



REGIONE ABRUZZO
Azienda Sanitaria Locale n. 02 Lanciano-Vasto-Chieti
Via Martiri Lancianesi, 17/19 – 66100 CHIETI CF e PI 02307130696

SIAN

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Via S. Spaventa, 37 – 66034, Lanciano – Tel. 0872.706938 – PEC: sian.la@pec.asl2abruzzo.it
Via M. Polo, 55/A – 66054, Vasto (CH) – Tel. 0873/308624 – PEC: prevenzione.lancianovasto@pec.asl2abruzzo.it
Via N. Nicolini, 10 – 66100, Chieti – Tel. 0871.358995 – PEC: sian.chieti@pec.asl2abruzzo.it

Alla Dott.ssa [REDACTED]

[REDACTED]@comune.francavilla.ch.it

**OGGETTO: RISTORAZIONE SCOLASTICA – MENU INVERNALE -
COMUNE DI FRANCAVILLA AL MARE**

A seguito della Vs. richiesta si invia in allegato il menù invernale, debitamente vidimato, da adottare per l'anno scolastico in corso.

Cordialità.

Dott.ssa Valentina Traficante
Asl2Lanciano-Vasto-Chieti
SIAN Chieti
Settore Nutrizione
email: valentina.traficante@asl2abruzzo.it
tel.0871358995

MENU' 1° settimana INVERNALE GENERALE MENSE INFANZIA E PRIMARIE RISCO srl Francavilla al Mare 2023-2024

Giorno	Alimento	Infanzia gr	Primaria gr
lunedì	Pasta in brodo vegetale(1,3,9),polpette di maiale e vitello(1,7),bieta lessa con olio e limone(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro all'uovo quadrucci o conchigliette	60	70
	Verdure miste frullate(se surgelate almeno 8 ingredienti)	40	50
	Pomodori pelati	20	25
	Macinato di bovino e suino	50	60
	Parmigiano reggiano	5	10
	Latte a lunga conservazione UHT	q.b.	q.b.
	Pane grattugiato	15	20
	*Bieta	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
martedì	Pasta al pomodoro o pizza rossa(1,9),ciliegine di mozzarella(7),insalata di lattuga e carote(ortaggi/verdure di stagione),(frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro penne e mezze penne	60	70
	Pomodori pelati	40	50
	Pizza	100	120
	Ciliegine di mozzarella	60	100
	*Lattuga e carote	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
mercoledì	Pasta o sagnette con piselli(1,9),frittata con mozzarella(3,7),finocchi alla julienne(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro tubetti o sagnette	40	50
	Piselli	20	25
	Pomodori pelati	20	25
	<i>Uova fresche cat. A</i>	65	65
	Ciliegine di mozzarella	20	30
	*Finocchi	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
giovedì	Pasta all'ortolana(1,9),merluzzo gratinato al forno(1,4),insalata mista(ortaggi/verdure di stagione),dolce,frutta o purea di frutta,pane		
	Pasta di semola di grano duro fusilli	60	70
	Pomodori pelati	20	30
	*verdure miste(broccoli,verza,carote)	40(1:1:1)	50(1:1:1)
	Filetto di merluzzo	60	80
	Pane grattugiato	10	15
	*Insalata mista	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
venerdì	Risotto al pomodoro(7),bocconcini di tacchino croccanti(1),carote alla julienne(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Riso PARBOILED RIBE	60	70
	Pomodori pelati	40	50
	Tacchino	80	100
	Pane grattugiato	10	15
	*Carote	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
Si rende nota la presenza di allergeni nelle parentesi apposte nelle singole ricette(1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)Reg.UE n.1169/2011			
Razione di pane quotidiana (1)50 gr			
Parmigiano reggiano grattugiato(7) 5 gr			
Per frutta si intende quella fresca di stagione a rotazione tra le varietà presenti 150 gr			
Lo stesso vale per insalate e verdure utilizzando minimo tre varietà di pari q.tà			
Dolce(1,3,7) 50 gr o purea di frutta 100 gr			
*Nel caso di non reperibilità dell'alimento,verrà sostituito con equivalente verdura di stagione			
Si rende noto che i seguenti prodotti alimentari sono surgelati:minestrone di verdura,piselli,fagiolini,spinaci,cavolfiori, fagioli, pesce.			
Per le grammature attenersi alle indicazioni riportate nella allegata "nota alle grammature"			
Menu elaborati dalla Dott.ssa M.Gabriella Parigi Biologa Nutrizionista			

