

Servizi Educativi, Ristorazione, Infanzia e Sport

S.E.R.I.S. S.r.l.

Sede Amministrativa: Piazza Dante, 4 – 18100 Imperia

tel. 0183 701304 /701353

Menù della Ristorazione Scolastica - Anno Didattico 2020/2021

TABELLA ALIMENTARE SENZA CARNE

PRIMA SETTIMANA

dal 26/10 al 30/10 - dal 07/12 al 11/12- dal 18/01 al 22/01 - dal 01/03 al 05/03 - dal 12/04 al 16/04

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta al sugo	Pizza / Focaccia	Riso in bianco	Minestra(*) BIO	Pasta Ragù Vegetale
Omelette con formaggio	Nasello in umido *	Lenticchie in umido	Formaggio fresco	Bastoncini di pesce (*)
Broccoletti saltati (*)	Bietole * spadellate	Insalata / verza	Patate al forno	Carote julienne
Frutta	Frutta di stagione ***	Yogurt BIO	Frutta di stagione	Frutta di stagione

SECONDA SETTIMANA

dal 02/11 al 06/11- dal 14/12 al 18/12 - dal 25/01 al 29/01 - dal 08/03 al 12/03 dal 19/4 al 23/04

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Torta verde (*)	Lasagne al sugo	Pasta Olio	Gnocchi BIO(*) al pesto Bio	Passato di verdura BIO (*)
Formaggio fresco	Hamburger di soja *	Nasello alle erbe (*)	Omelette	Filetto di platessa (*) impanato
Fagiolini BIO (*) all'olio	Spinaci Bio saltati	Carote alla joulienne	Piselli Bio*	Purea di patate
Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Frutta di stagione	Frutta di stagione

TERZA SETTIMANA

dal 09/11 al 13/11 - dal 21/12 al 25/12 - dal 01/02 al 05/02 - dal 15/03 al 19/03 - dal 26/04 al 30/04

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta pesto Bio e pomodoro	Gnocchetti sardi al pomodoro ***	Pizza / focaccia	Risotto allo zafferano	Minestra Bio (*)
Tortino di pesce (*)		Formaggio fresco	Lenticchie	Omelette
Insalata / verza	fantasia di verdure (*) e legumi	Carote * al verde	Pomodori/ finocchi crudi	patate al verde
Frutta di stagione	Yogurt Bio	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino al cioccolato

QUARTA SETTIMANA

dal 16/11 al 20/11 - dal 28/12 al 01/01 - dal 08/02 al 12/02 dal 22/03 al 26/03 dal 03/05 al 07/05

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta al sugo	Gnocchi BIO (*) al pesto BIO ***	Minestra(*) con riso ***	Pasta alla crema di piselli (*)	Riso in bianco
Formaggio fresco	Tortino di pesce (*)	Tortino al formaggio	hamburger di soja *	Bastoncini di pesce(*)
Verdure (*) stufate	Insalata / verza	Carote alla joulienne	Broccoletti saltati (*)	Fagiolini BIO all'olio (*)
Torta Margherita	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt BIO	Frutta di stagione

QUINTA SETTIMANA

dal 23/11 al 27/11 - dal 04/01 al 08/01 - dal 15/02 al 19/02 - dal 29/3 al 2/04

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Trofie * al pesto	Torta verde (*)	Passato di verdure (*)	Risotto al pomodoro	Pasta all'olio
Tortino di patate	Mozzarella	Hamburger di soja *con patate	Lenticchie in umido	Anelli di totano *
finocchi	Fagiolini (*) all'olio	al forno	Carote joulienne	Insalata/verza
Frutta di stagione	Frutta di stagione	Crostata	Yogurt Bio	Frutta di stagione

SESTA SETTIMANA

dal 30/11 al 04/12- dal 11/01 al 15/01 - dal 22/02 al 26/02 - dal 05/04 al 09/04

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Pasta gratinata	Minestra (*) BIO	Pizza/focaccia	Pasta al sugo	Pasta all'olio
Mozzarella	Omelette alle erbe	Formaggio	Hamburger di soja(*)	Tortino di pesce (*)
Spinaci BIO*	Patate al verde	Carote Trifolate (*)	Piselli (*) in umido	Insalata/verza
Frutta di stagione	Yogurt Bio	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino alla Vaniglia

Note:

- Il menù comprende sempre pane, acqua minerale.
- Il “tortino di verdure” deve esser realizzato senza sfoglia; mentre la “torta di verdure” ha la sfoglia.
- Tutti gli alimenti utilizzati sono privi di O.G.M.
- Una volta la settimana compatibilmente con le disponibilità di mercato viene servita frutta o verdura biologica.
- In tutte le cucine viene utilizzato solamente Olio extra vergine di oliva.
- Le carni bovine provengono esclusivamente da animali nati, allevati e macellati in Italia di età inferiore ai 12 mesi.
- Alcuni ingredienti dei piatti contrassegnati con un asterisco sono surgelati.
- Il menù potrà subire modifiche o variazioni per cause di forza maggiore o legate alle forniture e alla stagionalità delle verdure .
- Si ricorda che al fine di ottimizzare l'apporto nutrizionale, i contorni di verdura saranno alternati secondo la stagionalità

*** piatto a sorpresa

3 settimana RAVIOLI SOLA VERDURA ALL'OLIO E SALVIA martedì 2 FEBBRAIO
 2 settimana POLENTA AL SUGO Martedì 26 GENNAIO
 5 settimana COLOMBA PASQUALE verrà distribuita Martedì 30 MARZO
 1 settimana VELLUTATA DI ZUCCA mercoledì 29 OTTOBRE
 3 settimana MARTEDI 22 DICEMBRE verrà distribuito il Pandoro
 N.B IL PIATTO A SORPRESA SARA' PREPARATO IN BASE ALLA STAGIONALITA' DEI CONTENUTI

Alimenti allergeni

Con il Decreto Legislativo 114/2006 è stato stilato un elenco di sostanze considerate allergeni:

- 1 cereali contenenti GLUTINE
- 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
- 8 FRUTTA A GUSCIO (mandorle, nocciole, noci etc) 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 concentrazione SUPERIORI a 10mg/l
- 13 LUPINI e prodotti derivati
- 14 MOLLUSCHI e prodotti derivati

Per preparare i piatti che sono approvati dall'ASL (menù estivo e menù invernale) NON SONO USATE le seguente sostanze:

CROSTACEI, ARACHIDI, SOIA, FRUTTA a GUSCIO, SEMI DI SESAMO, LUPINI e MOLLUSCHI.

Non si utilizzano altresì prodotti derivati dalle materie prime in elenco.

A titolo di eccezione per un menù speciale (per insegnanti/personale o nei menù non di servizio) si possono utilizzare una o più tra le sostanze indicate.

Pietanze contenenti sostanze allergene presenti nei menù:

- 1 Il GLUTINE si trova nella farina per cui si trova nel PANE, nella PASTA, nella PIZZA, negli GNOCCHI di PATATE e GNOCCHI alla ROMANA, nelle carni IMPANATE, nel pesce IMPANATO, DORATO e GRATINATO, nelle TORTE e salate; possono esserci tracce di GLUTINE nella POLENTA
- 2 Le UOVA sono utilizzate per la preparazione di OMELETTES, delle carni IMPANATE, del pesce IMPANATO e/o GRATINATO, delle TORTE salate e dolci. Il FORMAGGIO GRATTUGIATO usato nei vari piatti contiene lisozima, proteina naturale dell'uovo.
- 3 Il PESCE è servito come secondo piatto (tonno, platessa, nasello, bastoncini, totano, seppie, etc).
- 4.a Il LATTE è utilizzato per la preparazione delle OMELETTES, della PUREA di patate, della salsa besciamella, di alcuni DESSERTS.
- 4.b I derivati del LATTE sono YOGURT, BUDINI, BURRO (nella salsa besciamella, torta salata e dolce, gnocchi, nel purè di patate ..), PANNA (in certi DESSERTS), FORMAGGI, FORMAGGIO GRATTUGIATO;
- 4.c Altri derivati del LATTE si possono trovare nel PROSCIUTTO e nel PESTO.
- 5.a Il SEDANO preparato come verdura cotta o cruda ed è utilizzato nelle MINESTRE;
- 5.b Il SEDANO è utilizzato per il BRODO VEGETALE e serve per la preparazione della salsa della pasta al ragu' vegetale, della salsa dei sughi

per tutte le carni, dei vari RISOTTI. Gli unici piatti di carne/pesce che NON contengono selenio nella preparazione sono: La carne ai ferri la carne IMPANATA, l'Hamburger, il pesce impanato, gratinato, le seppie con patate.

6 La percentuale di ANIDRIDE SOLFOROSA e SOLFITI nel vino è superiore a 10mg/l ma la quantità di vino utilizzato in cucina è talmente limitata che la concentrazione presente nel piatto finito non è rilevante.

