



CITTÀ DI
CASTELFRANCO
EMILIA

MENÙ SCOLASTICO
PRIMAVERA - ESTATE
A.E. 2021/2022

IN VIGORE DAL 01/09/2021
AL 29/10/2021

CIRFOOD

camst
group | Più di una scelta



Vido Lattanti

Settimana 01

dal 06/09/21 al 10/09/21 - dal 11/10/21 al 15/10/21

GIORNI	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA
LUNEDÌ	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.	Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di pollo frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Patate a vapore.	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.
MARTEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**.	
MERCOLEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta*.	
GIOVEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di tacchino frullata <i>oppure</i> Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**.	
VENERDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Zucchine a vapore.	

PRIMO: pastina di piccolissimo formato (sabbiolina *oppure* forellini micron *oppure* puntine) condita con poco olio extra v.oliva + vaschetta di brodo vegetale* costituito dalla sola acqua di cottura di patate, carote e zucchine.

SECONDO: omogeneizzato di carne, alternati settimanalmente manzo, pollo, agnello, coniglio, tacchino.

CONTORNO:** alternare patate, zucchine, carote, bietola lessate e frullate.

OMOGENEIZZATO DI FRUTTA: alternati omogeneizzati di mela, pera e banana.

Settimana 02

dal 13/09/21 al 17/09/21 - dal 18/10/21 al 22/10/21

GIORNI	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA
LUNEDÌ	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.	Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
MARTEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
MERCOLEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Prosciutto cotto frullato <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta*	
GIOVEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di pollo frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
VENERDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di tacchino frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	

PRIMO: pastina di piccolissimo formato (sabbiolina *oppure* forellini micron *oppure* puntine) condita con poco olio extra v.oliva + vaschetta di brodo vegetale* costituito dalla sola acqua di cottura di patate, carote e zucchine.

SECONDO: omogeneizzato di carne, alternati settimanalmente manzo, pollo, agnello, coniglio, tacchino.

CONTORNO:** alternare patate, zucchine, carote, bietola lessate e frullate.

OMOGENEIZZATO DI FRUTTA: alternati omogeneizzati di mela, pera e banana.

Settimana 03

dal 20/09/21 al 24/09/2021 - dal 25/10/21 al 29/10/21

GIORNI	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA
LUNEDÌ	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.	Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
MARTEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Patate al vapore.	
MERCOLEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
GIOVEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di bovino frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
VENERDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	

PRIMO: pastina di piccolissimo formato (sabbiolina *oppure* forellini micron *oppure* puntine) condita con poco olio extra v. oliva + vaschetta di brodo vegetale* costituito dalla sola acqua di cottura di patate, carote e zucchine.

SECONDO: omogeneizzato di carne, alternati settimanalmente manzo, pollo, agnello, coniglio, tacchino.

CONTORNO:** alternare patate, zucchine, carote, bietola lessate e frullate.

OMOGENEIZZATO DI FRUTTA: alternati omogeneizzati di mela, pera e banana.

Settimana 04

dal 27/09/21 - al 01/10/21

GIORNI	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA
LUNEDÌ	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.	Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di pollo frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.
MARTEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
MERCOLEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
GIOVEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
VENERDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Carote al vapore.	

PRIMO: pastina di piccolissimo formato (sabbiolina *oppure* forellini micron *oppure* puntine) condita con poco olio extra v. oliva + vaschetta di brodo vegetale* costituito dalla sola acqua di cottura di patate, carote e zucchine.

SECONDO: omogeneizzato di carne, alternati settimanalmente manzo, pollo, agnello, coniglio, tacchino.

CONTORNO:** alternare patate, zucchine, carote, bietola lessate e frullate.

OMOGENEIZZATO DI FRUTTA: alternati omogeneizzati di mela, pera e banana.

Settimana 05

dal 01/09/21 - al 03/09/21

dal 04/10/21 - al 08/10/21

GIORNI	COLAZIONE	PRANZO	MERENDA
LUNEDÌ	Omogeneizzato di frutta (pera <i>oppure</i> mela <i>oppure</i> banana), <i>oppure</i> banana, <i>oppure</i> mousse di frutta.	Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
MARTEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di tacchino frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
MERCOLEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Carne di maiale frullata <i>oppure</i> omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
GIOVEDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	
VENERDÌ		Pastina PICCOLISSIMA Olio Evo + Brodo Vegetale*. Omogeneizzato di carne. Verdura cotta**	

PRIMO: pastina di piccolissimo formato (sabbolina *oppure* forellini micron *oppure* puntine) condita con poco olio extra v.oliva + vaschetta di brodo vegetale* costituito dalla sola acqua di cottura di patate, carote e zucchine.

SECONDO: omogeneizzato di carne, alternati settimanalmente manzo, pollo, agnello, coniglio, tacchino.

CONTORNO:** alternare patate, zucchine, carote, bietola lessate e frullate.

OMOGENEIZZATO DI FRUTTA: alternati omogeneizzati di mela, pera e banana.

L'equilibrio nutrizionale del menù 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)**, le **Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia Romagna (n.56 /2009)**, le **Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica (Ministero della salute, 2010)** e le **LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE (crea, revisione 2018) compatibilmente con le grammature fissate dal capitolato d'appalto.**

	<i>Calorie giornaliere</i>	<i>Calorie del pranzo</i>
Nido d'infanzia	1000-1300	400-500
Scuola Infanzia	1400 - 1600	600-700
Scuola Primaria	1800 - 2000	800-900

Diete particolari

- **Dieta "in bianco"** (senza certificato medico): si può prenotare, **per non più di 3 giorni consecutivi**, per bambini o adulti con lieve indisposizione.
- **Dieta "speciale"** (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.).
- **Dieta "alternativa" per motivi etico-religiosi**: può essere richiesta, per iscritto, dalle famiglie interessate.

