

Comune di Mirto-Crosia
Menù Dietetico Anno 2024-2025
Menù Autunno/Inverno
(Nuovo appalto)

Menù vitto comune Crosia Infanzia-Primaria-SecondariaMenù **Autunno/Inverno**

	PRIMA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/	SECONDA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/	TERZA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/	QUARTA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/
Lunedì	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto (da alternare con fesa di tacchino) Piselli in umido Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Gateau di patate Fagiolini all'olio Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta con sugo alla bolognese Ricotta Insalata mista Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta, olio e parmigiano Polpette di vitello al sugo Piselli e carote Pane di tipo 0 Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Martedì	Minestrone con riso Cotoletta di petto di pollo (o tacchino) Purea di patate Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Coscia di pollo al forno Patate al forno Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli Scaloppina di maiale al limone Fagiolini all'olio Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Coscia di pollo al forno Purea di patate Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Mercoledì	Lasagna al forno Formaggio cremoso Insalata mista Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta e piselli Spezzatino di vitello in umido Bietola all'olio Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Risotto al pomodoro Prosciutto cotto (da alternare con fesa di tacchino) Insalata verde Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta e patate Provola Insalata mista Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Giovedì	Pasta al pesto Hamburger di vitello Carote prezzemolate Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Risotto con zucca Mozzarella*** Insalata verde Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Lasagna al pesto Hamburger di vitello (o tacchino) Purea di zucca Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta o riso e lenticchie Filetto di platessa gratinato Fagiolini al burro Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Venerdì	Pasta e ceci Crocchette di merluzzo Spinaci all'olio Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta al sugo di tonno Filetto di platessa al limone Carote gratinate Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Minestra con pasta Merluzzo alla mediterranea Patate al forno Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione	Pasta al sugo di tonno Gateau di patate Spinaci gratinati Pane tipo 0 Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:

***per le sole SCUOLE MEDIE da alternare con altri formaggi

Approvato da:
Vivenda S.p.A.
Il Servizio Dietetico Aziendale
VIVENDA SPA
Via Francesco Antolisei, 25
00135 ROMA
P. I.: 07864721001



Menù per Allergia al glutine (Celiachia)
Menù Autunno/Inverno

NOMINATIVO																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

	PRIMA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/	SECONDA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/	TERZA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/	QUARTA SETTIMANA DAL __/__/AL __/__/
Lunedì	Pasta s/g al pomodoro Prosciutto cotto s.p. s/g (da alternare con fesa di tacchino s/g o bresaola) Piselli** s/g in umido c/aromi s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Gateau di patate c/pangr. s/g, c/prosc. cotto s/g e c/solo uova fresche Fagiolini all'olio Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g con sugo alla bolognese c/aromi s/g Ricotta Insalata mista Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g , olio e parmigiano Polpette di vitello al sugo c/pangr. s/g, c/solo uova fresche, c/aromi s/g Piselli**s/g e carote c/aromi s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Martedì	Minestrone fatto da noi s/g e con riso Cotoletta di petto di pollo (o tacchino) c/pangr. s/g, c/solo uova fresche Purea di patate solo c/patate fresche Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g al pomodoro Coscia di pollo al forno c/aromi s/g Patate al forno c/aromi s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli** s/g e brodo veg. Fatto da noi s/g Scaloppina di maiale al limone c/farina s/g Fagiolini all'olio Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g al pomodoro Coscia di pollo al forno c/aromi s/g Purea di patate solo c/patate fresche Pane s/g Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:

