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria di primo grado
Pasta per primi in brodo / in passati verdura, legumi	25-30/ 20-25	35-40/ 25-30	40-50/ 35-40
Pasta di semola, riso, mais, orzo, ecc. per primi asciutti / Pasta secca all'uovo	50-60 / 45-55	70-80 / 55-65	80-100 / 65-75
Pasta all'uovo ripiena	120	140	160
Legumi secchi per passati / sughi	25-30	30-35	35-40
Carne/pesce (per ragù)	20-25	25-30	30-35
Parmigiano (per primi)	6-7	7-8	8-9
Carne	50-60	60-70	70-80
Prosciutto	25-30	30-35	35-40
Pesce	60-70	80-100	100-150
Uovo (unità)	1	1	1
Formaggio fresco molle	50-60	60-70	80-100
Mozzarella, caciotta	40-50	70-80	80
Contorni	100	150-200	200-250
Verdura cruda a foglia	40	50	60
Patate	100-120	140-160	160-200
Olio ex. vergine oliva (totale pasto)	12-15	15-18	18-20
Pane	40	50	60
Frutta fresca	150	150-200	200
MERENDE	Scuola dell'infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria di primo grado
Latte	150	200	200
Yogurt (conf. g 125)	1	1	1
Miele per dolcificare	5	10	10
Miele / Marmellata da spalmare	15	20	25
Cereali in fiocchi	20	25	30
Biscotti secchi / fette biscottate / crackers	30	35	40
Torte	50-60	70-80	90-100

2. METODI DI COTTURA

Il metodo di cottura prevalente utilizzato per la realizzazione dei secondi piatti è al forno (convenzione o a vapore) tranne che per lo spezzatino di tacchino e i bocconcini di maiale, per i quali viene utilizzata la brasiera.

3. PRECISAZIONI SU ALCUNE PREPARAZIONI:

- a. **TAGLIATELLE AL RAGU' DI MANZO ingredienti:** manzo, sedano, carota, cipolla, pomodoro;
- b. **PASTA GAMBERI ingredienti:** pomodoro, mazzancolle, prezzemolo, menta, aglio, cipolla;
- c. **SVIZZERA DI MANZO ingredienti:** manzo, ricotta, patate;
- d. **POLPETTE ingredienti:** manzo, pollo, suino, patate, parmigiano, uovo, pangrattato;
- e. **SCALOPPINA AL LIMONE ingredienti:** pollo, farina, limone;
- f. **FRITTATA ingredienti:** uovo, grana padano, ricotta;
- g. **SFORMATO DI VERDURA ingredienti:** verdura, uovo, latte, farina, parmigiano;
- h. **POLPETTE DI RICOTTA ingredienti:** ricotta, parmigiano, uovo, pangrattato, patate, noce moscata;
- i. **SVIZZERA DI PESCE ingredienti:** pesce, patate, pangrattato, aglio, prezzemolo;
- j. **PESCE MISTO AL FORNO ingredienti:** halibut, gamberi, totani, pangrattato, prezzemolo;
- k. **FARINATA DI CECI ingredienti:** farina di ceci, acqua, olio extra vergine di oliva, sale, prezzemolo;
- l. **LASAGNA AL PESTO ingredienti:** lasagna all'uovo, latte, farina 0, patate, basilico, pinoli, mandorle, parmigiano, aglio, acqua;
- m. **PESCE AI CEREALI ingredienti:** halibut/merluzzo/salmone, pangrattato, fiocchi di mais, riso soffiato;
- n. **SFORMATO DI PATATE E SPECK ingredienti:** uovo, patate, ricotta, grana, speck, pangrattato;
- o. **MEDAGLIONE DI MAIALE ingredienti:** lombo di maiale, patate.

A.S. 2017/2018 MENU INVERNALE

1° SETTIMANA

LUNEDI'

Minestrone con legumi
Mozzarella
Verdura cotta
Pane
Frutta

MARTEDI'

Pasta olio e parmigiano
Svizzera di manzo
Purè
Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Pasta al pomodoro
Pesce gratinato
Verdura cruda
Pane Integrale
Frutta

GIOVEDI'

Pasta al tonno rossa
Sfornato di verdure
Verdura cruda
Pane
Frutta

VENERDI'

Risotto alle verdure
Bocconcini di maiale al pomodoro
Verdura cotta
Pane
Frutta

2° SETTIMANA

LUNEDI'

Tortelloni burro e salvia
Patate al forno
Verdura cruda
Pane ai cereali
Frutta

MARTEDI'

