



<b>RISTORAZIONE SCOLASTICA COMUNE DI FABRIANO</b>	MENU' PROPOSTO DA	MENU' VALIDATO DA
GENNAIO - APRILE 2019	COMUNE DI FABRIANO E COMITATO MENSA	SIAN - ASUR MARCHE AV2 - FABRIANO

MENU' INVERNALE - progetto "PappaFish" somministrazione pesce fresco dell'Adriatico

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° Settimana	<i>Menù piatto unico</i>	Pasta olio e parmigiano	Risotto al pomodoro	Pasta al fumè	Minestrone di verdure cereali e legumi
	Pasta con ragù di carne	Frittata / uovo sodo	Arista di maiale	Mozzarella/Stracchino/Robiola	Pesce al forno / polpette di pesce
	Insalata verde + Grana DOP	Verdure cotte	Insalata mista /verdura cruda	Verdure cotte	Patate
	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale
	Frutta fresca di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2° Settimana	Pasta al pomodoro	Pasta con verdure	<i>Menù piatto unico</i>	Pasta con legumi o crema di legumi	Risotto olio e parmigiano
	Asiago/Parmigiano/Caciotta	Pesce al forno	Lasagne al ragù di carne	Coniglio disossato al forno	Polpette di pesce
	Verdure cotte	Insalata	Fantasia di verdure crude e/o cotte	Verdure crude	Verdure cotte
	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale
	Frutta di stagione	Dolce	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
3° Settimana	Risotto allo zafferano	Pasta con verdure	Pasta olio e parmigiano	<i>Menù piatto unico</i>	Pasta con legumi
	Hamburger/fettina di vitellone	Mozzarella/Stracchino/Robiola	Pesce al forno	Tortellini al pomodoro	Polpette di pesce
	Carote/verdure crude	Verdure cotte	Insalata	Verdure gratinate (patate,finocchi,broccoli,cavolfiori)	Verdure crude/Insalata mista
	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
4° Settimana	Pasta integrale al pomodoro	Riso e lenticchie	Pasta olio e parmigiano	Pasta con verdure	<i>Menù piatto unico</i>
	Polpette di carne	Mozzarella/Stracchino/Robiola	Frittata	Pollo al forno	Pasta con ragù di mare fresco
	Verdure cotte	Finocchi	Spinaci	Insalata	Verdure crude
	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Bruschetta con Olio Extra Vergine di Oliva
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Dolce
5° Settimana	Risotto con verdure	Pasta al pomodoro	Pasta integrale con verdure	<i>Menù piatto unico</i>	Pasta con legumi
	Hamburger/fettina di vitellone	Pesce al forno	Arrosto di tacchino	Ravioli al pomodoro	Polpette di pesce
	Carote/verdure crude	Insalata	Verdure cotte	Verdure gratinate (patate,finocchi,broccoli,cavolfiori)	Verdure crude/Insalata mista
	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale	Pane/pane integrale
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

RACCOMANDAZIONI SIAN ASUR AV2 FABRIANO

Pesce: il menù, prevede una frequenza di somministrazione del pesce fresco variabile tra 1-2 volte a settimana. La somministrazione delle varie tipologie di pesce, essendo privilegiato il pesce fresco dell'Adriatico, può subire variazioni in relazione al pescato. Il menù può subire anche spostamenti durante la settimana in relazione alle forniture del pesce fresco.

Verdura: garantire l'utilizzo prevalente di verdura di stagione; solo per i vegetali che necessitano di operazioni di preparazione particolarmente difficoltose utilizzare verdure surgelate a garanzia di sicurezza igienica.

Verdura cotta: alternare bietola, verza, cavolfiore, broccoli, spinaci, carote all'agro, cavolfiore, broccoli, finocchi al forno.

Verdura cruda: variare tra insalata, finocchi, carote, insalata mista.

Frutta: alternare tra agrumi/mela/pera/kiwi/banana.

Cereali: garantire nel minestrone e nelle zuppe un'alternanza tra cereali minori come farro e orzo

Pane: alternare tra pane comune e pane integrale.

Dolce: prevedere esclusivamente prodotti da forno alternando tra crostata e ciambellone. Nei giorni in cui è previsto il dolce garantire frutta fresca in alternativa.

La predisposizione del menù tiene in considerazione le difficoltà tecniche organizzative legate alla fornitura delle materie prime, alla preparazione di specifici alimenti in alcuni giorni della settimana o alla difficoltà a gestire alcune preparazioni alimentari nella stessa giornata.

Eventuali spostamenti durante la settimana o modifiche occasionali per problematiche tecniche organizzative devono essere comunicate preventivamente dal Comune alle famiglie.

Le richieste di diete speciali per patologie / allergie devono essere presentate al Comune, previa certificazione medica, tramite apposita modulistica; in fase di produzione verranno formulati pasti personalizzati.

