Menù Estivo – Comune di Sansepolcro dal 01 aprile al 31 ottobre

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° sett.	Riso in bianco Filetti di halibut al forno Fagiolini lessi	Passato di verdura Pizza margherita Pomodori in insalata	Pasta al pomodoro Roast-beef Piselli in umido	Pasta con zucchine Bocconcini di pollo Insalata mista	Pasta rosè fagioli all'uccelletta Carote julienne
2° sett.	Pasta al pesto Fettine di tacchino impanato Pomodori	Riso freddo o alle verdure Platessa al forno Insalata mista	Pasta al ragù Caprese	Minestrone estivo con pasta Polpette di carne rossa Verdure in pinzimonio	Pasta al pomodoro Uova sode con salsa verde Spinaci all'agro
3° sett.	Pasta e fagioli Frittata Fagiolini lessi	Gnocchi pomodoro Sovracosce di pollo Pomodori	Panzanella (sc. Primaria) o pasta in bianco (sc. Infanzia) Bastoncini di merluzzo al forno Carote julienne	Riso al pomodoro Arista al forno Piselli in umido	Passato di verdura Pizza margherita Insalata mista
4° sett.	Pasta alle zucchine Svizzere di vitello Verdura mista lessa	Minestrone estivo Prosciutto cotto Purè	Insalata di farro e verdure o riso in bianco (sc. Infanzia) Bocconcini di tacchino Fagiolini	Pasta al pesto Petto di pollo al limone Verdure in pinzimonio	Ravioli ricotta e spinaci Filetti di pesce al forno Carote prezzemolate
5° sett.	Pasta al ragù di verdure Arista al forno Piselli in umido	Pasta gratinata Frittata Spinaci all'agro	Minestra lenticchie Piatto freddo di formaggi insalata	Pasta piselli e prosciutto cotto Bastoncini di merluzzo al forno Carote julienne	Riso in bianco Straccetti di pollo Pomodori in insalata

Giornalmente viene fornito pane e frutta fresca. Una volta alla settimana viene fornito un dessert (budino o gelato o ciambellone tipo torta) in sostituzione della frutta

Dott.ssa Tiziana Fochetti – Biologa nutrizionista

AZIENDA USL 8 – AREZZO
Dirigente Medico
U.O. Igiene degli Alimenti
e della Nutrizione
Dr. Nicola Vigiani

Rif. Prot. 10-7-2014
NO 3192/2014

ORDINE NAZIONALE DEI BIOLOGI ALBO PROFESSIONALE
DOTTORE TIZIANA FOCHETTI

Menù Estivo VEGETARIANO – Comune di Sansepolcro dal 01 aprile al 31 ottobre

	Lunedì	*Martedì*	*Mercoledì*	*Giovedì*	*Venerdì*
1° sett.	Riso in bianco Ceci in umido Fagiolini lessi	Passato di verdura Pizza margherita Pomodori in insalata	Pasta al pomodoro Piatto freddo di formaggi Piselli in umido	Pasta alle zucchine Frittata Insalata mista	Pasta rosè fagioli all'uccelletta Carote julienne
2° sett.	Pasta al pesto Stracchino Pomodori	Riso freddo o alle verdure Fagioli olio e salvia Insalata mista	Pasta in bianco Caprese	Minestrone estivo con pasta Crocchette di patate al forno Verdure in pinzimonio	Pasta al pomodoro Uova sode con salsa verde Spinaci all'agro
3° sett.	Pasta e fagioli Frittata Fagiolini lessi	Gnocchi al pomodoro Ricotta e grana Pomodori	Panzanella Lenticchie in umido Carote julienne	Riso al pomodoro hamburger di soia Piselli in umido	Passato di verdura Pizza margherita Insalata mista
4° sett.	Pasta alle zucchine Fagioli all'uccelletta Verdura mista lessa	Minestrone estivo Crocchette di patate al forno Insalata mista	Insalata di farro e verdure Uova sode Fagiolini	Pasta al pesto Stracchino Verdure in pinzimonio	Ravioli ricotta e spinaci Ceci in umido Carote prezzemolate
5° sett.	Pasta al ragù di verdure Lenticchie in umido Piselli in umido	Pasta gratinata Frittata Spinaci all'agro	Minestra di lenticchie Piatto freddo di formaggi Insalata mista	Pasta con piselli Fagioli in umido Carote julienne	Riso in bianco hamburger di soia Pomodori in insalata

Giornalmente viene fornito pane e frutta fresca. Una volta alla settimana viene fornito un dessert (budino o gelato o ciambellone tipo torcolo) in sostituzione della frutta

