



MENU'

Ristorazione scolastica Per le scuole dell' **Infanzia e Primarie**

Anno scolastico 2018 - 2019



Menù stagionale Settembre - Giugno

pagg. 3 - 7

La merenda nelle scuole

pag. 8

Ricettario, ingredienti e allergeni

pagg. 9 - 11

Informazioni sul servizio

pag. 12



Mangiar bene, mangiar sano ... in allegria

Con questo messaggio l'Amministrazione di Quarrata intende dare il "benvenuto" o il "bentornato" a tutti i bambini che usufruiscono del servizio di Ristorazione scolastica.

Secondo noi una corretta alimentazione è fondamentale per una crescita armoniosa via via sempre più consapevole, poiché **il pranzo è un momento educativo-formativo** in cui si scopre, si riscopre e si condivide il piacere di gustare e assaggiare il cibo insieme ai compagni ed agli insegnanti.

Anche quest'anno la ristorazione scolastica e la definizione del nostro menù sono il frutto di un lungo processo di riflessione e di ricerca che ha toccato e considerato vari aspetti. Ci preme sottolineare che è sempre in continua evoluzione per promuovere un'alimentazione sempre più sana ed equilibrata. In poche parole si attua **"la cultura del miglioramento continuo della qualità"**.

Nella nostra cucina centralizzata, dove si preparano in media oltre 1400 pasti giornalieri, vengono utilizzati prodotti di qualità o con certificazione DOP, IGP e biologici, di provenienza prevalentemente italiana, favorendo la filiera corta, e realizzando anche i Menù speciali **"Chilometro Toscano"** e **"Tutto Biologico"**.

Nella progettazione del **Menù** un'attenzione particolare viene data alla **varietà** dei cibi utilizzati nell'anno scolastico, tenendo conto della **stagionalità** e delle ricette toscane. Abbiamo cercato, ove possibile, di curare anche l'abbinamento dei colori nel piatto e di rendere simili alle altre, le pietanze preparate per coloro che usufruiscono di **diete alimentari speciali**.

La cura e l'attenzione prestata si ritrovano inoltre in particolari che, secondo noi, sono di fondamentale importanza: a tutti gli alunni della scuola dell'Infanzia e della Primaria viene fornito uno **spuntino di metà mattina** che tiene conto dei nutrienti e della grammatura adeguata.

Questo menù nasce ogni volta dal grande **lavoro di squadra** di tante persone: del **personale delle cucine**, del **Servizio Pubblica Istruzione**, dell'**Ufficio Igiene degli Alimenti e Nutrizione/Usl 3**, dei **genitori** e degli **insegnanti della Commissione mensa**.

A questo proposito vogliamo sottolineare l'**ulteriore aumento dei controlli**, analisi e sopralluoghi, che sono previsti per verificare la qualità dei prodotti richiesti e la loro corretta preparazione.

Per tutti questi motivi l'Amministrazione Comunale, il personale dell'Assessorato P.I., e tutto il personale scolastico condividono uno straordinario impegno, che si rinnova anno dopo anno, affinché i bambini della nostra comunità vivano al meglio un momento importante della loro vita.

Il Sindaco
Marco Mazzanti

L'Assessore alla Pubblica Istruzione
Lia Anna Colzi

Servizio Pubblica Istruzione

Piazzetta E.Loi - Quarrata

apertura al pubblico

dal Lun. al Ven. 8,30 - 13,00, Mar. e Giov. 15,00-18,00,

tel. 0573.771428 / 771426, 771451, fax 0573.771424

istruzione@comune.quarrata.pistoia.it

E' possibile rivolgersi all'Ufficio per :

- * **Iscrizioni al Servizio Ristorazione scolastica**
- * **Informazioni sulle tariffe e sui pagamenti**
 - * **Richieste alimentari speciali**
- * **Informazioni sul menù e la Commissione Mensa**
contattando :

Alessandro Landini tel. 0573.771425

Responsabile del servizio Pubblica Istruzione;

Daria Gaggioli tel. 0573.771428

informazione su iscrizioni, Isee, presenze a mensa, bollettazione e pagamenti;

Meri Masetti tel. 0573.771425

informazioni su Commissione mensa, diete speciali, menù e fornitori;

Stefano Frigieri tel. 0573.771451

informazioni su menù, fornitori, progetti educativi alimentari;



Settembre

Vacanze estive	Vacanze estive	Lun 17 Settembre Pennette alla pomarola Prosciutto crudo <i>Toscana Dop</i> Insalata di stagione	Lun 24 Settembre Tortellini al burro e salvia Sformatino di ricotta e spinaci Fagiolini al vapore
Vacanze estive	Vacanze estive	Mar 18 Settembre Fusilli all'olio Igp Fesa di tacchino al forno Fagiolini al vapore	Mar 25 Settembre Caserecce alla marinara Merluzzo dorato Carote julienne
Vacanze estive	Vacanze estive	Mer 19 Settembre Spaghetti alla pizzaiola Mozzarella Pomodori e cetrioli	Mer 26 Settembre Chioccioline al pesto genovese Bocconcini di tacchino alle olive Patate arrosto
Vacanze estive	Vacanze estive	Gio 20 Settembre Spinaci all'olio Tortiglioni al ragù Yogurt <i>"Unico piatto biologico"</i>	Gio 27 Settembre Farfalle alla pomarola Pecorino <i>toscana dop</i> Pomodori in insalata
Vacanze estive	Vacanze estive	Ven 21 Settembre Risotto alla crema di zucchine Nasello in umido Carote al forno	Ven 28 Settembre Passato di verdure con pasta Arista agli aromi Bietole al sughetto

