



A.S.L. V.C.O.

Azienda Sanitaria Locale
del Verbano Cusio Ossola

Sede legale : Via Mazzini, 117 - 28887 Omegna (VB)
Tel. +39 0323.5411 0324.4911 fax +39 0323.643020
e-mail: protocollo@pec.aslvco.it - www.aslvco.it

P.I./Cod.Fisc. 00634880033

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

SOC IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

Sede Centrale: Via IV Novembre 294 - 28882 Omegna Tel 0323 868020/23 - Fax 0323 868022 e-mail dipprev@aslvco.it

Direttore Sostituto Dott.ssa Daniela Baldassarri

Novembre 294 Tel 0323 868040 Fax 0323 868042

Sede Operativa Verbania Viale S. Anna 83 Tel 0323 541441-541467 Fax 0323 557347

Sede Operativa Domodossola Via Scapaccino 47 Tel 0324 491677 Fax 0324 491668

Prot. 56616 /23/SIAN

Verbania, 11 SET. 2023

Spett.le

Comune di MERGOZZO

Via Pallanza n. 2

28802 MERGOZZO (VB)

c.a. Sig.ra Marilena Pascali

pec: mergozzo@pcert.it

OGGETTO: approvazione menù stagionali per la Scuola dell'Infanzia di Mergozzo.

In riferimento alle Vostre note n. 6360 del 07/09/2023 - n. 4654 del 30/06/2023 e ai contatti telefonici intercorsi, si inviano i menù autunno - inverno e primavera - estate approvati per la Scuola dell'Infanzia del Comune di Mergozzo.

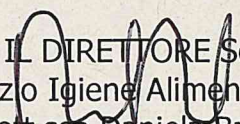
I suddetti menù hanno una **validità di 5 anni**, salvo Vostra richiesta di variazioni o in caso di modifiche/integrazioni da parte del SIAN per adempiere agli aggiornamenti in campo dietetico e nutrizionale.

In merito alle eventuali diete etico - religiose, si raccomanda la compilazione da parte del personale addetto alla preparazione dell'apposita griglia per la valutazione delle corrette modalità di attuazione, come previsto dalla procedura inoltrata con nota ASL VCO del 11/04/2023 prot. n. 23904.

Si ricorda che il menù affisso nelle scuole, in cucina e consegnato ai genitori degli alunni, dovrà essere copia dell'originale elaborato e vidimato dall'ASL VCO, con data e timbro.

Si ribadisce l'importanza di anticipare la frutta del pasto nello spuntino di metà mattina al fine di abituare i bambini a mangiare meno prodotti confezionati (biscotti, merendine, snacks salati, ecc). Questa strategia, oltre a promuovere il consumo di frutta, ha come obiettivo la riduzione degli sprechi.

A disposizione per eventuali chiarimenti, si porgono distinti saluti.


IL DIRETTORE Sostituto
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Daniela Baldassarri



Comune di MERGOZZO

Scuola dell'Infanzia

Menù primavera - estate

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana
Lunedì	Pasta all'ortolana/con ragù di verdura Pollo/Coniglio arrosto Insalata di pomodori	Risotto allo zafferano Formaggio (*) Insalata di pomodori	Minestra di verdura estiva con orzo/riso Petto di pollo impanato (al forno) Patate al forno	Risotto allo zafferano Lonza arrosto/agli aromi Insalata mista
Martedì	Risotto con piselli Tortino (°) di verdura con uova <u>oppure</u> Frittata con verdura (al forno) / Uova sode / strapazzate Insalata verde / mista	Passato di verdura con pasta Prosciutto cotto/crudo/Bresaola Patate all'olio	Pizza pomodoro e mozzarella Insalata mista con fagioli / Insalata di carote con piselli all'olio	Pasta al pesto Formaggio (*) Erbette/Spinaci all'olio
Mercoledì	Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di formaggio (*) Fagiolini all'olio/in insalata	Pasta integrale al pesto / pomodoro e pesto Pesce (°) impanato (al forno) Insalata mista	Ravioli di magro burro e salvia Frittata con patate (al forno) / Uova sode / strapazzate Insalata di pomodori	Pasta integrale con pomodoro e olive Polpette di zucchine / verdura / legumi (al forno) Insalata di pomodori
Giovedì	Crema di zucchine con riso Bovino adulto alla pizzaioia Purea di patate fresche/Patate al forno	Gnocchi di patate al pomodoro Scaloppine di tacchino al limone Erbette/Spinaci/Zucchine all'olio	Pasta con pomodoro fresco e basilico Polpette/Polpettone di bovino adulto Zucchine e/o Melanzane trifolate	Pasta olio e parmigiano Tacchino arrosto Insalata verde / Fagiolini all'olio
Venerdì	Pasta con pomodoro fresco e basilico / Pasta al tonno Pesce (°) al forno Insalata di carote grattugiate	Risotto ai formaggi / alla parmigiana Polpette di legumi (al forno) Carote all'olio <u>oppure</u> Piselli e carote all'olio	Risotto primavera / alle zucchine Pesce (°) agli aromi Fagiolini in insalata/al pomodoro	Minestra di verdure estive con riso Pesce (°) gratinato/impanato (al forno) Patate prezzemolate / all'olio

