

COMUNE DI LIVORNO
TABELLA DIETETICA SCUOLE PRIMARIE MODULI A.S. 2017/2018
 (aggiornamento del 21 Luglio 2017)

Menù Autunno/Primavera (Settembre/Ottobre-Aprile/Maggio/Giugno)								
	SETTIMANA 1	SETTIMANA 2	SETTIMANA 3	SETTIMANA 4	SETTIMANA 5	SETTIMANA 6	SETTIMANA 7	SETTIMANA 8
L U N.	Fusilli al pesto Hamburger di carne rossa bio al pomodoro *Fagiolini Frutta *al vapore sett./ott./apr. *in insalata maggio/giugno	Riso vegetariano (carote e zucchine frullate) Stracchino Carote all'agro Frutta	Risotto alla milanese *Arista Finocchi filangè in pinzimonio Frutta *Al forno sett.-ott.-aprile *fredda olio e limone magg./giug.	Mezze penne al pomodoro Prosciutto cotto Pisellini, carote e mais Frutta	Vellutata di zucchine con orzo Platessa dorata Patatine prezzemolate Frutta	Mezze penne al pom.fresco e verdure frullate Prosciutto cotto Carotine al vapore Frutta	Passato di verdure e legumi con orzo Petto di pollo al limone Patine al vapore Frutta	Crema di carote e zucchine con riso Stracchino Patine sabbiose Frutta
M A R T.	Orzo alle zucchine Hamburger di carne rossa bio al pomodoro Carotine e finocchi filangè Frutta	Passato di verdure alla genovese con orzo Petto di pollo al limone Patine al vapore Frutta	Gnocchetti sardi al pesto *Arista Fagiolini al vapore Frutta *Al forno sett.-ott.-aprile *fredda olio e limone magg./giug.	Passato di verdure ai cereali misti Tacchino alle erbe aromatiche Insalatina di pomodori Frutta	Sedanini all'olio Polpettine di carne rossa bio al pomodoro Olive a rondelle Frutta	Sedanini al pomodoro e olive Pollo arrosto (sovracoscia disossata) Insalatina di pomodori Frutta	Sedanini alla crema di asparagi Petto di pollo al limone Carotine e finocchi filangè Frutta	Gnocchetti sardi al pesto Polpettine di legumi al pomodoro Olive a rondelle Frutta
M E R C.	Passato di verdure con pasta Fagioli all'uccelletto Crocchette di patate Frutta	Pennette all'olio Polpettine di carne rossa bio al pomodoro Olive a rondelle Frutta	Passato di verdure con riso Pizza margherita Frutta	Fusilli all'olio Frittatina al grana Padano Spinaci saltati Frutta	Lasagne al ragù di carne rossa bio Insalatina mista Crostatina alla marmellata di frutta	Risotto agli spinaci Polpettine di tacchino al pomodoro Olive a rondelle Frutta	Gnocchetti sardi alla sorrentina Frittatina al grana Padano *Spinaci saltati/ Insalatina di pomodori Frutta * in base alla stagione	Pennette all'olio *Arista Insalatina mista Frutta *Al forno sett.-ott.-aprile *fredda olio e limone magg./giug.
G I O V.	Riso all'olio Tacchino al forno Zucchine trifolate Frutta	Fusilli al pomodoro Prosciutto cotto Fagiolini al vapore Frutta	Sedanini al ragù di verdure Pollo al forno (sovracoscia disossata) Bietola saltata Frutta	Crema di carote con pastina Cotoletta di pollo Insalatina mista Frutta	Risotto agli aromi naturali Arista al forno Carotine e finocchi filangè Frutta	Passato di verdure e legumi con farro Mozzarella Patine arrosto Frutta	Mezze penne alla ligure Polpettine di carne rossa bio Zucchine trifolate Frutta	Passato di verdure con farro Spinacine della casa Insalatina di pomodori Frutta
V E N.	Sedanini al pom.fresco e basilico Polpettine di merluzzo e platessa al forno Insalatina mista Frutta	Riso al latte Spinacine della casa Insalatina verde e mais Frutta	Mezze penne al pom.fresco e basilico Hamburger di salmone e ricotta della casa Insalatina mista Frutta A richiesta della scuola: Zuppetta di sepioline e totanini con pane tostato	Risotto alla parmigiana Polpettine di pesce Zucchine trifolate Frutta	Gnocchetti sardi al pesto Medaglione di pesce grigliato al forno Insalatina di pomodori Frutta	Fusilli all'olio Frittatina al grana Padano Carotine e zucchine alla menta Frutta	Riso al pomodoro Platessa dorata *Insalatina mista o di pomodori Frutta * in base alla stagione	Fusilli al pomodoro Polpettine di pesce Bietola saltata Frutta
Dieta in bianco per disturbi transitori (non oltre tre giorni, senza certificazione)								
Primo: Riso all'olio Secondo: Carne bianca magra al vapore/alla piastra Contorno: Patate/carote al vapore Frutta: Banana o mela								

