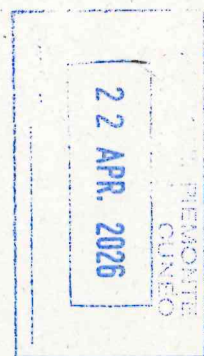




Menu: Asilo Nido Borgo S. Dalmazzo - Pranzo
Primavera



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta al pomodoro e olive Sett. 1 Frittata agli spinaci* Pranzo: Insalata verde Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio extravergine Cotoletta di pollo impanata al forno Zucchine al forno Frutta fresca di stagione	Crema di legumi Formaggio Patate al forno Dessert	Risotto al pomodoro Polpette di legumi Carote al forno Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto rosso Filetto di pesce* impanato al forno Fagiolini* al forno Frutta fresca di stagione
Pasta al pomodoro Sett. 2 Formaggio Pranzo: Insalata di pomodori Dessert	Riso all'olio Evo Farinata Carote agli aromi Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio extravergine e salvia Hamburger di bovino Zucchine al forno Frutta fresca di stagione	Passato di *verdura con orzo Frittata alle verdure Purea di patate Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Burger di pesce* al forno Insalata mista Frutta fresca di stagione
Risotto con zucchine Sett. 3 Follo al forno Pranzo: Fagiolini* al forno Frutta fresca di stagione	Pasta gratinata Hamburger di ceci Spinaci* al forno Frutta fresca di stagione	Pasta alla pizzaiola Formaggio Insalata mista Frutta fresca di stagione	Crema di verdure e legumi Filetto di pesce* impanato al forno Patate al vapore Dessert	Pasta all'olio extravergine Frittata agli spinaci* Zucchine al forno Frutta fresca di stagione
Trancio di pizza Margherita Sett. 4 Prosciutto cotto mezza porzione Pranzo: Carote julienne Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Frittata alle verdure Zucchine al forno Dessert	Risotto all'olio extravergine d'oliva Burger di pesce* al forno Fagiolini* e pomodori Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Polpette di bovino al forno Biete* al forno Frutta fresca di stagione	Crema di zucchine Formaggio Purea di patate Frutta fresca di stagione

Tale menu è inteso per i bambini di età superiore all'anno. I prodotti vengono tagliati in base all'altezza, taglio sicuro. La verdura cruda viene sostituita di verdura cotta. Il brodo per le preparazioni viene preparato con le verdure fresche. Tutte le parti vengono completate con pane e frutta di stagione. Le preparazioni gastronomiche potrebbero contenere tracce di: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, piselli, soia, latte e latticini, frutta con guscio, semi di sesamo, sardine, sardine, anardi di salerina, lupini, molluschi e prodotti a base di latte, preordinati in presenza di corticosteroidi, imprevisti, intolleranze allergiche vengono fornite apposite diete. Pesce: a rotazione tra Platessa, Limanda, Merluccio, Formaggio: a rotazione mozzarella, Tomino fresco, grana saba, ricotta stracchino. Dessert: a rotazione yogurt, budino, polpa di frutta. Verdura cotta: rotazione tra carote, finocchi, spinaci, bietole. Materie prime congelata e/o surgelata all'origine.



elenco allergeni



Nome piatto

Primi

Crema di legumi	T					T		T	P		T			
Crema di verdure e legumi	T					T			P		T			
Crema di zucchine														
Passato di *verdura con orzo	P								P					
Pasta al pesto	P		P			T	P	P			T			
Pasta al pesto rosso	P		P			T	P	P	P		T			
Pasta al pomodoro	P					T			P		T			
Pasta al pomodoro e olive	P					T			P		T			
Pasta all'olio extravergine	P					T					T			
Pasta all'olio extravergine e salvia	P					T					T			
Pasta alla pizzaiola	P					T			P		T			
Pasta gratinata	P					T	P				T			
Riso all'olio Evo											P			
Risotto al pomodoro											P			
Risotto all'olio extravergine d'oliva											P			
Risotto con zucchine							P				P			
Trancio di pizza Margherita	P		T			T	P	T				T		

Secondi

Burger di pesce* al forno	P		P	P										
Burger di pesce* al forno	P		P	P										
Cotoletta di pollo impanata al forno	P		P											
Farinata														
Filetto di pesce* impanato al forno	P		P	P										
Formaggio							P							
Frittata agli spinaci*			P				P							
Frittata alle verdure			P				P							
Hamburger di bovino	P		P			T		T	P		T			
Hamburger di ceci	P					T		T			T			
Pollo al forno														
Polpette di bovino al forno	P		P			T	P	T			T			
Polpette di legumi	P		P			T	P				T			
Prosciutto cotto mezza porzione														



elenco allergeni



Nome piatto

Contorni

Biete* al forno														
Carote agli aromi														
Carote al forno														
Carote julienne														
Fagiolini* al forno														
Fagiolini* e pomodori														
Insalata di pomodori														
Insalata mista														
Insalata verde														
Pane integrale	P		T			T		T			T			
Patate al forno														
Patate al vapore														
Purea di patate						P								
Spinaci* al forno														
Zucchine al forno														
Zucchine al forno														

