

Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Tel. 0825-292621-07-06-11 – Fax 0825-292606
Via Circumvallazione 77, 83100 Avellino
sian@aslavellino.it

Prot. N° 115 SIAN Avellino

COMUNE DI TORELLA DEI LOMBARDI (AV)

Prot. 0000113 del 10-01-2020

in Arrivo Ore 12:5

Mitt.: ASL AV U.O.C. IGIENE E SANITA'
PUBBLICA

Avellino, 08 GEN. 2020

Al Comune di Torella dei Lombardi

p.c. All'UOPC di S. Angelo dei Lombardi

Oggetto. Valutazione Menu (Invernale ed Estivo) anno 2019/20

Facendo seguito alla v.s. richiesta del 20-12-2019, si ritrasmettono in allegato i menù (Invernale ed Estivo) da voi predisposti, con l'espressione dei pareri favorevoli debitamente vistati per la loro adozione per l'anno scolastico 2019/20 a **condizione del rispetto delle annotazioni fatte a penna a margine e con quanto suggerito in questa nota** e a condizione che vengano adottate e rispettate le grammature necessarie per garantire l'apporto calorico e nutrizionale per tutta la giornata: -Colazione 15%- **Pranzo 40%**- Spuntino 15% (mattina e pomeriggio)-Cena 30%, **si consiglia, quindi, di distribuire il menù adottato, alle famiglie, onde consentire loro l'integrazione dello stesso con i pasti consumati a casa per il raggiungimento del fabbisogno.**

Nell'intento di aumentare sempre più la variabilità delle pietanze proposte, si suggerisce di introdurre, ulteriore tipologia di contorni freschi e di stagione o surgelati, e opportunamente alternati, da scegliere fra: **fagiolini, spinaci, carote, bietole, pomodori, broccoli, zucca, zucchine, piselli, carciofi, patate, purè etc....etc....**

Si consiglia di variare alcuni primi a base di verdura e dei contorni, in funzione della stagione, così come è possibile variare anche altri alimenti, con altri simili, della stessa categoria.

Si raccomanda per la preparazione del purè e delle patate/patatine al forno di utilizzare **solo patate fresche.**

Si consiglia inoltre di fare in modo da proporre un frutto o frullato diverso nei cinque giorni della settimana.

Per quanto riguarda l'eventuale somministrazione di succhi di frutta si consiglia di sostituirli con **frullati di frutta fresca.**

Si fa notare la necessità di privilegiare l'utilizzo di frutta e verdura fresca di stagione, rispetto all'uso di prodotti surgelati, la cui somministrazione riduce l'apporto di vitamine ed oligoelementi.

Si Sconsiglia, vivamente, la somministrazione di polpette, polpettoni, hamburger, carne macinata, philadelphia, formaggino, quick, galbanino, sottilette e/o altri formaggi fusi poiché, essendo alimenti molto manipolati e spesso composti da scarti di produzione con aggiunta di oli vegetali, coloranti, stabilizzanti, conservanti e soprattutto dei sali di fusione etc..., sono più a rischio di tossinfezioni/intossicazione alimentare.

Si consiglia quindi di sostituirli con alimenti molto semplici dello stesso gruppo.

(Per i formaggi, si consiglia: Grana-Asiago-Caciotta-Ricotta-Belpaese-Dolceverde fresco-Robiola-Stracchino etc...).

Per quanto riguarda l'inserimento **dei bastoncini di pesce, (facendo un'eccezione)** è consentita la somministrazione una volta al mese, purchè cotti al forno e di marchi consolidati **e/o inserire del pesce (p.es. cuori di merluzzo gratinato – cuori di platessa in umido etc....) (ma sempre di ottima qualità-grandi marchi).**

Rispetto al menù è ovviamente possibile operare interventi correttivi sia qualitativi che quantitativi, dettati da situazioni logistiche, culturali o strutturali, che solo chi provvede ad erogare il servizio può conoscere e modellare in base al capitolato d'appalto sottoscritto.

E' possibile infatti apportare modifiche alle pietanze previste nel menù in presenza di difficoltà tecniche emerse nel corso della loro preparazione, o perché non mantengono caratteristiche organolettiche adeguate nel corso del trasporto, allorché i pasti vengono veicolati dall'esterno, o allorquando si verifichi uno scarso gradimento da parte degli scolari. Sarà sufficiente sostituire quella pietanza con un alimento dello stesso gruppo.