Ogni pasto è accompagnato da pane (escluso il mercoledì della 3^ settimana) e acqua minerale naturale

- **Prodotti biologici a filiera corta a Km 0 province Livorno -Pisa.:** pasta di semola, base per pizza;
- **Prodotti biologici a filiera corta regione Toscana.:** ceci, fagioli, farro, lenticchie, mozzarella;
- **Prodotti biologici a filiera corta nazionale:** carne rossa derivata da vitelloni alimentati con prodotti vegetali da agricoltura biologica, farina bianca, olio extravergine di oliva per il condimento a crudo, pomodori pelati, riso, frutta (albicocche, arance, clementini, kiwi, limoni, mandarini, mele, pere, pesche, pompelmi, prugne, susine, uva), burro, latte intero pastorizzato utilizzato in produzione, stracchino, minestrone surgelato per passati di verdura, piselli surgelati, uova pastorizzate ;
- **Prodotti convenzionali a filiera corta a Km 0 province Livorno -Pisa.:** crostatina di marmellata alla frutta, sale fino, focaccia, pane a fette, verdura (finocchi, melanzane, patate, pomodori, porri, zucchine.);
- **Prodotti convenzionali a filiera corta regione Toscana.:** acqua minerale naturale da 1, 5 litri, pancetta, pesto, ravioli, tortellini, verdura (bietola, spinaci, aglio, basilico, carote, zucca gialla), olio di semi di mais, orzo perlato, pasta all'uovo per lasagne;
- **Prodotti convenzionale di qualità selezionata:** pollame, suino, olio extravergine d'oliva utilizzato in produzione, pesce surgelato, prosciutto cotto prodotto con prosciutti freschi di suini selezionati (senza: polifosfati aggiunti, glutammato, glutine, caseinati, proteine del latte, proteine isolate di soia, lattosio), verdure surgelate e fresche non comprese nell'elenco del biologico;
- **Mercato Equo Solidale:** banane biologiche certificate;
- **D.O.P.:** grana padano;
- **I.G.P.:** farro biologico;

Note:

- 1) ogni fornitura di carne rossa bio è accompagnata dal documento di identificazione individuale per la specie bovina;
- 2) le Aziende di produzione pasti sono munite di attestato di idoneità allo stoccaggio, confezionamento e commercializzazione di prodotti da agricoltura biologica e sono controllate dal Consorzio per il Controllo dei Prodotti Biologici a norma del Reg. CE 834/2007.

Si attesta che gli apporti calorici dei menù proposti nella presente Tabella risultano, in termini di media settimanale, conformi alle indicazioni nutrizionali previste dalle Linee di Indirizzo Regionali per la Ristorazione scolastica (Delibera n°898 del 13.09.2016).

Si informano gli utenti che i prodotti presenti nel menù possono contenere uno o più allergeni indicati nell'allegato II del Reg. UE 1169/2011 come ingredienti e/o tracce derivanti da contaminazione crociata sito/processo. In caso di necessità, si invitano gli utenti a contattare il referente aziendale del centro di cottura.