Frutta

Frutta fresca di stagione														
---------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Dessert

Crackers	P					T					T	T		
Dessert							P							
Frullato di frutta														
Latte e biscotti secchi	P		P			T	P	T						
Pane e marmellata	P		T	T		T	T	T			T			T
Torta margherita	P		P				P							
Yogurt							P							

Pane e Prodotti da forno

Pane bianco	P		T			T		T			T			
-------------	----------	--	----------	--	--	----------	--	----------	--	--	----------	--	--	--

Generi di conforto

Parmigiano grattugiato							P							
------------------------	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--

Dipartimento di Prevenzione

SC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN

Direttore: Dr Marcello Caputo

Telefono: 0172 699245 -E-mail: sian@aslcn1.it

Calendario stagionalità ortofrutta

GENNAIO

Frutta

Arance, Clementine, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi

Verdura

Bietole da coste, Carciofi, Carote, Broccoli, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Radicchio, Rape, Spinaci, Zucche

FEBBRAIO

Frutta

Arance, Clementine, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi

Verdura

Bietole da coste, Carciofi, Carote, Broccoli, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Radicchio, Rape, Spinaci, Zucche

MARZO

Frutta

Arance, Kiwi, Limoni, Mele, Pere, Pompelmi

Verdura

Asparagi, Bietole da coste, Carciofi, Carote, Broccoli, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Cipolline, Finocchi, Insalate, Radicchio, Rape, Sedano, Spinaci

APRILE

Frutta

Arance, Fragole, Kiwi, Limoni, Mele, Nespole, Pere, Pompelmi

Verdura

Aglione, Asparagi, Bietole da coste, Carciofi, Carote, Cavolfiori, Cavoli, Cicoria, Cipolline, Finocchi, Insalate, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Spinaci

MAGGIO

Frutta

Ciliegie, Fragole, Kiwi, Lamponi, Mele, Meloni, Nespole, Pere, Pompelmi

Verdura

Aglione, Asparagi, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cicoria, Cipolline, Fagiolini, Fave, Finocchi, Insalate, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Spinaci

GIUGNO

Frutta

Albicocche, Amarene, Ciliegie, Fichi, Fragole, Lamponi, Meloni, Pesce, Susine

Verdura

Aglione, Asparagi, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Fave, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Zucchine

RIF: allegato 3 – calendario stagionalità ortofrutta delle Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica della Regione Piemonte – marzo 2024

Eb/Per eventuali chiarimenti: sede territoriale di Cuneo- Corso Francia n.10

Tel. 0171 450691 –E-mail: sian@aslcn1.it



Sede legale ASL CN1
Via Carlo Boggio, 12 - 12100 Cuneo (CN)
P.IVA 01128930045
T. 0171.450111 - F. 0171.1865270
protocollo@aslcn1.legalmailPA.it

Dipartimento di Prevenzione

SC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN

Direttore: Dr Marcello Caputo

Telefono: 0172 699245 -E-mail: sian@aslcn1.it

Calendario stagionalità ortofrutta

LUGLIO

Frutta

Albicocche, Amarene, Anguria, Ciliegie, Fichi, Fragole, Lamponi, Meloni, Mirtilli, Pesce, Prugne, Susine

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Fave, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Zucchine

AGOSTO

Frutta

Anguria, Fichi, Fragole, Lamponi, Mele, Meloni, Mirtilli, Pere, Pesce, Prugne, Susine, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Zucche, Zucchine

SETTEMBRE

Frutta

Fichi, Lamponi, Mele, Meloni, Mirtilli, Pere, Pesce, Prugne, Susine, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavoli, Cetrioli, Cicoria, Fagiolini, Insalate, Melanzane, Peperoni, Pomodori, Radicchio, Ravanelli, Sedano, Spinaci, Zucche, Zucchine

OTTOBRE

Frutta

Castagne, Clementine, Kaki, Lamponi, Limoni, Mele, Pere, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavolfiore, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Insalate, Melanzane, Peperoni, Radicchio, Rape, Ravanelli, Sedano, Spinaci, Zucche

NOVEMBRE

Frutta

Arance, Castagne, Clementine, Kaki, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi, Uva

Verdura

Aglio, Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavolfiore, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Insalate, Radicchio, Rape, Sedano, Spinaci, Zucche

DICEMBRE

Frutta

Arance, Castagne, Clementine, Kaki, Kiwi, Limoni, Mandarini, Mele, Pere, Pompelmi, Uva

Verdura

Bietole da coste, Carote, Broccoli, Cavolfiore, Cavoli, Cicoria, Finocchi, Insalate, Radicchio, Rape, Spinaci, Zucche

RIF: allegato 3 – calendario stagionalità ortofrutta delle Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica della Regione Piemonte – marzo 2024

Eb/Per eventuali chiarimenti: sede territoriale di Cuneo- Corso Francia n.10

Tel. 0171 450691 –E-mail: sian@aslcn1.it

Dipartimento di Prevenzione
SC Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - SIAN