Nel caso, invece, di variazioni sostanziali che modificano ampiamente l'aspetto energetico/nutrizionale, è necessario riformulare richiesta formale di variazioni a questo Servizio.

Si invita inoltre la SV voler considerare le indicazioni di seguito riportate:

- Privilegiare l'utilizzo di sale iodato per la prevenzione del gozzo, endemico nel nostro territorio.
- Ridurre al minimo le cotture mediante frittura ed utilizzare, nel caso, preferibilmente olio extravergine di oliva o, se poco accetto, olio di arachidi, che dovrà essere interamente ricambiato dopo ogni frittura.
- Utilizzare olio extravergine di oliva nella preparazione dei pasti..
- Privilegiare l'utilizzo di prodotti freschi, soprattutto per carni e verdure, riservando l'utilizzo di prodotti surgelati per quegli alimenti difficilmente reperibili in tutte le stagioni ed, in tal caso, specificare nel menù l'utilizzo di tali prodotti .
- Preferire la fornitura di pesce surgelato o congelato di marchi consolidati e riconosciuti (filetti di platessa ,bastoncini, filetti di merluzzo), accuratamente toelettato e privo di spine, cartilagini e pelle, ricordando che nella fase di lavorazione è assolutamente vietato lo scongelamento in acqua o il congelamento di un prodotto fresco o già scongelato.
- Resta l'obbligo della conservazione in modo idoneo (in frigorifero ed etichettato) di almeno un pasto completo per le 48 ore successive alla somministrazione, da utilizzare come test in caso di sospetta tossinfezione.
- In ogni caso è necessario che la mensa si doti del piano di autocontrollo se non già in possesso.

Il Responsabile U.O.P.C. territorialmente competente è invitato a voler verificare se sia stata evidenziata la necessità di adeguamenti strutturali o meno ed, in ogni caso, se sia garantita la sicurezza igienica dei pasti somministrati.

Nel restare a disposizione, si porgono distinti saluti.

Il Dirigente Medico SIAN-Nutrizione
Dott. Francesco Policchio



Si esprime parere favorevole con il rispetto
delle raccomandazioni scritte nella nota
di trasmissione



MENU' AUTUNNO / INVERNO

ASSEMBLINO
Dirigente M. U.O. SIAN
Francesco Pollicchio

Scuola dell'Infanzia (*) - Scuola Primaria e Secondaria di 1° grado (**)

1 ^a settimana	Lunedì	PASTA AL POMORORO	50 g. *	80 g. **
		PROSCIUTO CRUDO		
		PATATE LESSE	40 g. *	60 g. **
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	Martedì	RISOTTO		
		PETTO DI POLLO AI FERRI	50 g. *	80 g. **
		FINOCCHI AL FORNO	70 g. *	90 g. **
		PANE DI FRUMENTO		140 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	Mercoledì	PASTA E FAGIOLI		
		BASTONCINI DI PESCE AL FORNO	80 g. *	120 g. **
		CAROTE	50 g. *	75 g. **
		PANE DI FRUMENTO		140 g.
FRUTTA fresca di stagione ***			50 g.	
Giovedì	PENNE AL POMODORO	50 g. *	80 g. **	
	MOZZARELLA	50 g. *	80 g. **	
	INSALATA DI LATTUGA		100 g.	
	PANE DI FRUMENTO		50 g.	
	YOGURT ALLA FRUTTA		125 g.	
Venerdì	PASTA E PATATE			
	FRITTATA AL FORNO	50 g. *	80 g. **	
	POMODORI IN INSALATA	50 g. *		
	PANE DI FRUMENTO		140 g.	
	FRUTTA fresca di stagione		50 g.	
2 ^a settimana	Lunedì	PASTA E LENTICCHIE	50 g. *	80 g. **
		MOZZARELLA	50 g. *	80 g. **
		PURE' DI PATATE con patate fresche		50 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	Martedì	CONCHIGLIETTE AL FORMAGGIO	50 g. *	80 g. **
		HAMBURGER DI VITELLO AI FERRI o SCALOPPINA	60 g. *	80 g. **
		LATTUGA IN INSALATA		140 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	Mercoledì	RISOTTO AL POMODORO		
		PROSCIUTTO COTTO	50 g. *	80 g. **
		JULIENNE DI CAROTE		80 g.
		PANE DI FRUMENTO		140 g.
FRUTTA fresca di stagione ***			50 g.	
Giovedì	MACCHERONCINI AL POMODORO	50 g. *	80 g. **	
	FETTINA DI VITELLO	60 g. *	80 g. **	
	SPINACI IN PADELLA		140 g.	
	PANE DI FRUMENTO		50 g.	
	FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.	
Venerdì	PASTA E PISELLI			
	FILETTO DI MERLUZZO	50 g. *	80 g. **	
	MISTO DI VERDURE LESSE	80 g. *	100 g. **	
	PANE DI FRUMENTO		140 g.	
	FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.	