La Dietista
 Responsabile Ufficio Qualità Prodotto e Sicurezza
 CIR food - Cooperativa Italiana di Ristorazione
 Alessa Alessandra Corzani

COMUNE DI LIVORNO
TABELLA DIETETICA SCUOLE PRIMARIE MODULI A.S. 2017/2018
 (aggiornamento del 21 Luglio 2017)

Menù Autunno-Inverno (da Novembre a Marzo)								
	SETTIMANA 1	SETTIMANA 2	SETTIMANA 3	SETTIMANA 4	SETTIMANA 5	SETTIMANA 6	SETTIMANA 7	SETTIMANA 8
L U N.	Tortellini al pomodoro Bocconcini di grana Spinaci saltati Frutta	Fusilli al pomodoro Bocconcino di pollo agli aromi Pisellini in brasiera Frutta	Brodo vegetale con pastina Hamburger di tacchino Patatine arrosto Frutta	Mezze penne al pomodoro Prosciutto cotto Pisellini, carote e mais Frutta	Rigatoni all'amatriciana Platessa dorata Carotine brasate Frutta	Vellutata di zucca con riso Cotoletta di pollo Patine prezzemolate Frutta	Brodo di carne rossa bio con riso Stracchino Patine arrosto Frutta	Mezze penne al pomodoro Frittatina al grana Padano Spinaci saltati Frutta
M A R T.	Brodo di carne rossa bio con pastina Pisellini in brasiera Crocchette di patate Frutta	Crema di carote e porri con pastina Bocconcino di pollo agli aromi Finocchi filangè in pinzimonio Frutta	Gnocchetti sardi all'ascaro Hamburger di tacchino Broccoletti al vapore Frutta	Passato di verdure con riso Frittatina al grana Padano Olive a rondelle Frutta	Risotto alla parmigiana Scaloppina di pollo al limone Spinaci saltati Frutta	Mezze penne al pomodoro Cotoletta di pollo Insalatina verde e mais Frutta	Gnocchetti sardi al pomodoro Pollo arrosto (sovracoscia disossata) Insalatina mista Frutta	Passato di verdure con orzo Spinacine della casa Patine al vapore Frutta
M E R C.	Sedanini all'olio Scaloppina di maiale al pomodoro Olive a rondelle Frutta	Lasagne al ragù di carne rossa bio Insalatina mista Crostatina alla marmellata di frutta	Passato di verdure e legumi con orzo Pizza margherita Frutta	Fusilli alla zucca Tacchino arrosto Broccoletti saltati Frutta	Brodo vegetale con pastina Fagioli all'uccelletto Crocchette di patate Frutta	Fusilli al pomodoro Polpettine di verdure al forno Insalatina mista Frutta	Mezze penne all'olio Polpettine di carne rossa bio con pomodoro Erbette saltate Frutta	Ravioli ricotta e spinaci alla salvia Polpettine di legumi al pomodoro Olive a rondelle Frutta
G I O V.	Passato di verdure con farro Polpettine di carne rossa bio Carotine e finocchi filangè Frutta	Risotto alla milanese Torta di ceci con focaccia Spinaci saltati Frutta	Risotto ai porri Arista al forno Bietola saltata Frutta	Crema di carote e porri con pastina Petto di pollo alla salvia Erbette saltate Frutta	Passato di verdura con orzo Tacchino agli aromi naturali Bietola saltata Frutta	Vellutata di porri e carote con riso Arista al forno Finocchi gratinati Frutta	Passato di verdure e legumi con farro Pizza margherita Frutta	Vellutata di porri e carote con pastina Scaloppina di pollo al latte Bietola saltata Frutta
V E N.	Riso al pomodoro Polpettine di platessa e merluzzo Insalatina mista Frutta	Vellutata di zucca con orzo Spinacine della casa Patine al vapore Frutta	Sedanini all'olio Hamburger di salmone e ricotta della casa Insalatina mista Frutta A richiesta della scuola: Zuppetta di seppioline e totanini con pane tostato	Riso al latte Medaglione di pesce grigliato al forno Insalatina mista Frutta	Fusilli all'olio Frittatina al grana Padano Olive a rondelle Frutta	Sedanini all'olio Bocconcino di merluzzo in salsina di odori misti Laghetto di carote Frutta	Risotto alla milanese Platessa dorata Carotine e finocchi filangè Frutta	Sedanini all'olio Zuppetta di seppioline e totanini con pane tostato Frutta A richiesta della scuola: Hamburger di salmone e ricotta della casa con insalatina mista