Principali ingredienti dei piatti con nomi di fantasia

Menù Primavera Estate

PASTA ALLA CAPRICCIOSA:

pomodori, pelati, olive e parmigiano reggiano.

PASTA ALLA MARINARA:

pomodoro, origano, aglio, prezzemolo, parmigiano reggiano.

PASTA ALLA MAMMA ROSA:

besciamella, pomodoro, parmigiano reggiano.

PASTA AL SUGO DEL PIRATA:

passata di pomodoro, capperi e acciughe e parmigiano reggiano.

PASTA AL RAGÙ DI MARE:

passata di pomodoro, merluzzo e seppioline.

INFORMATIVA SUGLI ALLERGENI

SI INFORMANO I GENTILI CLIENTI CHE GLI ALIMENTI CONTEMPLATI NEL MENU' 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,D.Lgs.109/92,88/2009 e s.m.i.).

Cereali contenenti **glutine** (cioè grano, segale, orzo, avena, farro, khorosankamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati. **Crostacei** e prodotti derivati. **Uova** e prodotti derivati. **Pesce** e prodotti derivati. **Arachidi** e prodotti derivati. **Soia** e prodotti derivati. **Latte** e prodotti derivati, incluso **lattosio**. **Frutta a guscio**, cioè mandorle, nocciole, noci comuni, noci di anacardi, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e prodotti derivati. **Sedano** e prodotti derivati. **Senape** e prodotti derivati. Semi di **sesamo** e prodotti derivati. **Anidride solforosa** e **solfiti** (possibilmente contenuti nei vini). **Lupini** e prodotti derivati. **Molluschi** e prodotti derivati.

Si invitano i consumatori allergici ad uno o più degli allergeni sopra riportati a richiedere informazioni sugli ingredienti utilizzati dal personale CAMST e CIR Food e ad attivare l'iter di richiesta del menù personalizzato per allergia/intolleranza.

CONDIMENTI

- **Parmigiano reggiano** per insaporire i primi piatti;
- **Olio extra vergine d'oliva biologico** per il condimento a crudo;
- **Olio di girasole**, in minima quantità, in cottura;
- **Sale fortificato con iodio**.

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.

Il sistema utilizzato per la produzione è quello definito **FRESCO-CALDO** che prevede il mantenimento di temperature specifiche per piatti caldi e freddi dal momento della cottura a quello del confezionamento del trasporto per garantirne la sicurezza igienica fino al momento del consumo.

Tecniche di preparazione, cottura e mantenimento:

Al fine di garantire ai nostri piatti, massima qualità organolettica ed elevato

valore nutrizionale, privilegiamo metodi di cottura semplici con utilizzo limitato di grassi grazie anche all'esperienza maturata dai nostri Chef in questi anni.

I metodi di cottura utilizzati sono:

COTTURA IN PENTOLA: consente la cottura di sughi, salse, ragù, besciamelle, purè. Il particolare fondo emisferico e il sistema di mescolamento assicurano una perfetta uniformità di cottura.

COTTURA AL FORNO (CALORE A SECCO): l'ottimale distribuzione del calore permette una cottura più facile e veloce per rosolare, cuocere, preservando la tenerezza della preparazione.

COTTURA A VAPORE (MEDIANTE FORNO): la cottura a vapore è un sistema ritenuto tra i più sani e dietetici, consente di cucinare senza sprecare nulla sia in termini di sapore, sia in termini di sostanze nutritive.

BOLLITURA: utilizzata per i tipi di cottura che necessitano la distribuzione del calore uniforme su tutta la superficie degli alimenti. Permette di mantenere i cibi leggeri e digeribili esaltandone i sapori.

COTTURA ALLA PIASTRA: la cottura su piastra con fry-top è utilizzata in casi in cui l'alimento deve subire una rosolatura o una grigliatura esterna (es. fettina, svizzera, ecc..)

Caratteristiche delle materie prime utilizzate

PRODOTTI BIOLOGICI: pane, pasta di semola, riso integrale, carne bovina, legumi secchi, ortaggi, olio extravergine di oliva, passata e pelati di pomodoro, uova, mele, arance, clementini e kiwi, confettura di frutta, succhi di frutta, yogurt, mozzarella, burro, latte intero (per colazioni e merende), cracker.

PRODOTTI A FILIERA CORTA: prosciutto crudo, prosciutto cotto, lonza di suino, mortadella, parmigiano, riso.

PRODOTTI IGP e DOP: Pesca e Nettarina di Romagna, Pera dell'Emilia Romagna, Prosciutto crudo e Modena di Parma, Grana Padano, Parmigiano Reggiano;

PRODOTTI EQUOSOLIDALI: cacao, zucchero.

ALTRE MATERIE PRIME FORNITE

Carne suina e avicunicola: fresca, ottenuta da animali sani, regolarmente sottoposti a visita veterinaria, provenienti da allevamenti nazionali e da stabilimenti di lavorazione italiani riconosciuti CE.

CAMST e CIR si impegnano a garantire l'utilizzo di materie prime alimentari senza ingredienti modificati geneticamente.