

Dipartimento di Igiene e Prevenzione Sanitaria

UOC Igiene Alimenti e Nutrizione

UOS Igiene Alimenti e Nutrizione a valenza territoriale

1.2 Nuova Scheda Requisiti Nutrizionali Ristorazione Scolastica ATS VAL PADANA

REQUISITI MINIMI PER LA STESURA DEL MENÙ - TEMPO PIENO

DEL COMUNE/SCUOLA PRIVATA/NIDO di VALANO CARNASCO

INVERNALE ESTIVO

<input checked="" type="checkbox"/>	1.	Verdura di stagione almeno una porzione ad ogni pasto cotta o cruda escludendo le patate
<input checked="" type="checkbox"/>	2.	Verdura di stagione almeno 3/4 varietà alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	3.	Frutta di stagione almeno 1 porzione al giorno, e non meno di 3 diverse tipologie alla settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	4.	Piatti a base di cereali (avena, grano, riso, orzo, farro, mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno 4 tipologie al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	5.	Le patate, se inserite nel menu, devono essere presenti non oltre 1 volta alla settimana: - come contorno, associate a un primo piatto in brodo con verdure oppure - come piatto unico (in sostituzione al primo) associate a carne o pesce con l'aggiunta di verdura fresca cruda
<input checked="" type="checkbox"/>	6.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana
<input checked="" type="checkbox"/>	7.	Piatti a base di legumi almeno 1 volta alla settimana (i legumi non debbono essere proposti come contorno)
<input checked="" type="checkbox"/>	8.	Piatti a base di carne non oltre 2 volte alla settimana, variando fra carne bianca e rossa
<input checked="" type="checkbox"/>	9.	Piatti a base di uova 0-1 volta a settimana, nel mese non oltre 2 volte (no uova in salamoia)
<input checked="" type="checkbox"/>	10.	Piatti a base di formaggio, compresa pizza margherita, non più di 2 volte al mese
<input checked="" type="checkbox"/>	11.	Utilizzo esclusivo di olio EVO
<input checked="" type="checkbox"/>	12.	Utilizzo di sale in modica quantità e solo iodato
<input checked="" type="checkbox"/>	13.	Pane a ridotto contenuto di sale (1,7% sul peso della farina)
<input checked="" type="checkbox"/>	14.	Grammature conformi con Linea Guida ristorazione scolastica/collettiva dell'ATS Val Padana
<input checked="" type="checkbox"/>	15.	Variabilità del menù stagionale articolato su almeno 4 settimane