Dieta in bianco per disturbi transitori (non oltre tre giorni, senza certificazione)

Primo: Riso all'olio **Secondo:** Carne bianca magra al vapore/alla piastra **Contorno:** Patate/carote al vapore **Frutta:** Banana o mela

Ogni pasto è accompagnato da pane (escluso il giovedì della 2^a settimana, mercoledì della 3^a settimana e il giovedì della 7^a settimana) e acqua minerale naturale

- **Prodotti biologici a filiera corta a Km 0 province Livorno -Pisa.:** pasta di semola, base per pizza;
- **Prodotti biologici a filiera corta regione Toscana.:** ceci, fagioli, farro, lenticchie, mozzarella;
- **Prodotti biologici a filiera corta nazionale:** carne rossa trita derivata da vitelloni alimentati con prodotti vegetali da agricoltura biologica, farina bianca, olio extravergine di oliva per il condimento a crudo, pomodori pelati, riso, frutta (albicocche, arance, clementini, kiwi, limoni, mandarini, mele, pere, pesche, pompelmi, prugne, susine, uva), burro, latte intero pastorizzato utilizzato in produzione, stracchino, minestrone surgelato per passati di verdura, piselli surgelati, uova pastorizzate ;
- **Prodotti convenzionali a filiera corta a Km 0 province Livorno -Pisa.:** crostate di marmellata, sale fino, focaccia, pane a fette, verdura (finocchi, melanzane, patate, pomodori, porri, zucchine.)
- **Prodotti convenzionali a filiera corta regione Toscana.:** acqua, pancetta, pesto, ravioli, tortellini, verdura (bietola, spinaci, aglio, basilico, carote, zucca gialla), olio di semi di mais, orzo perlato, pasta all'uovo per lasagne;
- **Prodotti convenzionale di qualità selezionata:** pollame, suino, olio extravergine d'oliva utilizzato in produzione, pesce surgelato, crostate di marmellate alla frutta, prosciutto cotto prodotto con prosciutti freschi di suini selezionati, senza: polifosfati aggiunti, glutammato, glutine, caseinati, proteine del latte, proteine isolate di soia, lattosio, verdure surgelate e fresche non comprese nell'elenco del biologico;
- **Mercato Equo Solidale:** banane biologiche certificate;
- **D.O.P.:** grana padano;
- **I.G.P.:** farro biologico;

Note:

- 1) ogni fornitura di carne rossa bio è accompagnata dal documento di identificazione individuale per la specie bovina;
- 2) le Aziende di produzione pasti sono munite di attestato di idoneità allo stoccaggio, confezionamento e commercializzazione di prodotti da agricoltura biologica e sono controllate dal Consorzio per il Controllo dei Prodotti Biologici a norma del Reg. CE 834/2007.

Si attesta che gli apporti calorici dei menù proposti nella presente Tabella risultano, in termini di media settimanale, conformi alle indicazioni nutrizionali previste dalle Linee di Indirizzo Regionali per la Ristorazione scolastica (Delibera n°898 del 13.09.2016).

Si informano gli utenti che i prodotti presenti nel menù possono contenere uno o più allergeni indicati nell'allegato II del Reg. UE 1169/2011 come ingredienti e/o tracce derivanti da contaminazione crociata sito/processo. In caso di necessità, si invitano gli utenti a contattare il referente aziendale del centro di cottura.

La Dietista
 Responsabile Ufficio Qualità Prodotto e Sicurezza
 CIR food - Cooperativa Italiana di Ristorazione
 Alessa Alessandra Corzani