Mix di cereali (riso e orzo) in brodo
vegetale
Pesce con pomodori e olive
Verdura cruda
Pane, Frutta

MERCOLEDI'

Pasta al sugo di cipolla
Polpette
con Piselli
Pane
Frutta

GIOVEDI'

Pasta speck (8 gr.) e zafferano
Casatella (1/2 porz.)
Verdura cruda
Pane
Frutta

VENERDI'

Pasta al pesto
Pollo al forno
Verdura cotta
Pane
Frutta

3° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta integrale pomodoro e basilico
Mozzarella
Verdura cruda
Pane
Frutta

MARTEDI'

Pasta olio e parmigiano
Medaglione di maiale
con Purè
Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Pasta besciamella e cotto (8 gr.)
Farinata di ceci
Verdura cruda
Pane
Frutta

GIOVEDI'

Minestrone di verdure con orzo
Spezzatino di tacchino
Verdura cotta
Pane
Frutta

VENERDI'

Risotto alla zucca
Pesce misto al forno
Verdura cruda
Pane Integrale
Frutta

4° SETTIMANA

LUNEDI'

Tagliatelle al ragù di manzo
Squacquerone (1/2 porz.)
Verdura cotta
Piadina
Frutta

MARTEDI'

Gnocchi al pomodoro
Lombo al forno
Verdura cruda
Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Risotto alla parmigiana
Svizzera di pesce
Verdura cotta
Pane
Frutta

GIOVEDI'

Pasta al pesto
Scaloppina al limone
Verdura cruda
Pane ai cereali
Frutta

VENERDI'

Pasta e fagioli
Frittata
Verdura cruda
Pane
Frutta

5° SETTIMANA

LUNEDI'

Pasta integrale alle verdure di
stagione
Straccetti di pollo
Verdura cotta
Pane, Frutta

MARTEDI'

Pasta olio e parmigiano
Pesce al forno con pomodoro
Verdura cruda
Pane
Frutta

MERCOLEDI'

Lasagne
Verdura cruda
Verdura cotta
Pane
Frutta

GIOVEDI'

Riso allo zafferano
Sfornato di patate e speck (10 gr.)
Verdura cruda
Pane
Frutta

VENERDI'

Pasta e ceci
Casatella
Verdura cotta
Pane ai cereali
Frutta

A.S. 2017/2018 MENU ESTIVO

1° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta con ragù Mozzarella (1/2 porz.) Pinzimonio Pane Integrale Frutta	Pasta con verdure Pollo al forno Verdura cotta Pane Frutta	Miglio/Cous cous con piselli e verdura Sformato alle verdure Verdura cruda Pane Frutta	Pasta olio e parmigiano Lombo di maiale arrosto Purè Pane Frutta	Risotto al pomodoro Pesce gratinato Verdura cruda Pane Frutta

2° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta con verdure di stagione Frittata Piselli Pane Frutta	Pasta integrale poco arrabbiata Svizzera di manzo Patate Pane Frutta	Tagliatelle al ragù di manzo Squacquerone (1/2 porz.) Verdura cruda Pane Frutta	Pasta olio e parmigiano Insalata di pesce Verdura cruda Pane Integrale Frutta	Risotto con zafferano e zucchine Fettina panata Pinzimonio Pane Frutta

3° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Spaghetti aglio, olio e peperoncino Spezzatino di maiale al pomodoro Verdura cotta Pane Frutta	Riso con zucchine Insalata di pollo Verdura cruda Pane ai cereali Frutta	Pasta al pomodoro e basilico Sformato patate e speck (10 gr.) Tris di legumi Pane Frutta	Pasta con mazzancolle e zucchine Parmigiano (1/2 porzione) Verdura cruda Pane Frutta	Pasta al pesto Pesce misto al forno Verdura cruda Pane Frutta

4° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Tagliatelle al ragù di manzo Squacquerone (1/2 porz.) Verdura cruda Piadina Frutta	Risotto allo zafferano Pesce al forno Verdura cruda Pane Integrale Frutta	Pasta con gamberetti Sformato con verdure Pinzimonio Pane Frutta	Gnocchi pomodoro e basilico Pollo gratinato con erbette Verdura cotta Pane Frutta	Pasta con verdura di stagione Tonno Fagioli Pane Frutta

5° SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta integrale al ragù di verdure Uovo sodo Verdura cruda Pane Frutta	Risotto alla parmigiana Arrosto di tacchino Verdura cruda Pane Frutta	Lasagne al pesto (o alle verdure) Verdura cruda Verdura cotta Pane Frutta	Pasta alle melanzane Scaloppina di pollo Verdura cruda Pane Frutta	Pasta al pomodoro Seppie con Piselli Pane ai cereali Frutta