Direttore: Dr Marcello Caputo

Telefono: 0172 699245 -E-mail: sian@aslcn1.it
GRAMMATURE ASILI NIDO

*Le grammature differenziate per 6-9 MESI, 9-12 MESI, 12-36 MESI
 (i grammi sono riferiti all'alimento a crudo e al netto di scarti)*

Tipologie Alimenti	6-9 mesi gr	9-12 mesi gr	12-36 mesi gr
pasta, riso, mais, orzo, farro nei piatti asciutti	20-25	25-30	35-40
pasta, riso, mais, orzo, farro nei piatti in brodo	10-15	15-20	20-25
patate	50-60	50-60	60-70
carne fresca	20-30	20-30	30-40
omogeneizzato di carne	40	40	no
pesce fresco	30-40	30-40	40-50
omogeneizzato di pesce	40	40	no
formaggio ricotta	30	30	30-35
formaggio tipo mozzarella/caciotta	20	20	25-30
formaggio stagionato	10	10	15-20
uova	mezzo	mezzo	1
legumi secchi	10-15	10-15	15-20
legumi freschi	40-45	40-45	45-60
verdura in foglia crude	15-20	20-25	25-30
verdura in foglia da cuocere (spinaci, biette)	30-50	30-50	60-70
verdura non in foglia	30-50	30-50	60-70
mix verdura per zuppe	no	no	no
pane	15-20	15-20	20-30
frutta fresca	80	80	80-100
olio per pasto	5	5	5
parmigiano per condire il primo piatto	5	5	5

Tratte da *Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica Della Regione Piemonte 2024*

Eb/Per eventuali chiarimenti: sede territoriale di Cuneo- Corso Francia n.10
 Tel. 0171 450691 -E-mail: sian@aslcn1.it



LINEE DI INDIRIZZO PER LA PREVENZIONE DEL SOFFOCAMENTO DA CIBO IN ETA PEDIATRICA

Consigli su taglio, manipolazione e somministrazione degli alimenti pericolosi per bambini (0-5 anni)
 "Taglio alimenti per bambini in sicurezza"



„Chi salva un bambino, salva il mondo intero“

ALIMENTI MOLLI O SCIVOLOSI



UVA
Rimuovere i semi e tagliare gli acini nel senso della lunghezza



CILIEGIA
Rimuovere il nocciolo e tagliare in quattro parti



WURSTEL
Tagliare in quattro parti nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale (a rondella)



MOZZARELLA
Tagliare in piccoli pezzetti, evitare di aggiungerla come ingrediente a piatti caldi (con il calore può generare un pericoloso "effetto colla", come gli altri formaggi a pasta filata)



POMODORINI E OLIVE
Tagliare in quattro parti ed eventualmente in pezzetti più piccoli.



KIWI
Tagliare il frutto nel senso della lunghezza e poi ricavarne pezzetti più piccoli (evitare il taglio a rondella)

ALIMENTI SOLIDI O SCIVOLOSI



GNOCCHI
Evitare l'abbinamento a formaggi che possono sciogliersi e creare l'effetto colla"



PASTA
Scegliere i formati più piccoli.



ALIMENTI DURI E SECCHI



CAROTE
Tagliare nel senso della lunghezza e poi in pezzetti più piccoli. Evitare il taglio trasversale (a rondella)



FINOCCHIO CRUDO, SEDANO
Eliminare i filamenti e tagliare in piccoli pezzi



ARACHIDI, NOCI E FRUTTA A GUSCIO
Sminuzzare in piccoli pezzi o tritare finemente

ALIMENTI APPICCIICOSI O COLLOSI



CARNE O PEZZI DI FORMAGGIO
Tagliare in piccoli pezzetti



PROSCIUTTO CRUDO
Rimuovere il grasso ed evitare sempre la fetta intera. Ridurre in piccoli pezzi



BURRO, FORMAGGI DENSII
Spalmare sul pane (evitare il cucchiaino)



MELA, PERA
Tagliare in pezzetti piccoli. Nel primo anno di vita del bambino, grattugiare



PESCA, PRUGNA, SUSINA
Rimuovere il nocciolo e tagliare in piccoli pezzi. Nel primo anno di vita del bambino, omogeneizzare o frullare



FORMAGGIO
Somministrare a piccoli pezzettini



BANANA
Sorvegliare il bambino affinché non faccia bocconi grandi, in grado di chiudere le vie aeree se inalati



UVA E FRUTTA SECCA
Tagliare in pezzetti piccoli

Salva una vita

Il consumo di caramelle dure e gommose, gelatine, marshmallow, gomme da masticare, popcorn, sfoglie di patate fritte croccanti e snack simili è fortemente sconsigliato fino all'età di 4/5 anni

(Rif. Linee di indirizzo Ministero della Salute. Principali regole per un pasto sicuro, preparazione degli alimenti)



Da un'idea del Dott. **Marco Squicciarini**
 Medico Volontario - Esperto in Rianimazione Cardiopolmonare di Base e Manovre Disostruzione Pediatriche
 PER INFO CORSI: WWW.TWOLIFE.EU / EMAIL: INFO@TWOLIFE.EU / CELL: 335.662.0.668

