



Comune di Pavana

Cooperativa Italiana di Ristorazione – Area Emilia Est -Sede di Bologna - Via Largo Bartolo Nigrisoli, 2

Centro Produzione Pasti: CUCINA OSPEDALE VERGATO – Tel. 051/6749251 Fax. 051/910177



## MENU' PRIMAVERA-ESTATE 2025

### SCUOLA PRIMARIA - SENZA GLUTINE

**LUNEDI'**

**MARTEDI'**

**MERCOLEDI'**

**GIOVEDI'**

**VENERDI'**

#### *Prima settimana*

Penne s/glutine con pomodorini e basilico  
Sformatino uova e grana  
Fagiolini al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Fusilli s/glutine olio e grana  
Merluzzo al vapore  
Zucchine al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Tortiglioni s/glutine al pomodoro  
Tonno in scatola  
Insalata e carote julienne  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Crema di zucchine con riso  
Pollo arrosto  
Piselli al burro  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Fusilli s/glutine al pomodoro  
Prosciutto cotto  
Carote prezzemolate  
Crackers s/glutine e frutta fresca

#### *Seconda settimana*

Penne s/glutine con salsa di zucchine e prosciutto  
Sformatino uova e grana  
Carote a julienne  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Riso al pomodoro  
Merluzzo al vapore  
Carote al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Tortiglioni s/glutine olio e grana  
Bistecca di pollo ai ferri  
Zucchine alla menta  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Penne s/glutine al pomodoro  
Mozzarella  
Piselli al burro  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Crema di porri con riso  
Fesa di tacchino affettata  
Insalata  
Crackers s/glutine e frutta fresca

#### *Terza settimana*

Penne s/glutine al pomodoro  
Sformatino uova e grana  
Fagiolini al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Fusilli s/glutine al pomodoro  
Mozzarella  
Zucchine al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Crema di carote con riso  
Tonno in scatola  
Insalata e carote a julienne  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Penne s/glutine al pomodoro  
Pollo arrosto  
Fagiolini al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Fusilli s/glutine olio e grana  
Merluzzo al vapore  
Carote prezzemolate  
Crackers s/glutine e frutta fresca

#### *Quarta settimana*

Riso zucchine e prosciutto  
Sformatino con porri e patate  
Insalata e carote julienne  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Crema di patate con riso  
Tonno in scatola  
Carote al vapore  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Tortiglioni s/glutine olio e grana  
Bistecca di pollo ai ferri  
Zucchine alla menta  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Penne s/glutine con pomodorini e basilico  
Prosciutto cotto  
Purè di patate  
Crackers s/glutine e frutta fresca

Fusilli s/glutine olio e grana  
Merluzzo olio e prezzemolo  
Insalata  
Crackers s/glutine e frutta fresca

## L'EQUILIBRIO NUTRIZIONALE DEL MENU SCOLASTICO

I criteri di riferimento per la formulazione delle tabelle dietetiche e dei menu scolastici seguono gli orientamenti proposti dalla più recente revisione dei LARN (Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti 2014) e le LINEE GUIDA per una SANA ALIMENTAZIONE ITALIANA (revisione 2003), compatibilmente con le grammature fissate dal capitolato d'appalto.

|                 | Calorie giornaliere | Calorie del pasto |
|-----------------|---------------------|-------------------|
| Scuola Infanzia | 1493 ± 5%           | 747*              |
| Scuola Primaria | 1835 ± 5%           | 734               |

\*Pranzo e Merenda: Pranzo: 40% delle calorie totali Merenda: 10% delle calorie totali

## SUGGERIMENTI PER GLI ALTRI PASTI DELLA GIORNATA

Per la prima colazione e la merenda preferire alimenti energetici, facilmente digeribili. come:

- pane, fette biscottate, biscotti secchi, fiocchi di cereali, con eventuale aggiunta di piccole quantità di miele o marmellata: forniscono energia di pronta e facile utilizzazione;
- yogurt e latte assicurano un buon apporto di calcio e proteine;
- frutta (anche sotto forma di frullati): garantisce vitamine, minerali e fibre.

Durante la mattina privilegiare ingredienti poco energetici, come la frutta fresca, che non compromettono l'appetito per il pranzo.

A cena completare con varietà e fantasia il pranzo scolastico, consultando il menù e scegliendo ingredienti diversi da quelli già consumati.

## DIETE PARTICOLARI

**Dieta in bianco** senza certificato medico per leggera indisposizione: può essere prenotata giornalmente, per 1 o 2 giorni consecutivi.

**Dieta speciale** per patologia, allergia o intolleranza con certificato medico: esclusivamente per bambini o adulti che necessitano di un'alimentazione mirata a prevenire e/o curare specifiche patologie (allergie alimentari, diabete, ecc.).