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE** e con **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina)
1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice o di primo in brodo) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, gelato, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio:** ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^) **Tipologie di pesce:** platessa, sogliola, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

(°) **Il tortino di verdura e uova** va preparato con una base di pasta per pizza. Il **tortino di patate** e uova va preparato solo con patate senza base di pasta
Insalata mista (combinazione di due o più delle seguenti verdure): insalata verde, pomodori, carote, cetrioli, peperoni, mais, ecc.

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato

08 SET. 2023

A.S.L. VCO

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
 SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
 DIETISTA Dott.ssa **Katia FASOLO**

Katia Fasolo

Comune di MERGOZZO

Scuola dell'Infanzia

Menù autunno – inverno

	1^ settimana	2^ settimana	3^ settimana	4^ settimana
Lunedì	Pasta integrale al pomodoro Formaggio (*) Carote all'olio / grattugiate in insalata	Pasta pomodoro e olive Scalop. di tacchino al limone (al forno) Cavolfiori gratinati al forno	Polenta Brasato/Speczattino/Macinata di bovino adulto Carote in umido	Risotto allo zafferano Fesa di tacchino burro e salvia (al forno) Broccoli gratinati / Verza stufata
Martedì	Passato di verdura con farro/orzo/riso Lonza alla pizzaiola Purea di patate fresche	Pasta e fagioli/lenticchie (passati) Formaggio (*) Carote all'olio / grattugiate in insalata	Pasta con olio/burro e parmigiano Pesce (^) al pomodoro / Polpette di pesce (^) Insalata verde / mista	Pasta con ragù di verdure Tortino (^) di patate con uova / Frittata con patate / semplice (al forno) / Uova strapazzate Insalata mista
Mercoledì	Ravioli di magro burro e salvia Polpette di legumi (al forno) Insalata mista	Gnocchi di patate al pomodoro Frittata al prosciutto (al forno) Insalata verde / mista	Minestra di verdura / Verdura cotta o cruda Pizza pomodoro e mozzarella ½ porzione di prosciutto cotto/crudo/ bresaola	Lasagne con ragù di bovino adulto e besciamella Piselli all'olio/Lenticchie in umido Carote grattugiate in insalata/all'olio
Giovedì	Risotto alla parmigiana Pollo impanato (al forno) Finocchi gratinati / in insalata	Risotto alla zucca/allo zafferano Polpettone di bovino adulto al forno Coste/Erbe/Spinaci all'olio	Pasta integrale al pomodoro/ con salsa aurora Cosce di pollo arrosto Finocchi gratinati / in insalata	Pasta al pomodoro Formaggio (*) Coste/Erbe/Spinaci all'olio
Venerdì	Pasta al tonno/pomodoro e pesto Pesce (^) alla mugnaia Fagiolini all'olio	Passato di verdura con crostini Pesce (^) impanato al forno Patate al forno / all'olio	Crema di piselli e carote con riso Uova strapazzate/Formaggio (*) Purea di patate fresche	Minestra di riso e porri / verdura Pesce (^) gratinato al forno Patate al forno

Il pranzo viene completato con **PANE COMUNE - INTEGRALE** e con **FRUTTA FRESCA di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina)
1 volta/settimana (preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice o di primo in brodo) la frutta può essere sostituita con Yogurt o con un Dolce semplice tipo: budino, torta margherita, allo yogurt, crostata di frutta o marmellata, ecc.

(*) **Tipologie di formaggio**: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta, scamorza, fontina, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, grana padano, ecc.

(^*) **Tipologie di pesce**: platessa, sogliola, nasello o merluzzo, cernia, orata, trota, ecc.

(^*) **Il tortino di verdura e uova** va preparato con una base di pasta per pizza. Il **tortino di patate** e uova va preparato solo con patate senza base di pasta

Insalata mista (combinazione di due o più delle seguenti verdure): insalata verde, insalata rossa, cavolo verde, cavolo rosso, verza, carote, finocchi, mais, barbabietole, ecc.

Si raccomanda:

- ✓ la diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ l'utilizzo esclusivo di sale iodato

A.S.L. VCO

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIE/ISTA Dott.ssa Katia FASOLO

08 SET. 2023

[Firma]