Ottobre

Lun 1 Ottobre Riso alla pomarola Tonno all'olio Fagioli borlotti	Lun 8 Ottobre Passato goloso con orzo Arista agli aromi toscani Spinaci saltati <i>"Chilometro toscano"</i>	Lun 15 Ottobre Spaghetti alla pomarola Sformatino ricotta e spinaci Pomodori all'olio	Lun 22 Ottobre Gnocchi al burro Stracchino Carote saltate
Mar 2 Ottobre Pastina in brodo vegetale Sfogliatina ricotta e prosciutto cotto AQ Fagiolini al pomodoro	Mar 9 Ottobre Farfalle alla marinara Merluzzo dorato Carote julienne	Mar 16 Ottobre Passato di verdure con pasta Spezzatino di vitello Patate all'olio <i>"Tutto biologico"</i>	Mar 23 Ottobre Riso alla pomarola Fesa di tacchino al forno Insalata di pomodori
Mar 3 Ottobre Scaloppina di maiale al limone Verdure miste julienne Crostatina alla marmellata <i>"Unico piatto"</i>	Mer 10 Ottobre Vellutata di ceci con orzo Frittata di zucchine Fagiolini al vapore	Mer 17 Ottobre Risotto al grana Nasello in umido Carote al forno	Mer 24 Ottobre Passato di goloso con farro Arista agli aromi Piselli all'olio
Gio 4 Ottobre Sedani al pesto genovese Stracchini di pollo agli agrumi Insalata di stagione	Gio 11 Ottobre Risotto ai porri Valdostana asiago e prosciutto Pomodori all'olio	Gio 18 Ottobre Vellutata di fagioli con pasta Mozzarella Fagiolini al pomodoro	Gio 25 Ottobre Penne alla pizzaiola Merluzzo dorato Finocchi filangè
Ven 5 Ottobre Spaghetti al pomodoro e olive Mozzarella Pomodori e cetrioli	Ven 12 Ottobre Caserecce in salsa rosa Coscette di pollo arrosto Insalata ricca	Ven 19 Ottobre Piselli all'olio Chioccioline al ragù Yogurt <i>"Unico piatto biologico"</i>	Ven 26 Ottobre Vellutata di lenticchie con pasta Frittata di patate Fagiolini al pomodoro <i>"Tutto biologico"</i>



Novembre

Lun 29 Ottobre Sedanini al pesto genovese Fesa di tacchino al forno Insalata di stagione	Lun 5 Novembre Vellutata di lenticchie con pasta Frittata di patate Fagiolini al pomodoro "Tutto biologico"	Lun 12 Novembre Risotto alla pomarola Tonno all'olio Fagioli borlotti	Lun 19 Novembre Passato goloso con farro Arista agli aromi Spinaci all'olio "Chilometro toscano"
Mar 30 Ottobre Conchiglie alla pizzaiola Sformatino con ricotta e prosciutto cotto AQ Finocchi filangè	Mar 6 Novembre Fusilli al pesto invernale Merluzzo dorato Carote julienne	Mar 13 Novembre Passato di verdure con orzo Sfogliatina con ricotta e prosciutto cotto AQ Fagiolini al pomodoro	Mar 20 Novembre Penne al pomodoro e olive Nasello in umido Patate all'olio
Mer 31 Ottobre Passato di verdure con orzo Arrosto di Chianina IGP Bietole saltate "Chilometro toscano"	Mer 7 Novembre Verdure miste julienne Tortiglioni al ragù Schiacciata alla fiorentina "Unico piatto"	Mer 14 Novembre Gnocchetti sardi alla marinara Coscette di pollo arrosto Bietole all'olio	Mer 21 Novembre Vellutata di cannellini con pasta Sformatino ricotta e spinaci Insalata capricciosa
Gio 1 Novembre Festa di Ognissanti	Gio 8 Novembre Risotto alla zucca gialla Stracchino Spinaci all'olio	Gio 15 Novembre Ravioli al burro e salvia Fesa di tacchino al forno Carote al forno	Gio 22 Novembre Polenta alla pomarola Valdostana Asiago e prosciutto Piselli all'olio
Ven 2 Novembre Risotto al grana Nasello in umido Carote al forno	Ven 9 Novembre Passato di verdure con pasta Spezzatino di vitello Piselli all'olio "Tutto biologico"	Ven 16 Novembre Casarecce in salsa rosa Mozzarella Insalata ricca	Ven 23 Novembre Finocchi filangè Chiocciole al ragù Yogurt "Unico piatto biologico"

Novembre - Dicembre

Lun 26 Novembre Fusilli all'olio Igp Pecorino fresco Toscano Dop Bietole saltate	Lun 3 Dicembre Pastina in brodo vegetale Fesa di tacchino al forno Piselli alla fiorentina	Lun 10 Dicembre Conchiglie alla marinara Sformatino ricotta e spinaci Finocchi filangè	Lun 17 Dicembre Pasta e lenticchie Frittata di patate Fagiolini al pomodoro "Tutto biologico"
Mar 27 Novembre Passato di verdure con pasta Spezzatino di vitello Patate all'olio "Tutto biologico"	Mar 4 Dicembre Risotto alla pomarola Mozzarella Spinaci al sughetto	Mar 11 Dicembre Casarecce al pesto invernale Bocconcini di tacchino al limone Fagiolini al vapore	Mar 18 Dicembre Polenta alla pomarola Nasello in umido Carote al forno
Mer 28 Novembre Risotto alla zucca gialla Merluzzo dorato Piselli all'olio	Mer 5 Dicembre Fagiolini al pomodoro Tortiglioni al ragù "Unico piatto biologico"	Mer 12 Dicembre Sedanini alla pizzaiola Valdostana asiago e prosciutto Insalata ricca	Mer 19 Dicembre Pennette al pomodoro e olive Coscette di pollo arrosto Insalata mista
Gio 29 Novembre Vellutata di cannellini e pasta Frittata di porri Insalata ricca "Tutto biologico"	Gio 6 Dicembre Gnocchi al burro Nasello in umido Carote al forno	Gio 13 Dicembre Passato di verdure con orzo Salsiccia al forno Fagioli all'uccelletto "Chilometro toscano"	Gio 20 Dicembre Risotto alla zucca gialla Mozzarella Piselli alla fiorentina
Ven 30 Novembre Sospensione delle attività didattiche	Ven 7 Dicembre Vellutata di ceci con riso Sfogliatina con ricotta e prosciutto cotto AQ Insalata capricciosa	Ven 14 Dicembre Risotto al grana Merluzzo dorato Carote julienne	Ven 21 Dicembre Spinaci all'olio Scaloppina di maiale al limone Crostatina alla marmellata "Unico piatto"



