

COMUNE DI RAPOLANO TERME
MENÙ INVERNALE - SCUOLE PRIMARIE A.S. 2023-2024
(Articolato con variazioni su 6 settimane)

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
I ° SETTIMANA	Passato di verdure con riso Pollo al limone Patate arrosto Frutta	Pasta all'olio e parmigiano Frittata al forno con verdure Carote grattugiate Frutta	Pasta al ragù Cubetti di parmigiano Spinaci all'olio Frutta	Pasta al pomodoro Platessa/sogliola al forno Piselli Yogurt	Risotto allo zafferano Polpette di manzo Cavolfiore all'olio Frutta
II ° SETTIMANA	Focaccia all'olio Prosciutto crudo Radicchio rosso e lattuga Frutta	Pasta al pomodoro Pesce gratinato Fagiolini all'olio Yogurt	Risotto alla parmigiana Tacchino al forno Tris di verdure di stagione al forno (cavolfiore, carote e broccoli) Frutta	Pasta alla zucca gialla Stracchino Finocchi e carote in insalata Frutta	Vellutata di ceci con pastina Uova strapazzate ben cotte Spinaci all'olio Frutta
III ° SETTIMANA	Pennette al pomodoro e ricotta Frittata al forno Cavolfiore gratinato Frutta	Pasta all'olio Cubetti di parmigiano Zucca gialla al forno Frutta	Ravioli burro e salvia Platessa/sogliola al forno Carote al forno Frutta	Passato di fagioli con pastina o crostini di pane Roastbeef ben cotto Insalata mista Frutta	Risotto ai porri Petto di pollo panato Fagiolini stufati Frutta
IV ° SETTIMANA	Pasta con broccoli Uova strapazzate ben cotte Carote grattugiate Frutta	Focaccia all'olio Prosciutto crudo Finocchi in insalata Frutta	Vellutata di zucca gialla con pastina o crostini di pane Polpette di manzo Purè di patate Frutta	Riso alla parmigiana Pesce panato Dadolata di verdure di stagione miste al forno (zucca gialla, carote, broccoli, cavolfiore, porri) Yogurt	Pasta al pomodoro Primosale Piselli Frutta
V ° SETTIMANA	Passato di verdure con pastina o crostini di pane Pollo arrosto Patate al forno Frutta	Pasta con crema di piselli Caciotta Insalata mista (finocchi, lattuga, radicchio e carote) Frutta	Pasta al pomodoro Arista al forno Finocchi gratinati Frutta	Risotto alla zucca gialla Frittata al forno Tris di verdure di stagione all'olio (cavolfiore, broccoli e carote) Frutta	Pasta all'olio Platessa/sogliola/merluzzo al forno Carote al forno Frutta
VI ° SETTIMANA	Pasta con verdure di stagione Ricotta o stracchino Zucca gialla al forno Frutta	Pasta all'olio Petto di pollo panato Spinaci saltati Frutta	Lasagne al pomodoro Prosciutto cotto Radicchio rosso e lattuga Frutta	Risotto alla parmigiana Platessa/sogliola/merluzzo al forno Carote grattugiate Yogurt	Vellutata di ceci con pastina Frittata al forno Cavolfiore all'olio Frutta

Revisione del menù effettuata in seguito a Commissione Mensa del 27/03/23.

Note al menù:

- A ogni pasto è prevista una porzione di frutta fresca di stagione e una porzione di pane in base alle grammature previste. Quando come contorno si consumano patate o legumi si consiglia di limitare il consumo di pane.

- Si raccomanda di prestare particolare attenzione alle modalità di taglio, preparazione e somministrazione di alcuni alimenti che potrebbero costituire un rischio specifico di soffocamento in funzione dell'età dei bambini che consumano il pasto, soprattutto di Asilo Nido e Scuola dell'Infanzia, facendo riferimento alle raccomandazioni previste dal documento "Linee d'indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica", Ministero della Salute Giugno 2017.

In particolare:

- La carne e il pesce devono essere cotti fino a quando non diventano morbidi e poi devono essere tagliati in pezzi piccoli. Si deve prestare attenzione nel rimuovere nervature, filamenti, ossicini dalla carne e le lisce dal pesce.
- Il prosciutto cotto deve essere tagliato in pezzi piccoli (massimo 1cm) somministrati singolarmente. Inoltre deve essere somministrato esclusivamente prosciutto cotto privo di glutine, lattosio e polifosfati.
- I formaggi a pasta filata vanno tagliati finemente. Tutti i formaggi proposti devono essere esclusivamente da latte pastorizzato.
- La verdura a foglia deve essere cotta fino a quando non raggiunge una consistenza morbida e poi tritata finemente. Qualora fosse consumata cruda, sminuzzare finemente. Prestare attenzione nel rimuovere nervature e filamenti.
- I pezzi di frutta e verdura cruda o solo parzialmente cotta, con consistenza dura (ad esempio la mela) e/o fibrosa (ad esempio sedano o ananas), devono essere cotte fino a che non raggiungono una consistenza morbida o devono essere grattugiate finemente. Prestare attenzione nel rimuovere eventuali semi, noccioli, filamenti e bucce.
- Le carote così come tutti gli altri alimenti a forma cilindrica (es: zucchine, cetrioli ecc.), devono essere tagliate prima in lunghezza (a listarelle) e poi in pezzi più piccoli (circa 5mm), MAI a rondelle. Prestare attenzione a rimuovere eventuali bucce.
- I pomodori, come altri alimenti di forma tondeggiante (polpette, uovo sodo ecc.), devono essere tagliati in pezzi piccoli (circa 5mm) e si deve prestare attenzione nel rimuovere i semi.
- I legumi devono essere cotti fino a quando non sono abbastanza morbidi da poterli schiacciare con una forchetta oppure devono essere offerti in forma di creme/passati/purea. Preferire legumi decorticati.
- Utilizzare formati di pasta corta. Riso e altri cereali in chicchi devono essere ben cotti.

- Si raccomanda di utilizzare prosciutto cotto privo di glutine, lattosio e polifosfati e formaggi esclusivamente ottenuti da latte pastorizzato.

- Il filetto di pesce (merluzzo, sogliola, platessa..) panato può essere sostituito occasionalmente (non più di due volte) nel corso delle 6 settimane, con bastoncini di merluzzo panati o preparati con panatura di tipo industriale, selezionati e scelti secondo la normativa vigente in materia d'igiene alimentare (formine).

Il menù deve essere sottoposto alla validazione della ASL di zona ed ogni modifica permanente deve essere notificata al Comune di Rapolano Terme.

Le rettifiche del menù devono essere finalizzate ad un'ottimizzazione del servizio ristorativo e/o ad una riduzione degli sprechi e scarti alimentari. Pertanto è previsto e raccomandato il monitoraggio del gradimento dei pasti attraverso l'osservazione delle pietanze servite e non consumate, al fine di definire azioni di miglioramento, secondo quanto indicato dal punto 1.4 delle Linee di Indirizzo per la Ristorazione Scolastica in Toscana (d.g.r.t. n. 898/2016, all. A).