ASL 2 Lanciano-Vasto-Chieti
 Uff. degli Alimenti e della Nutrizione
 Dirigente Medico
 Dr.ssa Valentina TRAFICANTE

MENU' 2° settimana INVERNALE GENERALE MENSE INFANZIA E PRIMARIE RISCO srl Francavilla al Mare 2023-2024

Giorno	Alimento	Infanzia gr	Primaria gr
lunedì	Pasta al pomodoro e basilico(1,9),scaloppina di pollo(1),lattuga a striscioline(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro mezze maniche	60	70
	Pomodori pelati	40	50
	Petto di pollo	60	80
	Farina tipo "00"	10	15
	*Lattuga	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
martedì	Orzo o pasta con ceci(1,9),omelette(4),finocchi alla julienne(ortaggi/verdure di stagione),dolce o frutta o purea di frutta,pane		
	Pasta di semola di grano duro tubetti o orzo	40	50
	Ceci	20	25
	Pomodori pelati	20	25
	Uova fresche cat. A	65	65
	*Finocchi	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
mercoledì	Pasta con olio evo e parmigiano(1),fettina di maiale alla genovese(9),carote lesse(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro penne e mezze penne	60	70
	Suino	80	100
	Carote,sedano	qb	qb
	*Carote	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
giovedì	Riso al forno(7,9),primo sale(7),spinaci in padella(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Riso PARBOILED RIBE	60	70
	Parmigiano reggiano	20	30
	Formaggio a pasta filata	20	30
	Pomodori pelati	40	50
	Primo sale	60	80
	Spinaci	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
venerdì	Pasta con la zucca(1,9),polpette di pesce(1,3,4,7),insalata mista(ortaggi/verdure di stagione)frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro farfalle	60	70
	*Zucca	30	40
	Filetto di platessa o tonno al naturale	40	50
	Latte a lunga conservazione UHT	15	20
	Uova fresche cat. A	10	15
	Pane grattugiato	15	20
	*Insalata mista	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
Si rende nota la presenza di allergeni nelle parentesi apposte nelle singole ricette(1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)Reg.UE n.1169/2011			
Razione di pane quotidiana (1)50 gr			
Parmigiano reggiano grattugiato(7) 5 gr			
Per frutta si intende quella fresca di stagione a rotazione tra le varietà presenti 150 gr			
Lo stesso vale per insalate e verdure utilizzando minimo tre varietà di pari q.tà			
Dolce(1,3,7) 50 gr o purea di frutta 100 gr			
*Nel caso di non reperibilità dell'alimento,verrà sostituito con equivalente verdura di stagione			
Si rende noto che i seguenti prodotti alimentari sono surgelati:minestrone di verdura,piselli,fagiolini,spinaci,cavolfiori, fagioli, pesce.			
Per le grammature attenersi alle indicazioni riportate nella allegata "nota alle grammature"			
Menù elaborati dalla Dott.ssa M.Gabriella Parigi Biologa Nutrizionista			

ASL 2 Lanciano-Vasto-Chieti
 Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
 Dirigente Medico
 Dr.ssa Valentina TRAFICANTE

MENU' 3° settimana INVERNALE GENERALE MENSE INFANZIA E PRIMARIE RISCO srl Francavilla al Mare 2023-2024