Gennaio

Lun 7 Gennaio Spaghetti alla marinara Mozzarelle Carote al forno	Lun 14 Gennaio Passato goloso con pasta Fesa di tacchino al forno Insalata di stagione	Lun 21 Gennaio Casarecce alla pomarola Spezzatino di vitello Fagiolini al vapore "Tutto biologico"	Lun 28 Gennaio Vellutata di lenticchie con pasta Sformatino di ricotta e spinaci Finocchi filangè
Mar 8 Gennaio Passato di verdure con pasta Arista agli aromi Piselli alla fiorentina "Tutto biologico"	Mar 15 Gennaio Risotto ai porri Stracchino Fagiolini al vapore	Mar 22 Gennaio Tortellini in brodo vegetale Straccetti di pollo agli agrumi Insalata di stagione	Mar 29 Gennaio Polenta alla pomarola Merluzzo dorato Carote al forno
Mer 9 Gennaio Risotto alla zucca gialla Nasello in umido Fagiolini al vapore	Mer 16 Gennaio Passato di verdure con farro Arrosto di <i>Chianina Igp</i> Spinaci saltati "Chilometro toscano"	Mer 23 Gennaio Spaghetti al tonno Mozzarelle Carote al forno	Mer 30 Gennaio Penne al pesto invernale Cosette di pollo arrosto Insalata ricca
Mer 10 Gennaio Vellutata di ceci con farro Frittata di patate Spinaci saltati "Tutto biologico"	Gio 17 Gennaio Gnocchi al burro Merluzzo dorato Carote julienne	Gio 24 Gennaio Braciolina alla pistoiese Purè di patate Crostata con marmellata "Unico piatto"	Gio 31 Gennaio Risotto ai porri Valdostana asiago e prosciutto Fagiolini al vapore
Ven 11 Gennaio Finocchi filangè Tortiglioni al ragù Yogurt "Unico piatto biologico"	Ven 18 Gennaio Fusilli alla pizzaiola Sfogliatina di ricotta e prosciutto cotto Piselli all'olio	Ven 25 Gennaio Risotto al grana Nasello in umido Spinaci all'olio	Ven 1 Febbraio Passato di verdure con orzo Salsiccia al forno e Fagioli all'uccelletto "Chilometro toscano"

Febbraio

Lun 4 Febbraio Riso alla pomarola Arista agli aromi Fagiolini al vapore	Lun 11 Febbraio Pastina in brodo vegetale Spezzatino di vitello Patate all'olio "Tutto biologico"	Lun 18 Febbraio Chioccioline alla pomarola Pecorino fresco <i>toscano Dop</i> Bietole saltate "Chilometro toscano"	Lun 25 Febbraio Spaghetti in salsa rosa Fesa di tacchino al forno Insalata di stagione
Mar 5 Febbraio Vellutata di ceci con farro Frittata di patate Insalata capricciosa "Tutto biologico"	Mar 12 Febbraio Pennette al pesto invernale Nasello in umido Spinaci saltati	Mar 19 Febbraio Verdure miste julienne Fusilli al ragù Schiacciata alla fiorentina "Unico piatto"	Mar 26 Febbraio Risotto ai porri Mozzarelle Fagiolini al vapore
Mer 6 Febbraio Finocchi filangè Tortiglioni al ragù Yogurt "Unico piatto biologico"	Mer 13 Febbraio Vellutata di cannellini con pasta Sfogliatina ricotta e spinaci Fagiolini al pomodoro	Mer 20 Febbraio Risotto al grana Merluzzo dorato Carote al forno	Mer 27 Febbraio Passato di verdure con orzo Salsiccia al forno con fagioli all'uccelletto "Chilometro toscano"
Gio 7 Febbraio Passato di verdure con pasta Bocconcini di pollo alle olive Bietole all'olio	Gio 14 Febbraio Risotto alla zucca gialla Stracchino Carote al forno	Gio 21 Febbraio Vellutata di ceci con pasta Sformatino con ricotta e prosciutto cotto AQ Finocchi filangè	Gio 28 Febbraio Fusilli al pomodoro e olive Nasello in umido Spinaci saltati
Ven 8 Febbraio Tortellini al burro Mozzarelle Carote al forno	Ven 15 Febbraio Sedanini alla marinara Cosette di pollo arrosto Piselli all'olio	Ven 22 Febbraio Pennette all'olio Igp Arista agli aromi Patate arrosto	Ven 1 Marzo Vellutata di lenticchie con pasta Frittata di porri Insalata mista "Tutto biologico"



