



A.S.L. TO3

Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011.40171

SEDE DI PINEROLO
Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121.2331

P.E.C: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
Allegato A - MENU' INVERNALE DELLA SCUOLA PRIMARIA "LUDOVICO MICELLONE" DEL COMUNE DI SAN GIORIO DI SUSÀ

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta* burro e salvia Polpette di vitello in umido Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Pasta* olio e parmigiano Milanese di pollo o tacchino al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Pasta* al pesto Fusello di pollo al forno o petto di tacchino burro e salvia Purea di patate Frutta fresca di stagione	Crema di patate con crostini Secondo a base di uova <u>consigliato</u> [*] <u>Piselli all'olio o altro contorno a base di legumi</u> Verdura cruda o cotta consigliata Budino
MARTEDI'	Riso agli aromi Bastoncini di merluzzo al forno (non semilavorati prefritti) Verdura cruda o cotta di stagione Yogurt alla frutta	Pasta* al pesto Crocchette di ricotta e spinaci al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con crostini Fusello di pollo al forno o petto di tacchino burro e salvia Purea di patate Frutta fresca di stagione	Polenta Spezzatino di vitello <u>Verdura cruda o cotta consigliata</u> Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta* con ricotta Prosciutto cotto Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Minestrina in brodo vegetale Arrosti di tacchino o bresacia Verdura cruda o cotta di stagione Budino	Riso allo zafferano Secondo a base di uova <u>consigliato</u> [*] Contorno a base di <u>legumi</u> [*] Yogurt alla frutta	Pasta* al pomodoro Stracchino Verdura cruda o cotta di stagione Yogurt alla frutta
GIOVEDI'	Passato di verdura con riso Fusello di pollo al forno Patate al forno Budino	Pasta* al pomodoro Secondo a base di uova <u>consigliato</u> [*] Contorno a base di <u>legumi</u> [*] Frutta fresca di stagione	Pasta* con ricotta Pesce delle varietà consigliate [*] al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Pizza al prosciutto e formaggio / Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta* al pomodoro Mozzarella Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con crostini Pesce delle varietà consigliate [*] al forno con aromi Patate al forno Yogurt alla frutta	Pasta* al pomodoro Milanese di vitello al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Riso allo zafferano Pesce delle varietà consigliate [*] al forno al prezzemolo Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione

[*] Variazioni da noi consigliate: Fare riferimento per ricette, grammature e preparazioni al manuale "in mensa con gusto" (già in Vs possesso)

*Per pasta si intende la pasta di semola di grano duro **non all'uovo** (pasta secca)

Il pane è previsto tutti i giorni nelle quantità indicate nel manuale "in mensa con gusto"



www.regio...e.piemonte.it/sanita

ASL TO 3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

Indirizzo: sede di Rivoli-Via Balegno n. 6 - tel. 011/9551757-9551760-9551761 - fax 0119551952

sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/235411 - fax 01212397683

email: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it



A.S.L. TO3
Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011-40171

SEDE DI PINEROLO
Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121-2331

P.E.C.: asito3@cert.asito3.piemonte.it P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
MENU' ESTIVO DELLA SCUOLA PRIMARIA "LUDOVICO MICELLONE" DEL COMUNE DI SAN GIORIO DI SUSA