Giorno	Alimento	Infanzia gr	Primaria gr
lunedì	Pasta con crema di carote (1,9),merluzzo gratinato al forno(1,4),piselli trifolati,frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro fusilli	60	70
	* Carote	40	50
	Pomodori pelati	20	30
	Filetto di merluzzo	60	80
	Pane grattugiato	10	15
	Pisellini fini	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
martedì	Risotto alla milanese(7),scaloppina di tacchino(1),bieta lessa con olio e limone(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Riso PARBOILED RIBE	60	70
	Zafferano	qb	qb
	Tacchino	60	80
	Farina tipo "00"	10	15
	Limone	qb	qb
	*Bieta	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
	Burro	5	5
mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico(1,9),ciliegine di mozzarella(7),insalata mista(ortaggi/verdure di stagione),dolce o frutta o purea di frutta,pane		
	Pasta di semola di grano duro elicoidali	60	70
	Pomodori pelati	40	50
	Ciliegine di mozzarella	60	100
	*Insalata mista	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
giovedì	Pasta del marinaio o al tonno(1,2,4,9,14),uovo strapazzato(3),lattuga a striscioline(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro mezze maniche	60	70
	Preparato di pesce o tonno al naturale	20	30
	Pomodori pelati	20	30
	Uova fresche cat. A	65	65
	*Lattuga	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
venerdì	Pasta in brodo vegetale(1,3,9),hamburger,finocchi alla julienne(ortaggi/verdure di stagione),dolce o frutta o purea di frutta,pane		
	Pasta di semola di grano duro all'uovo quadrucci o conchigliette	60	70
	Verdure miste frullate(se surgelate almeno 8 ingredienti)	40	50
	Pomodori pelati	20	25
	Hamburger misto di bovino e suino	80	100
	*finocchi	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
Si rende nota la presenza di allergeni nelle parentesi apposte nelle singole ricette(1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)Reg.UE n.1169/2011			
Razione di pane quotidiana (1)50 gr			
Parmigiano reggiano grattugiato(7) 5 gr			
Per frutta si intende quella fresca di stagione a rotazione tra le varietà presenti 150 gr			
Lo stesso vale per insalate e verdure utilizzando minimo tre varietà di pari q.tà			
Dolce(1,3,7) 50 gr o purea di frutta 100 gr			
*Nel caso di non reperibilità dell'alimento,verrà sostituito con equivalente verdura di stagione			
Si rende noto che i seguenti prodotti alimentari sono surgelati:minestrone di verdura,piselli,fagiolini,spinaci,cavolfiori, fagioli, pesce.			
Per le grammature attenersi alle indicazioni riportate nella allegata "nota alle grammature"			
Menù elaborati dalla Dott.ssa M.Gabriella Parigi Biologa Nutrizionista			

ASL 2 Lanciano-Vasto-Chieti

Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Dirigente Medico

Dr.ssa Valentinia TRAFICANTE

MENU' 4° settimana INVERNALE GENERALE MENSE INFANZIA E PRIMARIE RISCO srl Francavilla al Mare 2023-2024