**Diete personalizzate** motivate da particolari esigenze personali e/o etico-religiose, disponibili su richiesta scritta degli utenti, avallata dall'amministrazione comunale.

## CONDIMENTI

- Grana Padano stagionato 10 mesi per insaporire i primi piatti.
- olio extra vergine d'oliva per il condimento a crudo ed in minima quantità a fine cottura.
- sale fortificato con iodio, succo di limone, erbe aromatiche, brodo vegetale.  
Non vengono utilizzati alimenti precotti, spezie, preparati per brodo, additivi quali conservanti e/o coloranti.

## LA COTTURA DEI CIBI

Tutti gli alimenti vengono cucinati al mattino, immediatamente prima del consumo dei pasti.

**Nessun alimento viene sottoposto a frittura.**

## LE NOSTRE MATERIE PRIME

### **PRODOTTI BIOLOGICI:**

pasta di semola\*, riso parboiled, legumi secchi\* (fagioli, ceci e lenticchie), cereali (orzo e farro), farina di grano tipo 0\* e 00\*, farina di mais\*, farina di mais per polenta istantanea, pane grattugiato\*, succo limpido di mela\*, succo limpido di arancia\*.

### **PRODOTTI DOP e IGP:**

Prosciutto di Modena, Grana Padano grattugiato, Grana Padano monodose da gr5, Parmigiano Reggiano cubotto da gr40

### **ALTRI PRODOTTI UTILIZZATI CON CARATTERISTICHE RILEVANTI:**

Prosciutto cotto di prima qualità senza polifosfati, lattosio, caseinati, glutine, inserito nel prontuario AIC. Tutte le carni provengono da animali nati e allevati in Italia.

*\*Materie prime utilizzate per la produzione del seguente menù certificate da agricoltura biologica.*

**CIR food è impegnata a garantire l'utilizzo di materie prime alimentari senza ingredienti modificati geneticamente (OGM).**

**SI INFORMANO I GENTILI CLIENTI CHE GLI ALIMENTI SOMMINISTRATI PRESSO QUESTO ESERCIZIO POSSONO CONTENERE UNO O PIU' DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO. Elenco degli allergeni alimentari (ai sensi del Reg. UE 1169/11 -allegato II e s.m.i.): Cereali contenenti glutine (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati), crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte, lattosio, frutta a guscio (cioè mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci macadamia), sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi e tutti i derivati dei prodotti in elenco. Si invitano i consumatori allergici ad uno o più degli allergeni sopra riportati a richiedere informazioni sugli ingredienti utilizzati al personale.**

## **CERTIFICAZIONI DI QUALITÀ E SISTEMA DI AUTOCONTROLLO HACCP**

La Cooperativa Italiana di Ristorazione ha ottenuto nel Giugno del 1997 la certificazione del Sistema di Gestione della Qualità secondo la norma UNI EN ISO 9001, aggiornata nel 2009 rispetto alla nuova versione 2008. Nel 2003 ha conseguito la Certificazione del Sistema di Gestione Ambientale ai sensi della norma UNI EN ISO 14001:2004. In conformità al Reg. CE 852/04, le cucine CIR food applicano un Sistema di Autocontrollo progettato e sviluppato sui principi del sistema HACCP, certificato in 4 cucine centrali ai sensi della norma UNI 10854. Il Sistema di Autocontrollo, che comprende anche sistematici processi di analisi e controllo, è applicato in tutte le unità di produzione e vendita a gestione diretta, come garanzia della sicurezza igienico sanitaria del prodotto/servizio erogato. CIR food nel 2007 ha conseguito la Certificazione del Sistema di Gestione della Sicurezza Alimentare, secondo la norma UNI EN ISO 22000, applicato a realtà produttive diffuse in tutto il territorio nazionale. Dal 2009 è stato aggiunto ai sistemi certificati quello relativo alla Responsabilità Sociale secondo la norma SA8000 e dal giugno 2010 la certificazione BS OHSAS 18001 relativa al Sistema di Gestione per la Salute e Sicurezza sul Lavoro; dal 2011 è attiva la Certificazione UNI EN ISO 22005:2008 relativa alla Rintracciabilità nelle filiere Agroalimentari, essa è applicata ad un Centro di Preparazione Pasti dedicato alla ristorazione scolastica e socio-assistenziale. Tutti i sistemi sopra indicati sono integrati nel Sistema Qualità ISO 9001, esteso ed applicato ai diversi segmenti di attività in cui CIR food opera ed a tutte le unità di produzione e vendita attive sul territorio nazionale.