Marzo

Lun 4 Marzo Gnocchetti sardi alla pomarola Arista agli aromi Piselli all'olio <i>"Tutto biologico"</i>	Lun 11 Marzo Vellutata di lenticchie e pasta Sformatino di ricotta e spinaci Insalata mista	Lun 18 Marzo Risotto al Grana Tonno all'olio Fagioli borlotti	Lun 25 Marzo Pastina in brodo vegetale Spezzatino di vitello Patate all'olio <i>"Tutto biologico"</i>
Mar 5 Marzo Casarecce al pesto invernale Bocconcini di tacchino al limone Insalata mista	Mar 12 Marzo Ravioli al burro e salvia Nasello in umido Carote al forno	Mar 19 Marzo Pennette alla pomarola Valdostana Asiago e prosciutto Spinaci saltati	Mar 26 Marzo Chioccioline al pomodoro e olive Merluzzo dorato Carote julienne
Mer 6 Marzo Vellutata di cannellini con pasta Stracchino Spinaci all'olio	Mer 13 Marzo Spaghetti alla marinara Coscette di pollo arrosto Insalata di stagione	Mer 20 Marzo Piselli all'olio Tortiglioni al ragù Yogurt <i>"Unico piatto biologico"</i>	Mer 27 Marzo Fusilli all'olio Igp Straccetti di pollo alle olive Insalata capricciosa
Gio 7 Marzo Scaloppina di maiale al limone Purè di patate Schiacciata alla fiorentina <i>"Unico piatto"</i>	Gio 14 Marzo Riso ai porri Prosciutto cotto A.Q Piselli all'olio	Gio 21 Marzo Passato di verdure con pasta Fesa di tacchino al forno Fagiolini al vapore	Gio 28 Marzo Penne al pesto invernale Mozzarella Bietole al sughetto
Ven 8 Marzo Risotto al Grana Merluzzo dorato Carote julienne	Ven 15 Marzo Chioccioline in salsa rosa Mozzarella Bietole al sughetto	Ven 22 Marzo Sedanini alla pizzaiola Frittata di patate Finocchi filangè <i>"Tutto biologico"</i>	Ven 29 Marzo Vellutata di ceci con pasta Sfogliatina ricotta e spinaci Fagiolini al pomodoro

Aprile

Lun 1 Aprile Pennette alla pizzaiola Stracchino Insalata mista	Lun 8 Aprile Ravioli burro e salvia Fesa di tacchino al forno Piselli all'olio	Lun 15 Aprile Riso alla crema di zucchine Prosciutto cotto AQ Carote al forno	Gio 22 Aprile <i>Vacanze di Pasqua</i>
Mar 2 Aprile Piselli all'olio Chioccioline al ragù Yogurt <i>"Unico piatto biologico"</i>	Mar 9 Aprile Riso alla pomarola Valdostana asiago e prosciutto Fagiolini al vapore	Mar 16 Aprile Spaghetti pesto genovese Coscette di pollo arrosto Insalata ricca	Ven 23 Aprile <i>Vacanze di Pasqua</i>
Mer 3 Aprile Riso al grana Nasello in umido Carote al forno	Mer 10 Aprile Passato di verdura con pasta Spezzatino di vitello Patate all'olio <i>"Tutto biologico"</i>	Mer 17 Aprile Pennette alla marinara Pecorino fresco <i>Toscana Dop</i> Spinaci saltati <i>"Chilometro toscano"</i>	Mer 24 Aprile <i>Sospensione delle attività didattiche</i>
Gio 4 Aprile Passato di verdure con pasta Straccetti di pollo agli agrumi Fagiolini al vapore	Gio 11 Aprile Gnocchi in salsa rosa Merluzzo dorato Carote julienne	Gio 18 Aprile <i>Vacanze di Pasqua</i>	Gio 25 Aprile <i>Festa della Liberazione</i>
Ven 5 Aprile Fusilli al pomodoro e olive Sformatino ricotta e spinaci Insalata di stagione	Ven 12 Aprile Vellutata di ceci con orzo Frittata di patate Insalata ricca	Ven 19 Aprile <i>Vacanze di Pasqua</i>	Ven 26 Aprile <i>Sospensione delle attività didattiche</i>



Maggio

Lun 29 Aprile Riso alla pomarola Tonno all'olio Fagioli borlotti	Lun 6 Maggio Passato goloso con pasta Spezzatino di vitello Bietole all'olio "Tutto biologico"	Lun 13 Maggio Pennette alla marinara Mozzarelle Pomodori all'olio	Lun 20 Maggio Sedanini in salsa rosa Fesa di tacchino al forno Insalata di stagione
Mar 30 Aprile Pastina in brodo vegetale Sformatino ricotta e prosciutto cotto AQ Spinaci saltati	Mar 7 Maggio Casarecce all'olio Igp Nasello in umido Carote al forno	Mar 14 Maggio Passato di verdure con orzo Scaloppina di maiale Patate arrosto "Chilometro toscano"	Mar 21 Maggio Riso al grana Stracchino Pomodori e cetrioli
Mer 1 Maggio Festa del Lavoro	Mer 8 Maggio Pasta e lenticchie Sfogliatina ricotta e spinaci Fagiolini al vapore	Mer 15 Maggio Risotto alla crema di zucchine Merluzzo dorato Carote julienne	Mer 22 Maggio Fusilli alla pomarola Arista agli aromi Bietole all'olio "Tutto biologico"
Gio 2 Maggio Fusilli al pomodoro e olive Fesa di tacchino al forno Fagiolini al vapore	Gio 9 Maggio Braciolina alla pistoiese Purè di patate Schiacciata fiorentina "Unico piatto"	Gio 16 Maggio Tortellini al burro e salvia Frittata di zucchine Insalata primavera	Gio 23 Maggio Farfalle al pesto genovese Nasello in umido Piselli all'olio
Ven 3 Maggio Penne al pesto genovese Merluzzo dorato Piselli all'olio	Ven 10 Maggio Spaghetti alla pizzaiola Straccetti di pollo al limone Insalata mista	Ven 17 Maggio Fagiolini all'olio Chiocciole al ragù Yogurt "Unico piatto biologico"	Ven 24 Maggio Penne all'olio Igp Sfogliatina ricotta e prosciutto cotto AQ Carote julienne