Giorno	Alimento	Infanzia gr	Primaria gr
lunedì	Risotto con passato di verdure(9),frittata con patate(3),finocchi alla julienne(ortaggi/verdure di stagione),dolce o frutta o purea di frutta,pane		
	Riso PARBOILED RIBE	60	70
	Pomodori pelati	20	30
	Verdure miste(broccoli,verza,carote)	40(1:1:1)	50(1:1:1)
	Uova fresche cat. A	65	65
	Patate	20	30
	*Finocchi	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
martedì	Pasta al pomodoro(1,9),crocchette di pesce(1,3,4,7),carote lesse(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro elicoidali	60	70
	Pomodori pelati	40	50
	Filetto di merluzzo	40	50
	Latte a lunga conservazione UHT	15	20
	Uova fresche cat. A	10	15
	Pane grattugiato	15	20
	*Carote	70	90
Olio extra vergine di oliva	10	10	
mercoledì	Minestrone di verdure con pasta(1,9),scaloppina di pollo(1),spinaci in padella(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro conchigliette	40	50
	Verdure miste(se surgelate almeno 8 ingredienti)	40	50
	Pomodori pelati	40	50
	Petto di pollo	60	80
	Farina tipo "00"	10	15
	Spinaci	70	90
	Olio extra vergine di oliva	10	10
giovedì	Pasta e fagioli(1,9),cotoletta di maiale al forno(1,3),verdure in teglia(ortaggi/verdure di stagione),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro gnocchetti sardi	40	50
	fagioli	20	25
	Pomodori pelati	20	25
	Suino	60	80
	Uova fresche cat. A	20	30
	Pane grattugiato	10	15
	*Cavolfiore e carote	70	90
Olio extra vergine di oliva	10	10	
venerdì	Pasta con olio evo e parmigiano(1),polpette di ricotta e spinaci(1,3,7),purea di patate(7),frutta fresca,pane		
	Pasta di semola di grano duro penne e mezze penne	60	70
	Ricotta vaccina di mucca	40	60
	Latte a lunga conservazione UHT	30	50
	Spinaci	40	50
	Pane grattugiato	15	20
	Uova fresche cat. A	20	40
	Patate	70	90
	Latte a lunga conservazione UHT	30	50
	Burro	5	5
Olio extra vergine di oliva	10	10	
Si rende nota la presenza di allergeni nelle parentesi apposte nelle singole ricette(1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14)Reg.UE n.1169/2011			
Razione di pane quotidiana (1)50 gr			
Parmigiano reggiano grattugiato(7) 5 gr			
Per frutta si intende quella fresca di stagione a rotazione tra le varietà presenti 150 gr			
Lo stesso vale per insalate e verdure utilizzando minimo tre varietà di pari q.tà			
Dolce(1,3,7) 50 gr o purea di frutta 100 gr			
*Nel caso di non reperibilità dell'alimento,verrà sostituito con equivalente verdura di stagione			
Si rende noto che i seguenti prodotti alimentari sono surgelati:minestrone di verdura,piselli,fagiolini,spinaci,cavolfiori, fagioli, pesce.			
Per le grammature attenersi alle indicazioni riportate nella allegata "nota alle grammature"			
Menù elaborati dalla Dott.ssa M.Gabriella Parigi Biologa Nutrizionista		Igiene degli Alimenti e della Nutrizione	
		Dirigente Medico	
		Dr.ssa <i>[firma]</i> TRAFICANTE	

Nota alle grammature – Menù Scuole dell'Infanzia e Primarie di Francavilla a.s. 2022-2023

Le quantità indicate si riferiscono al peso dell'alimento espresso in grammi, al crudo e al netto degli scarti.

Rappresentano la media del fabbisogno calorico e nutrizionale per ogni fascia di età considerata, si riferiscono cioè alla necessità media di un/una bambino/a frequentante i diversi ordini di scuola. (Scuola dell'Infanzia – Scuola Primaria).

Le quantità degli alimenti, quindi, **devono essere intese come orientative**, ogni bambino/a infatti risponde ad una propria omeostasi interna che regola, in condizioni di normalità, anche l'energia assunta giornalmente con i cibi.

E' evidente che ci saranno bambini con esigenze maggiori o minori rispetto alle porzioni indicate, tuttavia **una fornitura che preveda un 20% in più** per ogni alimento previsto nel menù rispetto alle porzioni indicate, moltiplicato per il numero delle presenze, garantisce il soddisfacimento delle esigenze reali dei singoli utenti.

Per un corretto servizio è essenziale un'adeguata preparazione e sensibilità non solo da parte del personale di cucina, ma anche da parte di chi sporziona, che dovrà saper tener conto delle caratteristiche del bambino servito, basti pensare all'ampia variabilità di indici di crescita che si registrano in particolare nella scuola primaria.

Al momento del porzionamento, pertanto, **è importante differenziare le porzioni in base all'età.**

Gli addetti alla distribuzione devono essere quindi adeguatamente formati sulla porzionatura e servirsi possibilmente di utensili di diverse misure di capacità per fornire la porzione idonea sulla base del target di utenza.

Le quantità indicate inoltre possono variare in base alla resa del prodotto.

La resa dell'alimento dipende da diverse variabili connesse alla produzione del pasto, quali la scelta della materia prima, le modalità di stoccaggio, di preparazione e di cottura, ecc....

Si può prevedere pertanto una maggiorazione del 10% circa per ogni alimento, a garanzia di miglior qualità del servizio.(ad es.per far fronte ad eventuali inconvenienti nella fase di distribuzione, perdita pasti per caduta dei contenitori, ecc.).

Menù elaborati dalla Dott.ssa M.Gabriella Parigi **Biologa Nutrizionista**

ASL 2 Lanciano-Vasto-Chieti
Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Dirigente Medico
D^{ssa} Valentina TRAFICANTE