	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA
LUNEDI'	Pasta* burro e salvia Polpette di vitello in umido Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Pasta* olio e parmigiano Milanese di pollo o tacchino al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Pasta* al pesto Primo sale Verdura cruda o cotta di stagione Budino	Crema di patate con crostini Secondo a base di uova consigliati [*] Contorno a base di legumi [*] Verdura cruda o cotta consigliata Budino
MARTEDI'	Riso agli aromi Bastoncini di merluzzo al forno (non semilavorati prefritti) Verdura cruda o cotta di stagione Yogurt alla frutta	Pasta* al pesto Crocchette di ricotta e spinaci al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con crostini Fusello di pollo al forno o petto di tacchino burro e salvia Purea di patate Frutta fresca di stagione	Pasta* olio e parmigiano Milanese di pollo o tacchino al forno Verdura cruda o cotta consigliata Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta* con ricotta Prosciutto cotto Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Minestrina in brodo vegetale Arrosti di tacchino o bresaola Verdura cruda o cotta di stagione Budino	Riso allo zafferano Secondo a base di uova consigliati [*] Contorno a base di legumi [*] Yogurt alla frutta	Pasta* al pomodoro Stracchino Verdura cruda o cotta di stagione Yogurt alla frutta
GIOVEDI'	Passato di verdura con riso Fusello di pollo al forno Patate al forno Budino	Pasta* al pomodoro Secondo a base di uova consigliati [*] Contorno a base di legumi [*] Frutta fresca di stagione	Pasta* con ricotta Pesce delle varietà consigliate [*] al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Pizza al prosciutto e formaggio Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta* al pomodoro Mozzarella Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con crostini Pesce delle varietà consigliate [*] al forno con aromi Patate al forno Yogurt alla frutta	Pasta* al pomodoro Milanese di vitello al forno Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione	Riso allo zafferano Pesce delle varietà consigliate [*] al forno al prezzemolo Verdura cruda o cotta di stagione Frutta fresca di stagione

[*] Variazioni da noi consigliate: Fare riferimento per ricette, grammature e preparazioni al manuale "In mensa con gusto" (già in Vs. possesso)

* Per pasta si intende la pasta di semola di grano duro non all'uovo (pasta secca)
Il pane è previsto tutti i giorni nelle quantità indicate nel manuale "In mensa con gusto"



www.regione.piemonte.it/sanita

ASL TO 3 DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - STRUTTURA COMPLESSA SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE

REFERENTE Dott.ssa Fiorella VIETTI

indirizzo: sede di Rivoili-Via Balegno n. 6 - tel. 011/9551757-9551760-9551761 - fax 0119551953
sede di Pinerolo - via Bignone n. 15 - tel. 0121/235411 - fax 0121397683

email: asito3@cert.asito3.piemonte.it

**A.S.L. TO3**Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e PineroloSEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martin XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011.40171P.E.C: aslto3@cert.aslto3.piemonte.itSEDE DI PINEROLO
Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE - S.C. IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE**Precisazioni conclusive**

Per il piatto riportato in colonna A occorre fare riferimento al piatto corrispondente elencato in colonna B, la cui ricetta (ingredienti e grammature) è riportata nel Manuale "In mensa con Gusto":

A	B
Frutta fresca di stagione	Si formula l'invito a variare il più possibile la tipologia di frutta fresca.
Verdura cruda o cotta di stagione	Contorni "verdure cotte" e "verdure crude" descritti alle pagine 24 e 25 del manuale "In mensa con gusto". Si formula l'invito a variare il più possibile la tipologia di verdura avendo cura di rispettare le indicazioni relative alla scelta degli alimenti e alle modalità di cottura riportate nel manuale "In mensa con gusto".

Inoltre si consiglia di mettere a disposizione dell'utenza anche il sale iodato in linea con il del DDL 26 luglio 2013 Art. 17. (Modifiche alla legge 21 marzo 2005, n. 55 "Disposizioni finalizzate alla prevenzione del gozzo endemico e di altre patologie da carenza iodica") che sancisce quanto segue:

" 2. Nell'ambito della ristorazione pubblica, ivi inclusi gli esercizi commerciali in cui vengono somministrati prodotti di gastronomia, e di quella collettiva, quali mense e comunità, è messo a disposizione dei consumatori anche il sale arricchito con iodio".

Si precisa tuttavia che ai sensi delle Linee Guida per una sana alimentazione italiana dell'Istituto Nazionale di Ricerca Alimenti e Nutrizione (INRAN) del 2003 è **bene ridurre progressivamente l'uso di sale sia a tavola che in cucina.**

In occasione di festività religiose e/o ricorrenze speciali in cui la tradizione richieda l'uso di cibi e preparazioni particolari, è possibile prevedere di poter modificare il menù del giorno con gli alimenti tradizionalmente utilizzati nell'occasione. Tali modifiche, che potrebbero prevedere scelte qualitative diverse da quelle suggerite, non sono soggette a valutazione nutrizionale in quanto rappresentano consumi occasionali e non abituali.