Menù Invernale – Comune di Sansepolcro dal 02 novembre al 31 marzo

	Lunedì	*Martedì*	*Mercoledì*	*Giovedì*	*Venerdì*
1° sett.	Riso alla zucca gialla Bastoncini di merluzzo al forno Insalata	Crema di legumi con pastina Uova sode con salsa verde Carote al tegame	Pasta alle verdure Arista al forno fagiolini in umido	Pasta piselli e prosciutto Piatto freddo di formaggi Verdure in pinzimonio	Pasta al pomodoro Fesa di tacchino Bietola all'agro
2° sett.	Pasta al pomodoro Fettine di pollo impanato Carote julienne	Riso ai carciofi Halibut al forno Insalata mista	Pasta in bianco Prosciutto cotto Verdura cotta mista	Vellutata di porri e zucchine Roast beef Patate arrosto	Pasta rosè fagioli all'uccelletta Insalata
3° sett.	Gnocchi al pomodoro Arista Carciofi	Passato di verdure Pizza Insalata	Pasta piselli e prosciutto cotto Spezzatino di vitello Carote al prezzemolo	Pasta in bianco Bocconcini di tacchino Finocchi lessi	Risotto allo zafferano o crema di zucca Bastoncini di merluzzo al forno Verdura mista lessa
4° sett.	Passato di lenticchie con crostini di pane Frittata al formaggio Carote lesse	Pasta alle verdure polpette di vitello Piselli in umido	Minestrone di verdura Pollo impanato Purè di patate	riso al pomodoro Sogliole alla mugnaia o filetti di pesce al forno Insalata mista	Pasta pomodorini e olive Piatto freddo di tacchino arrosto Verdure in pinzimonio
5° sett.	Ravioli ricotta e spinaci Ceci in tegame Fagiolini lessi	Pasta gratinata Prosciutto crudo o cotto (scuola materna) Finocchi in insalata	Riso in bianco platessa con pomodorini Cavolfiore	Pasta al pomodoro Girello di vitello Insalata	Passato di verdura Pizza Carote julienne

Giornalmente viene fornito pane e frutta fresca. Una volta alla settimana viene fornito un dessert (budino o gelato o ciambellone tipo "torcolo") in sostituzione della frutta

Dott.ssa Tiziana Fochetti – Biologa nutrizionista

Menù Invernale VEGETARIANO – Comune di Sansepolcro dal 02 novembre al 31 marzo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° sett.	Riso alla zucca gialla Fagioli olio e salvia Insalata	Crema di legumi con pastina Uova sode con salsa verde Carote al tegame	Pasta alle verdure hamburger di soia fagiolini in umido	Pasta con piselli Piatto freddo di formaggi Verdure in pinzimonio	Pasta al pomodoro Lenticchie in umido Bietola all'agro
2° sett.	Pasta al pomodoro Stracchino Carote julienne	Riso ai carciofi Ceci all'olio Insalata mista	Pasta in bianco Frittata Verdura cotta mista	Vellutata di porri e zucchine Crocchette di patate al forno Patate arrosto	Pasta rosè fagioli all'uccelletta Insalata
3° sett.	Gnocchi al pomodoro Polpette di soia Carciofi	Passato di verdure Pizza Insalata	Pasta con piselli Ricotta e grana Carote al prezzemolo	Pasta in bianco Lenticchie in umido Finocchi lessi	Risotto allo zafferano o crema di zucca Ceci all'olio Verdura mista lessa
4° sett.	Passato di lenticchie con crostini di pane Frittata Carote lesse	Pasta alle verdure hamburger di soia Piselli in umido	Minestrone di verdura Crocchette di patate Insalata verde	riso al pomodoro Stracchino Insalata mista	Pasta pomodorini e olive Fagioli in umido Verdure in pinzimonio
5° sett.	Ravioli ricotta e spinaci Ceci in tegame Fagiolini lessi	Pasta gratinata Uova sode Finocchi in insalata	Riso in bianco Fagioli in umido Cavolfiore	Pasta al pomodoro Polpette di soia Insalata	Passato di verdura Pizza Carote julienne

Giornalmente viene fornito pane e frutta fresca. Una volta alla settimana viene fornito un dessert (budino o gelato o ciambellone tipo "torcolo") in sostituzione della frutta

AZIENDA UNITÀ SANITARIA LOCALE - AREZZO USL N. 8

ORDINE NAZIONALE DEI BIOLOGI ALBO PROFESSIONALE DOTTORE TIZIANA FOCHETTI N. 49037

DIETE SPECIALI

Nei casi di necessità determinata da motivazioni di salute, in sostituzione del pasto previsto dal menù del giorno, è fornito un pasto alternativo, la cui composizione dovrà rispettare scrupolosamente le indicazioni fornite dal medico pediatra o allergologo (che prevede l'esclusione dell'alimento a rischio e la sua sostituzione con un'alternativa). Le cucine sono dotate di piano di autocontrollo che prevede un capitolo specifico riguardante la celiachia, e gli operatori sono stati opportunamente formati secondo le linee guida regionali.
Pasti sostitutivi sono previsti anche per scelte etiche (esclusione della carne suina, di vitello o di tutti i tipi di carne), a base di legumi o formaggio.

DIETA IN BIANCO

La dieta in bianco dovrà essere così composta:

Riso all'olio extra vergine di oliva
Carne bianca o filetto di pesce ai ferri, al vapore, lessata
Patate bollite
Frutta fresca: Mela o pera

MENU' DI EMERGENZA

Qualora ci fosse la necessità, per cause non prevedibili (es. mancanza di forniture), si potrà attuare per i bambini con più di 12 mesi un menù di emergenza, che potrebbe prevedere:

pasta o riso con olio e parmigiano o al pomodoro (se il primo in bianco era stato proposto il giorno precedente)
formaggio o prosciutto cotto
contorno
pane e frutta

Azienda Unità Sanitaria Locale USL N.8 Arezzo

Dott.ssa Tiziana Fochetti
Biologa nutrizionista