Giugno

Lun 27 Maggio Fusilli al pomodoro e olive Prosciutto cotto AQ Insalata primavera	Lun 3 Giugno Pennette in salsa rosa Sformatino ricotta e spinaci Fagiolini al vapore	Lun 10 Giugno Risotto alla crema di zucchine Tonno all'olio Fagioli borlotti	Lun 17 Giugno Pasta pomodorini e mozzarella Arista agli aromi Insalata di stagione "Tutto biologico"	Lun 24 Giugno Sedanini all'olio Igp Pecorino fresco Toscano Dop Pomodori e cetrioli "Chilometro toscano"
Mar 28 Maggio Penne al pesto genovese Straccetti di pollo agli agrumi Patate arrosto	Mar 4 Giugno Riso alla pomarola Merluzzo dorato Carote julienne	Mar 11 Giugno Sedanini alla marinara Sfogliatina ricotta e prosciutto cotto AQ Insalata ricca	Mar 16 Giugno Tortellini al burro Nasello in umido Piselli all'olio	Mar 25 Giugno Fagiolini al vapore Chiocciole al ragù Yogurt "Unico piatto biologico"
Mer 29 Maggio Sedanini alla marinara Mozzarella Pomodori e cetrioli	Mer 5 Giugno Spaghetti all'olio Igp Arista agli aromi toscani Spinaci saltati "Chilometro toscano"	Mer 12 Giugno Scaloppina di maiale al limone Purè di patate Crostatina alla marmellata "Unico piatto"	Mer 19 Giugno Casarecce al tonno Sformatino ricotta e spinaci Fagiolini all'olio	Mer 26 Giugno Risotto alla crema di zucchine Merluzzo dorato Ceci all'olio
Gio 30 Maggio Insalata mista Casarecce al ragù Yogurt "Unico piatto biologico"	Gio 6 Giugno Pasta pomodorini e mozzarella Valdostana con asiago e prosciutto Pomodori e cetrioli	Gio 13 Giugno Fusilli all'olio Igp Fesa di tacchino al forno Bietole al sughetto	Gio 20 Giugno Riso alla pomarola Stracchino Carote al forno	Gio 27 Giugno Penne al pesto genovese Frittata di patate Insalata primavera
Ven 31 Maggio Riso al burro Nasello in umido Carote al forno	Ven 7 Giugno Penne alla pizzaiola Bocconcini di tacchino alle olive Piselli all'olio	Ven 14 Giugno Pennette pomodoro e olive Mozzarella Pomodori all'olio	Ven 21 Giugno Pennette in salsa rosa Cosce di pollo arrosto Insalata primavera	Ven 28 Giugno Scuola dell'infanzia esce alle 12.30



Per le scuole Primarie “C’è del buono per merenda” a.s. 2018/2019

Il Progetto, attivo ormai dal 2010, prevede la somministrazione di uno spuntino a metà mattina al momento della ricreazione. In accordo con le recenti indicazioni nutrizionali e con le Linee Guida della Regione Toscana, questa è un’importante occasione di educazione alimentare fornendo, nella giusta quantità e qualità, uno spuntino sano che permette di arrivare all’ora di pranzo con quell’appetito necessario a gustare tutte le pietanze del nostro menù.

Tutta la frutta e lo yogurt sono di produzione biologica, l’olio utilizzato per il *pane e olio* è extravergine d’oliva Toscano IGP.

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primaria “Don Puglisi”	Yogurt o Frutta	Pane e olio	Pizza	Frutta	Schiacciata
Primaria “A.Manzi”	Yogurt o Frutta	Pizza	Frutta	Schiacciata	Pane e olio
Primaria “Fabrizio De Andrè”	Schiacciata	Pane e olio	Yogurt o Frutta	Pizza	Frutta
Primaria Vignole	Yogurt o Frutta	Pizza	Pane e olio	Schiacciata	Frutta
Primaria Valenzatico	Pizza	Yogurt o Frutta	Pane e olio	Frutta	Schiacciata
Primaria Catena	Schiacciata	Frutta	Yogurt o Frutta	Pizza	Pane e olio

* Nei mesi di Settembre-Ottobre e da Aprile a Giugno per precauzioni di conservazione lo Yogurt/Frutta sarà sostituito dalla Schiacciata

Per le scuole dell’Infanzia “Spuntino a scuola” a.s. 2018/2019

Il Progetto realizzato in tutte le scuole dell’infanzia fin dal 2014, prevede la somministrazione di uno spuntino all’inizio delle attività della mattina.

In questo modo si vuole da una parte diminuire la frammentazione delle attività educative (tra arrivi anticipati, scaglionati, attività di attesa, accoglienza scuolabus...) e dall’altra di arrivare più facilmente al momento del pranzo.

Tale spuntino non sostituisce la prima colazione, che i bambini fanno a casa e che rimane sempre una occasione importante di educazione alimentare, ma vuole essere un semplice momento da vivere in classe insieme ai propri compagni, più coinvolgente ed integrato con le altre attività educative.

Tutta la frutta e lo yogurt sono di produzione biologica.