A.S. 2017/2018 - MENU A SORPRESA

1° MENU - PIATTO UNICO Pasta pasticciata con ragù e besciamella Verdura cotta Verdura cruda Pane Frutta	10° MENU Pasta pasticciata con ragù e besciamella Formaggio (1/2 porzione) Verdura cotta Pane Frutta
2° MENU - PIATTO UNICO Tortellini Patate al forno Verdura cruda Pane Frutta	11° MENU Pasta e fagioli Uovo sodo Verdura cruda Pane Frutta
3° MENU - PIATTO UNICO Pasta fredda (pom. mozzarella, basilico) Patate Verdura cruda Pane Frutta	12° MENU Pasta olio e parmigiano Cotoletta al forno Verdura cruda Pane Frutta
4° MENU - PIATTO UNICO Polenta con ragù Verdura cotta Verdura cruda Pane Frutta	13° MENU Pasta alle verdure Pollo panato Verdura cruda Pane Frutta
5° MENU - PIATTO UNICO Cannelloni Patate al forno Verdura cruda Pane, Frutta	14° MENU Pasta al ragù di verdure Uovo sodo Verdura cruda Pane, Frutta
6° MENU Pasta con legumi Formaggio Verdura cruda Pane Frutta	15° MENU Tagliatelle al ragù di cipolla Affettato misto (P. crudo / cotto) Verdura cruda Piadina Frutta
7° MENU Pasta olio e parmigiano Svizzera di pollo Purè Pane Frutta	16° MENU Pasta al pomodoro Pesce in crosta di patate Verdura cruda Pane Frutta
8° MENU Pizza al pomodoro Mozzarella Pinimonio Pane Frutta	17° MENU Pasta zafferano e speck Formaggio (1/2 porzione) Verdura cotta Pane Frutta
9° MENU Pasta al pomodoro Polpette di ricotta Verdura cruda Pane Frutta	18° MENU Pasta al prosciutto cotto / crudo Formaggio alle erbe (1/2 porzione) Verdura cruda Pane Frutta

I MENU A SORPRESA VENGONO INSERITI MENSILMENTE (1 O 2), RISPETTANDO L'EQUILIBRIO SETTIMANALE.

A.S. 2017/2018 - MERENDE

	Infanzia Castel S. Pietro T. <i>Merende del pomeriggio</i>	Infanzia / Primaria Ozzano dell'Emilia <i>Merende</i>	Merende da asporto <i>Merende</i>	
1° Settimana	Lunedì	Pane e marmellata	Infanzia: Pane e marmellata Primaria: Pane e barretta al cioccolato	Infanzia: Pane e marmellata Primaria: Pane e barretta al cioccolato
	Martedì	Crescenta	Stregchette	Stregchette
	Mercoledì	Pane e miele	Pane e miele	Pane e miele
	Giovedì	Banana	Banana	Banana
	Venerdì	Latte e cereali	Yogurt alla frutta	Latte in brick
2° Settimana	Lunedì	Frutta	Frutta	Frutta
	Martedì	Yogurt bianco	Yogurt bianco	Latte in brick
	Mercoledì	The e ciambella	Infanzia: The e ciambella Primaria: Succo di frutta 100% e ciambella	Succo di frutta 100% e tortino
	Giovedì	Barretta ai cereali	Barretta ai cereali	Barretta ai cereali
	Venerdì	Pizza al pomodoro	Pizza al pomodoro	Stregchette
3° Settimana	Lunedì	Crescente	Stregchette	Stregchette
	Martedì	Panino dolce	Panino dolce	Panino dolce
	Mercoledì	Banana	Banana	Banana
	Giovedì	The e biscotti da forno	Infanzia: The e biscotti da forno Primaria: Succo di frutta 100% e biscotti da forno	Succo di frutta 100% e biscotti monoporzione
	Venerdì	Latte e cereali	Yogurt alla frutta	Latte in brick
4° Settimana	Lunedì	Succo di frutta 100% e crackers	Succo di frutta 100% e crackers	Succo di frutta 100% e crackers
	Martedì	Pizza al pomodoro	Pizza al pomodoro	Stregchette
	Mercoledì	Torta della cucina	Torta della cucina	Tortino
	Giovedì	Yogurt alla frutta	Yogurt alla frutta	Latte in brick
	Venerdì	Frutta	Frutta	Frutta