*** La frutta fresca di stagione, per ogni settimana, dovrà essere di almeno tre tipi

3 ^a settimana	<u>Lunedì</u>	RISOTTO AL POMODORO	50 g. *	80 g. **
		RICOTTA O FIOR DI LATTE	40 g. *	60 g. **
		CAROTE LESSE		50 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		
	<u>Martedì</u>	PASTA E CECI	80 g. *	120 g. **
		FRITTATA AL FORNO	50 g.	
		LATTUGA IN INSALATA		140 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		YOGURT ALLA FRUTTA		125 g.
	<u>Mercoledì</u>	FARFALLE AL POMODORO	50 g. *	80 g. **
		FESA DI TACCHINO AI FERRI	70 g. *	90 g. **
		MISTO DI VERDURE LESSE		70 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		
	<u>Giovedì</u>	TAGLIATELLE AL POMODORO	50 g. *	80 g. **
		SCALOPPINE AL LIMONE	50 g. *	80 g. **
		INSALATA DI POMODORI		120 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		
<u>Venerdì</u>	PENNETTE AL TONNO	50 g. *	80 g. **	
	BASTONCINI DI PESCE AL FORNO	50 g. *	75 g. **	
	LATTUGA IN INSALATA		100 g.	
	PANE DI FRUMENTO		50 g.	
	FRUTTA fresca di stagione ***			
4 ^a settimana	<u>Lunedì</u>	PASTA E FAGIOLI	80 g. *	120 g. **
		PETTO DI POLLO AL LIMONE	70 g. *	90 g. **
		PATATE AL FORNO		110 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		MACEDONIA INVERNALE		140 g.
	<u>Martedì</u>	PENNE AL POMODORO	50 g. *	80 g. **
		PESCE AL FORNO	70 g. *	90 g. **
		INSALATA FRESCA MISTA		130 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		
	<u>Mercoledì</u>	GNOCCHI AL POMODORO	60 g. *	90 g. **
		PARMIGIANO	40 g. *	60 g. **
		FINOCCHI IN INSALATA		130 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		
	<u>Giovedì</u>	RISOTTO	50 g. *	80 g. **
		PETTO DI POLLO AI FERRI	60 g. *	80 g. **
		SPINACI IN PADELLA		140 g.
		PANE DI FRUMENTO		50 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		
<u>Venerdì</u>	PENNETTE AL TONNO	50 g. *	80 g. **	
	MERLUZZO ALL'OLIO	100 g. *	130 g. **	
	INSALATA MISTA		130 g.	
	PANE DI FRUMENTO		50 g.	
	FRUTTA fresca di stagione ***			

*** La frutta fresca di stagione, per ogni settimana, dovrà essere di almeno tre tipi



MENU' PRIMAVERA / ESTATE

Scuola dell'Infanzia (*) - Scuola Primaria e Secondaria di 1° grado (**)

Vedi nota di 19/02/2019
[Signature]