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Infanzia “L.Caramelli”	Pizza	Yogurt *	Biscotto	Frutta	Schiacciata
Infanzia “B.Munari”	Pizza	Yogurt *	Biscotto	Frutta	Schiacciata
Infanzia “Madre Teresa”	Pizza	Yogurt *	Biscotto	Frutta	Schiacciata
Infanzia Barba	Schiacciata	Frutta	Biscotto	Schiacciata	Pizza
Infanzia Vignole	Schiacciata	Frutta	Biscotto	Schiacciata	Pizza
Infanzia Valenzatico	Schiacciata	Frutta	Biscotto	Schiacciata	Pizza
Infanzia Catena	Schiacciata	Frutta	Biscotto	Schiacciata	Pizza

* Nei mesi di Settembre-Ottobre e Arile-Maggio-Giugno per precauzioni di conservazione lo Yogurt sarà sostituito dalla Schiacciata



RICETTARIO con gli ingredienti ed i possibili allergeni

Condimenti per primi piatti

Pizzaiola

Polpa di pomodoro, origano, olio e sale

Allergeni:

Salsa rosa

Pomodori pelati, carota, **sedano**, cipolla, latte, burro, farina aglio, olio e sale

Allergeni:

Olio e Grana

Olio extra vergine di oliva, Grana padano Dop

Allergeni:

Tonno

Polpa di pomodoro, tonno, aglio, prezzemolo, olio e sale

Allergeni:

Ragù di carne

Carne macinata di vitello polpa di pomodoro, carota, **sedano**, cipolla, concentrato di pomodoro, olio e sale

Allergeni:

Marinara

Polpa di pomodoro, prezzemolo, aglio, olio e sale

Allergeni:

Pomodoro e olive nere

Pomodori pelati, olive nere, basilico, aglio, olio e sale

Allergeni:

Pasta Fredda

Mozzarella, pomodorini freschi, basilico, olio e sale

Allergeni:

Pesto genovese

Preparato artigianale :Basilico genovese Dop, olio e.v.o, olio di semi di girasole, pinoli, anacardi, grana, pecorino, sale

Allergeni:

Pomarola

Pomodori pelati, carota, **sedano**, cipolla, basilico, olio e sale

Allergeni:

Pesto invernale

Broccoli, cavolo nero, olio e.v.o, pecorino toscano Dop, Grana Dop, **pinoli**, **mandorle**, sale

Allergeni:

Burro e salvia

Burro, salvia

Allergeni:

- I preparati a base di pomodoro (passata polpa e concentrato) sono di origine italiana e nei giorni con menù "Tutto bio" sono di produzione biologica
I broccoli utilizzati per il pesto invernale possono essere surgelati

Condimenti per risotti

Pomarola

Pomodori pelati, carota, **sedano**, cipolla, basilico, olio e sale

Allergeni:

Porri

Porri, **brodo vegetale** (vedi allergeni) olio e sale

Allergeni:

Grana

Olio extra vergine di oliva Igp Grana padano Dop

Allergeni:

Zucca gialla

Zucca gialla, cipolla, **brodo vegetale** (vedi allergeni), olio e sale

Allergeni:

Crema di zucchini

Zucchini, cipolla, basilico, olio e sale

Allergeni:

Minestre al cucchiaino

Passato di verdure

Carota, sedano, zucchine (se stagione) bietola, cavolo, patate, cipolla, pomodori pelati, olio e sale

Allergeni:

Brodo vegetale

Carota, sedano, cipolla, patata, pomodori pelati, sale

Allergeni:

Passato goloso

Carote, patate, cipolla, sedano, basilico, olio e sale

Allergeni:

Vellutata di cannellini/ Ceci

Fagioli cannellini o ceci, cipolla rosmarino, salvia, pomodori pelati, aglio, olio e sale

Allergeni:

Polenta al pomodoro

Farina di mais, polpa di pomodoro, carota, sedano, cipolla, olio e sale

Allergeni:

Vellutata/Pasta e lenticchie

Lenticchie, carota, sedano, cipolla, pomodori pelati, olio e sale

Allergeni:

* I legumi utilizzati sono secchi, biologici.

Pasta alimentare e cereali

Pasta di semola di grano duro biologica

Allergeni:

Ravioli Ricotta e spinaci

Allergeni:

Tortellini freschi

Allergeni:

Gnocchi di patate

Allergeni:

Riso biologico

Allergeni:

Farro

Allergeni:

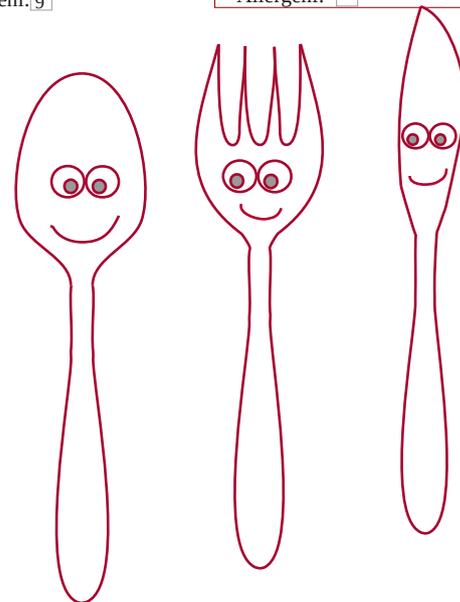
Orzo

Allergeni:

Pane

farina di grano tenero "00"

Allergeni:



* Oltre alla pasta di semola secca anche il farro, l'orzo ed il riso utilizzati sono biologici.



Secondi piatti a base di CARNE

Straccetti di pollo agli agrumi

Petto di pollo,
Succo di arancia e limone,
olio e sale

Allergeni: -

Cosce di pollo arrosto

Coscette di pollo, salvia
rosmarino, aglio, sale

Allergeni:

Bocconcini di tacchino alle olive

Fesa di tacchino,
polpa di pomodoro, olive nere
salvia, farina di grano tenero,
olio e sale

Allergeni: 1

Fesa di tacchino al forno

Fesa di tacchino, **brodo vegetale**, salvia, rosmarino
aglio, olio e sale

Allergeni: 9

Spezzatino di vitello

Carne di vitellone, passata di
pomodoro, cipolla, carota,
sedano, aglio, olio e sale

Allergeni: 9

Bocconcini di tacchino al limone

Fesa di tacchino, **al limone**
Limone, farina di grano tenero,
olio, sale

Allergeni: 1

Arrosto di vitello

Chianina IGP

Carne chianina IGP
olio e sale

Allergeni:

Salsiccia di suino al forno

Salsiccia magra,
salvia, rosmarino, aglio, olio e
sale

Allergeni:

Scaloppina di maiale al limone

Arista di maiale, limone,
farina di grano tenero
olio e sale

Allergeni: 1

Arista agli aromi

Arista, **brodo vegetale**
rosmarino, salvia,
sale, aglio, olio

Allergeni: 9

Prosciutto crudo

Toscana Dop

Coscia di suino, aromi naturali,
sale e pepe

Allergeni

Prosciutto cotto Alta Qualità

Coscia di suino,
aromi naturali, sale

Allergeni

Braciolina di maiale alla pistoiese

Arista di suino, passata di
pomodoro, pangrattato,
capperi, olio e sale

Allergeni:

* Tutta la **carne** utilizzata proviene da animali nati, allevati e macellati in Italia

* A seconda dei menù una parte della carne di suino ed una parte della carne bovina sono di produzione biologica

Secondi piatti a base di PESCE

Merluzzo dorato

Merluzzo o Nasello surgelato,
pangrattato, olio di semi di
arachidi, sale

Allergeni: 1 4 5

Nasello in umido

Merluzzo o nasello surgelato
passata di pomodoro, capperi,
prezzemolo, aglio, olio e sale

Allergeni: 4

Tonno all'olio d'oliva

Tonno yellowfin all'olio
d'oliva,
sale in salamoia satura

Allergeni: 4

* Il **Merluzzo** (*Macroronus Novaezelandiae*) ed il **Nasello** (*Merluccius Capensis/paradoxus*) sono prodotti surgelati certificati da pesca sostenibile MSC

Secondi piatti a base di UOVO

Sformatino con ricotta e prosciutto cotto AQ

Uova, ricotta, prosciutto cotto
AQ, Grana *dop*, latte,
pangrattato, olio e sale

Allergeni: 1 3 7

Sformatino con ricotta e spinaci

Uova, ricotta,
spinaci surgelati, Grana *dop*,
latte, pangrattato, olio e sale

Allergeni: 1 3 7

Sfogliatina con ricotta e prosciutto cotto AQ

Uova, ricotta, Pasta sfoglia
surgelata, Spinaci surgelati,
latte, Grana *dop*, olio e sale

Allergeni: 1 3 6 7

Sfogliatina con ricotta e spinaci

Uova, ricotta,
spinaci surgelati, pasta sfoglia,
latte, Grana, sale

Allergeni: 1 3 6 7

Frittata di patate/ porri/ zucchini

Uova, Grana *dop*,
patate surgelate/porri/zucchini
olio e sale

Allergeni: 3 7

* le **Uova**, fresche e pastorizzate sono di produzione biologica

* Gli **spinaci** utilizzati sono surgelati biologici, le **patate** per la frittata e la **pasta sfoglia** sono prodotti surgelati

FORMAGGI

Pecorino toscano Dop

Latte di pecora, caglio, sale

Allergeni: 7

Stracchino

Latte vaccino pastorizzato,
sale

Allergeni: 7

Mozzarella

Latte vaccino, caglio, sale
mozzarelline da grammi 30 circa

Allergeni: 7

Sogliatina Valdostana

Pasta sfoglia (preparata),
Asiago *Dop*
prosciutto cotto AQ,

Allergeni: 1 3 6 7

* la **pasta sfoglia**, utilizzata per la valdostana, è surgelata

INSALATE di contorno al secondo piatto

Insalata capricciosa

Insalata, cavolo cappuccio o
verza, mais, olio e sale

Allergeni:

Insalata primavera

Insalata verde, carote, pomodori
ravanelli, olio e sale

Allergeni:

Insalata di stagione

Insalata verde mista,
Insalata mista
Insalata verde e radicchio rosso

Allergeni:

Insalata ricca

Insalata verde e/o radicchio
rosso finocchi, carote,
olio e sale

Allergeni:

Verdure miste julienne

Carote fresche,
sedano rapa fresco/finocchi
olio e sale

Allergeni: 9

* Tutte le insalate sono di coltivazione biologica



CONTORNI al secondo piatto

Spinaci o Bietole saltate

Spinaci o bietole BIOLOGICHE surgelate, aglio, olio e sale

Allergeni:

Spinaci o Bietole "al sughetto"

Spinaci o bietole BIOLOGICHE surgelate, polpa di pomodoro, aglio, olio e sale

Allergeni:

Fagiolini all'olio o al pomodoro

Fagiolini BIOLOGICI surgelati, polpa di pomodoro (se al pomodoro), olio e sale

Allergeni:

Carote al forno

Carote BIO, aglio, prezzemolo, olio e sale

Allergeni:

Finocchi filangè

Finocchi BIO freschi, olio e sale

Carote julienne

Carote BIO fresche olio e sale

Piselli all'olio o alla fiorentina

Piselli, cipolla, prosciutto crudo dop o cotto AQ, aglio, olio e sale

Allergeni:

Purè di patate

Patate, latte, burro, sale

Allergeni:

Patate arrosto/all'olio

Patate, rosmarino, salvia (se arrosto), aglio, olio e sale

Allergeni:

Fagioli all'uccelletto

Fagioli (borlotti o cannellini) lessati, rosmarino, salvia, passata di pomodoro, olio e sale

Allergeni:

Fagioli/Ceci all'olio

Fagioli borlotti o Ceci lessati, salvia, olio e sale

Allergeni:

- Gli **spinaci**, **le bietole**, **i fagiolini**, **i piselli**, utilizzati sono surgelati biologici, **i legumi** sono secchi biologici, **finocchi**, **carote** sono freschi biologici, **le patate** per il purè sono fresche biologiche, le patate arrosto o all'olio possono essere fresche/biologiche o surgelate/biologiche

DOLCI

Crostata con marmellata

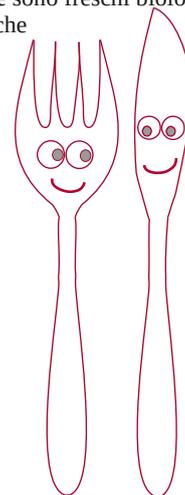
Farina, uova, burro, marmellata, zucchero, lievito

Allergeni:

Schiacciata fiorentina

Farina, uova, zucchero, lievito olio extra vergine d'oliva

Allergeni:



Il Regolamento CEE sulle indicazioni di allergeni negli alimenti

A decorrere dal 13 Dicembre 2014 è entrato in vigore il **Regolamento CE 1196/2011** che prevede, tra le altre cose, l'obbligatorietà di informare i consumatori della presenza nei prodotti alimentari di sostanze che possono provocare allergie o intolleranze definite Allergeni.