***per le sole SCUOLE MEDIE da alternare con altri formaggi

Mercoledì	Lasagna s/g c/prosc. cotto s/g al forno Formaggio cremoso Insalata mista Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g e piselli**s/g e brodo veg. Fatto da noi s/g Spezzatino di vitello in umido c/brodo veg. Fatto da noi s/g e aromi s/g Bietola all'olio Pane s/g Frutta fresca di stagione	Risotto al pomodoro Prosciutto cotto s.p. s/g (da alternare con fesa di tacchino s/g o bresaola) Insalata verde Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g e patate e brodo veg. Fatto da noi s/g Provola Insalata mista Pane s/g Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Giovedì	Pasta s/g al pesto s/g Hamburger di vitello c/pangr. s/g c/aromi s/g c/uova fresche Carote prezzemolate c/aromi s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione	Risotto con zucca e brodo veg. Fatto da noi s/g Mozzarella*** Insalata verde Pane s/g Frutta fresca di stagione	Lasagna s/g al pesto s/g, c/besciamella fatta da noi c/farina s/g Hamburger di vitello (o tacchino) c/pangr. s/g c/aromi s/g c/uova fresche Purea di zucca c/solo patate fresche Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g o riso e lenticchie**s/g e brodo veg. Fatto da noi s/g Filetto di platessa gratinato c/pangr. s/g c/aromi s/g Fagiolini al burro Pane s/g Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:
Venerdì	Pasta s/g e ceci** s/g e brodo veg. Fatto da noi s/g Crocchette di merluzzo fatte da noi c/pane s/g, uova solo fresche e pangr. s/g c/aromi s/g Spinaci all'olio Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g al sugo di tonno s/g Filetto di platessa al limone c/farina s/g Carote gratinate c/pangr. s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione	Minestra fatto da noi s/g con pasta s/g Merluzzo alla mediterranea c/olive s/g Patate al forno c/aromi s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione	Pasta s/g al sugo di tonno s/g Gateau di patate c/pangr. s/g, c/prosc. cotto s/g e c/solo uova fresche Spinaci gratinati c/pangr. s/g Pane s/g Frutta fresca di stagione
	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:	Eventuali variazioni:

Indicazioni dietetiche per celiachia: è vietata la somministrazione di qualsiasi alimento non presente in menù;

Utilizzare sempre il prontuario AIC per gli alimenti non specificati.

Preparare e cuocere tutti gli alimenti separatamente dal vitto comune;

Utilizzare pentole e utensili solo ed esclusivamente per tali preparazioni;

PER LE PREPARAZIONI E PER LA COTTURA NON DEVONO ESSERE UTILIZZATE FARINE O DERIVATI DEL GRANO, DELLA SEGALE, DELL'AVENA E DELL'ORZO (Pane comune, pangrattato, crackers, pasta secca ecc.).

Non deve essere utilizzato per le preparazioni: glutammato di sodio (dadi ed estratti di carne); Alimenti addizionati con amido o malto; Salse o sughi pronti; Sottilette, formaggini, formaggi a fette o fusi da spalmare, budini e

***per le sole SCUOLE MEDIE da alternare con altri formaggi

creme, yogurt ai cereali o al malto o ai biscotti; Salumi insaccati (mortadella, salame, wurstel); Dolci o derivati contenenti malto e amido.

Non devono essere utilizzati prodotti con impanature, salse o minestrone previa un'attenta lettura delle etichette o di cui non si conoscano tutti gli ingredienti.

Utilizzare solo pasta – riso s/glutine e pane s/glutine e pangrattato s/glutine.

***I legumi non devono CONTENERE NESSUN ALLERGENE (Ad. es. MARCA SELECT).*

**Leggere attentamente l'etichette di ogni prodotto confezionato prima dell'utilizzo.*

Utilizzare pentole e utensili destinate solo ed esclusivamente per tali preparazioni; Preparare e servire le diete separatamente dal vitto comune sia fisicamente che temporalmente.

Approvato da:

Coop. di Lavoro Solidarietà e Lavoro soc. coop.

Il Servizio Dietetico Aziendale

COOPERATIVA SOLIDARIETA' E LAVORO Soc. Coop. a r.l.
Via Caduti Strage di Bologna, 5 - 70125 BARI
C.F. 08080960580 - P.IVA 01953711007

ASP DI COSENZA
Dipartimento di Prevenzione
R.O.S.S.A.N.O.
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Dietista: Dr.ssa Crivini Francesca

ASP COSENZA
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O.C. IGIENE ALIMENTI E
NUTRIZIONE S.I.A.N.
AMBITO JONTO - IL RESPONSABILE:
DOTT. PERRI PIETRO L.