M. AVELLINO
Dirigente scolastico
Dott. Paolo Pollicchio

Settimana	Giorno	Alimento	50 g *	80 g **
1ª settimana	Lunedì	PASTA AL POMORORO		
		RICOTTA O FIOR DI LATTE	50 g *	80 g **
		FAGIOLINI IN UMIDO	50 g *	80 g **
		PANE DI FRUMENTO		50 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
	Martedì	PASTA AL TONNO		
		OMELETTE AL FORNO	50 g *	80 g **
		LATTUGA IN INSALATA		60 g
		PANE DI FRUMENTO		140 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
	Mercoledì	PASSATO DI LEGUMI		
		PESCE AL FORNO	80 g *	120 g **
		SPINACI	50 g *	75 g **
		PANE DI FRUMENTO		140 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
Giovedì	RISOTTO			
	PETTO DI TACCHINO AI FERRI	50 g *	80 g **	
	INSALATA DI POMODORI	70 g *	90 g **	
	PANE DI FRUMENTO		140 g	
	FRUTTA fresca di stagione ***		50 g	
Venerdì	PASTA E PISELLI			
	PROSCIUTTO COTTO O CRUDO	50 g *	80 g **	
	ZUCCHINE LESSE	50 g *		
	PANE DI FRUMENTO		120 g	
	YOGURT ALLA FRUTTA		50 g	
2ª settimana	Lunedì	PENNE AL POMODORO		
		TACCHINO AI FERRI O IN UMIDO	50 g *	80 g **
		INSALATA MISTA	50 g *	80 g **
		PANE DI FRUMENTO		140 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
	Martedì	PASTA E CECI		
		FETTINA DI VITELLO/FERRI O SCALOPPINE	50 g *	80 g **
		PATATE ARROSTITE AL FORNO	60 g *	80 g **
		PANE DI FRUMENTO		140 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
	Mercoledì	RISOTTO		
		FRITTATA AL FORNO	50 g *	80 g **
		ZUCCHINE LESSE		80 g
		PANE DI FRUMENTO		140 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
	Giovedì	PASTA AL POMODORO		
		MOZZARELLA	50 g *	80 g **
		INSALATA MISTA	50 g *	90 g **
		PANE DI FRUMENTO		140 g
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g
Venerdì	PASTA E PISELLI			
	FILETTO DI MERLUZZO	50 g *	80 g **	
	CAROTE LESSE	80 g *	100 g **	
	PANE DI FRUMENTO		140 g	
	FRUTTA fresca di stagione ***		50 g	

*** La frutta fresca di stagione, per ogni settimana, dovrà essere di almeno tre tipi

3 ^a settimana	<u>Lunedì</u>	RISOTTO		
		PROSCIUTTO COTTO O CRUDO	50 g. *	80 g. **
		FAGIOLINI LESSATI	50 g. *	80 g. **
		PANE DI FRUMENTO		60 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	<u>Martedì</u>	PASTA E FAGIOLI		
		MOZZARELLA	80 g. *	120 g. **
		PATATE AL FORNO	50 g. *	75 g. **
		PANE DI FRUMENTO		110 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	<u>Mercoledì</u>	GNOCCHI AL POMODORO		
		FESA DI TACCHINO AI FERRI	50 g. *	80 g. **
		MISTO DI VERDURE CRUDE	70 g. *	90 g. **
		PANE DI FRUMENTO		70 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	<u>Giovedì</u>	PENNETTE AL POMODORO		
		BASTONCINI DI PESCE AL FORNO <i>lo CUALI, B. MERLUZZO</i>	50 g. *	80 g. **
		MISTO DI VERDURE LESSE	50 g. *	75 g. **
		PANE DI FRUMENTO		100 g.
		YOGURT ALLA FRUTTA		50 g.
			125 g.	
<u>Venerdì</u>	TAGLIATELLE AL POMODORO			
	FETTINA DI VITELLO	50 g. *	80 g. **	
	INSALATA DI POMODORI	70 g. *	90 g. **	
	PANE DI FRUMENTO		120 g.	
	FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.	
4 ^a settimana	<u>Lunedì</u>	PASTA E PISELLI		
		FUSELLI DI POLLO	80 g. *	120 g. **
		PATATE ARROSTITE AL FORNO	70 g. *	90 g. **
		PANE DI FRUMENTO		140 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	<u>Martedì</u>	PENNE AL POMODORO		
		PESCE AL FORNO	50 g. *	80 g. **
		INSALATA FRESCA MISTA	70 g. *	90 g. **
		PANE DI FRUMENTO		130 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	<u>Mercoledì</u>	ORECCHIETTE AL POMODORO		
		PARMIGIANO	60 g. *	90 g. **
		CAROTE IN INSALATA	40 g. *	60 g. **
		PANE DI FRUMENTO		130 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
	<u>Giovedì</u>	RISOTTO AL SUGO		
		PETTO DI TACCHINO AL LIMONE	50 g. *	80 g. **
		SPINACI IN PADELLA	60 g. *	80 g. **
		PANE DI FRUMENTO		140 g.
		FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.
<u>Venerdì</u>	PASTA E CECI			
	FRITTATA AL FORNO O BASTONCINI AL FORNO	50 g. *	80 g. **	
	INSALATA MISTA	80 g. *	100 g. **	
	PANE DI FRUMENTO		130 g.	
	FRUTTA fresca di stagione ***		50 g.	

*** La frutta fresca di stagione, per ogni settimana, dovrà essere di almeno tre tipi