Tabella degli allergeni

- | | |
|--|--|
| 1) Cereali contenenti glutine (grano, segale, orzo, avena, farro kamut ed i loro ibridati) e prodotti derivati da questi; | noci di acajù (anacardium occidentale) , noci pecan (carya illinoises), noci del brasile (bertholletia excelsa), |
| 2) crostacei e prodotti derivati | pistacchi (pistacia vera), noci del Queensland (macadamia ternifolia) e prodotti derivati; |
| 3) Uova e prodotti a base di uovo; | 9) Sedano e prodotti derivati; |
| 4) Pesce e prodotti a base di pesce; | 10) Senape e prodotti derivati; |
| 5) Arachidi e prodotti a base di arachidi; | 11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo; |
| 6) Soia e prodotti a base di soia; | 12) Anidride solforosa e solfiti; |
| 7) Latte e prodotti a base di latte; | 13) Lupino e prodotti a base di lupino; |
| 8) Frutta a guscio: mandorle (amigdalus comunis), nocciole (corylus avellana),noci comuni (juglans regia), | 14) Molluschi e prodotti a base di molluschi. |

Cosa fare per richiedere una dieta alimentare speciale

Le famiglie dei bambini ai quali il medico ha prescritto un regime alimentare speciale, ad esempio per sospetta o accertata intolleranza o un' allergia ad una qualche sostanza alimentare, possono fare richiesta di dieta speciale all'ufficio Pubblica Istruzione presentando l' apposito modulo (disponibile presso l'ufficio o scaricabile al seguente indirizzo : <http://www.comunequarrata.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/56#e3d0bf> compilato e firmato dal medico, che individui e specifichi tutti gli alimenti da escludere dalla dieta.

La nostra Ristorazione scolastica... sempre alla ricerca del meglio !

* **I prodotti di qualità**, oltre a quelli presenti già da tempo, scelti negli scorsi anni, utilizzeremo anche quelli richiesti dal nuovo appalto per la fornitura dei prodotti alimentari.

Sono a **produzione biologica** tutta la **frutta**, la **verdura** e gli **ortaggi** freschi; tutte le **uova**, fresche e pastorizzate, e tutti i **legumi**.

Anche una parte dei preparati a base di **pomodoro** sono di produzione **biologica**, mentre tutte le **verdure surgelate** (spinaci, bietole, piselli, fagiolini) sono ora di **produzione biologica**.

I formaggi, Grana, Pecorino e Asiago, sono **certificati DOP**, lo **yogurt** ed il **latte** sono **biologici**.

Il **prosciutto cotto** è italiano di **Alta Qualità**. La pasta alimentare ed il riso sono **biologici**, tutta la **carne** è a filiera italiana; una parte è a produzione tradizionale, una parte proviene da allevamenti **biologici** ed una parte è a marchio **Chianina-Igp**.

Il pesce surgelato è principalmente a marchio **“MSC – Pesca sostenibile”**.

Per tutti i condimenti e le preparazioni alimentari viene utilizzato **“olio extra vergine d’oliva Toscano-IGP”**.

I prodotti preparati per i menù a **“Chilometro toscano”** sono in parte forniti dall’Associazione Coldiretti di Pistoia ed in parte da produttori toscani, proveniendo così da **filiera corta regionale**.

I prodotti alimentari ed il pane utilizzati per i menù **“Tutto biologico”** ed **“Unico piatto biologico”** sono di produzione biologica, richiesti agli abituali fornitori ed in parte forniti da aziende indicate dal **“Biodistretto del Montalbano”**; l’olio usato per queste preparazioni è olio extra vergine di oliva IGP Toscano.

I prodotti alimentari richiesti per la ristorazione rispondono per la maggior parte, per quanto a tipologie e quantitativi, alle indicazioni dei Ministeri della Salute e dell’Ambiente che hanno individuato dei **Criteri Ambientali Minimi (CAM)** per la **Sostenibilità Ambientale dei consumi della Pubblica Amministrazione**.

Tutte le **schede tecniche** con le specifiche dei prodotti alimentari sono disponibili presso il Servizio Pubblica Istruzione.

** **Il Menù vario, equilibrato e stagionale**, è stato elaborato tenendo conto delle **Linee guida Regionali**, delle indicazioni dell’Usl e dei suggerimenti dei genitori della **Commissione Mensa**. L’obiettivo è quello di cercare di coniugare le abitudini dei bambini con la necessità di educare al gusto ed all’assaggio di preparazioni alimentari varie ed attente alla ricchezza della cucina italiana.

*** **I controlli**, oltre ai numerosi sopralluoghi mensili della Commissione Mensa e quelli dei genitori in visita, i controlli dell’Ufficio si avvarranno anche delle numerose analisi previste dal laboratorio incaricato dall’Amministrazione.

Ogni mese saranno effettuate analisi a campione sui pasti preparati in cucina, sui prodotti alimentari utilizzati e sulle attrezzature utilizzate per la preparazioni, oltre alle verifiche sulle procedure e sulla pulizia presso le cucine ed i refettori di tutti i plessi scolastici.

