


| | | | | | |
|------------|---------------|------------------|---------------------------------|----------------|--|
| COMUNE DI: | SUZZARA | ANNO SCOLASTICO: | 2022/2023 | |  |
| | MENU': | | SEZIONE PRIMAVERA C/O ATLANTIDE | STAGIONALITA': | |
| | Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì |

| | | | | | |
|-------------|---|--|--------------------------------------|---|---|
| SETTIMANA 1 | Spuntino | | | | |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pranzo | | | | |
| | Crema di carote con farro (R) | Pasta all'olio | Crema di verdure miste e legumi * | Pasta al pesto genovese | Pasta al ragù di zucchini, carote e cipolla (R) |
| | Cotoletta di pollo | Erbazzone* | Pizza margherita | Polpette di legumi e zucca* | Cotoletta di platessa * |
| | Insalata verde | Spinaci alla parmigiana * | Insalata mista | Carote all'olio | Zucchini all'olio |
| | | Carote crude | | Pomodori | Insalata mista |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | |
| SETTIMANA 2 | Spuntino | | | | |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pranzo | | | | |
| | Riso alla parmigiana | Crema di fagioli cannellini con orzo (B) | Pasta al pesto trapanese | Crema di verdure miste e legumi * | Pasta alla ricotta e zafferano |
| | Bocconcini di pollo agli aromi | Arrosti di suino alle erbe | Frittata con spinaci * | Pizza margherita | Cotoletta di platessa * |
| | Carote prezzemolate | Patate all'olio | Zucchini gratinate | Carote crude | Spinaci alla parmigiana * |
| | Insalata mista | Cetrioli | Pomodori | | Insalata mista |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | |
| SETTIMANA 3 | Spuntino | | | | |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pranzo | | | | |
| | Pasta al ragù di zucchini, carote e cipolla (R) | Pasta al sugo di merluzzo (R) * | Pasta al pomodoro e aromi | Pasta al pesto di piselli e mandorle | Riso allo zafferano |
| | Mozzarella | Crocchette di zucchini* | Spezzatino di pollo agli aromi (B) | Filetto di platessa in crosta di mais * | Erbazzone* |
| | Erbette alla parmigiana * | Carote prezzemolate | Macedonia di verdure cotte * | Spinaci all'olio * | Zucchini all'olio |
| | Pomodori | Insalata verde | Cetrioli | Insalata mista | Carote crude |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | |
| | | | Torta alle mele (produzione interna) | | |
| SETTIMANA 4 | Spuntino | | | | |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pranzo | | | | |
| | Pasta al pesto genovese | Riso alle zucchini (B) | Pasta all'olio | Pasta al pesto trapanese | Pasta al ragù di zucchini, carote e cipolla (R) |
| | Polpette di legumi e zucca* | Scaloppina di pollo al limone | Fish burger di merluzzo * | Arrosti di suino al latte | Frittata al forno |
| | Carote gratinate | Erbette alla parmigiana * | Zucchini all'olio | Fagiolini all'olio * | Spinaci alla parmigiana * |
| | Insalata mista | Carote crude | Insalata verde | Pomodori | Carote crude |
| | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva | Frutta fresca estiva |
| | Pane | Pane | Pane | Pane | |

| | |
|------------|------------|
| Da | A |
| 10/04/2023 | 16/04/2023 |
| 08/05/2023 | 14/05/2023 |
| 05/06/2023 | 11/06/2023 |
| 03/07/2023 | 09/07/2023 |
| 31/07/2023 | 06/08/2023 |
| 28/08/2023 | 03/09/2023 |
| 25/09/2023 | 01/10/2023 |

| | |
|------------|------------|
| Da | A |
| 17/04/2023 | 23/04/2023 |
| 15/05/2023 | 21/05/2023 |
| 12/06/2023 | 18/06/2023 |
| 10/07/2023 | 16/07/2023 |
| 07/08/2023 | 13/08/2023 |
| 04/09/2023 | 10/09/2023 |
| 02/10/2023 | 08/10/2023 |

| | |
|------------|------------|
| Da | A |
| 24/04/2023 | 30/04/2023 |
| 22/05/2023 | 28/05/2023 |
| 19/06/2023 | 25/06/2023 |
| 17/07/2023 | 23/07/2023 |
| 14/08/2023 | 20/08/2023 |
| 11/09/2023 | 17/09/2023 |
| 09/10/2023 | 15/10/2023 |

| | |
|------------|------------|
| Da | A |
| 01/05/2023 | 07/05/2023 |
| 29/05/2023 | 04/06/2023 |
| 26/06/2023 | 02/07/2023 |
| 24/07/2023 | 30/07/2023 |
| 21/08/2023 | 27/08/2023 |
| 18/09/2023 | 24/09/2023 |
| 16/10/2023 | 22/10/2023 |

Il menù scolastico è stato redatto secondo le Linee Guida ATS VALPADANA e prevede:

- Utilizzo di **pane a ridotto contenuto di sale e senza strutto** / - Primi piatti con equilibrata presenza di preparazioni **asciutte e in brodo**, favorendo la **diversificazione dei cereali (pasta, riso, farro, mais, miglio, orzo)**.

- Secondi piatti a rotazione settimanale: **carne bianca** (colore **OCRA**), **pesce** (colore **AZZURRO**, almeno 1 volta a settimana), **legumi** (colore **VERDE** almeno 1 volta a settimana), **carne rossa** (colore **ROSSO**, bovino o suino, al massimo 2 volte al mese), **uova** (colore **GIALLO**, massimo 2 volte al mese), piatti a base di **formaggio** (colore **VIOLA**, massimo 3 volte al mese).

- Doppio contorno di verdure **crude e cotte** secondo stagionalità, servite come contorno (le tipologie indicate in menù potrebbero subire variazioni in base a stagionalità e disponibilità del fornitore)

- **Frutta fresca** secondo stagionalità

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO (MANDORLE, NOCCIOLE, NOCI, NOCI DI ACAGIU', 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 (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.