COMUNE DI MOZZATE

CAPITOLATO DESCRITTIVO E PRESTAZIONALE

ALLEGATO “B”

MENÙ E SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE ALLE GRAMMATURE RISTORAZIONE SCOLASTICA, DOPOSCUOLA, CENTRO ESTIVO E CDD

DELL’APPALTO DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE SCOLASTICA, DEL DOPOSCUOLA E CENTRO ESTIVO

PER COMUNE DI MOZZATE, CON FACOLTA’ DI AFFIDAMENTO SERVIZIO ANALOGO PER COMUNE DI CARBONATE E ASP

DAL 01.09.2021-31.08.2024

(CON FACOLTA’ DI RINNOVO PER ULTERIORI ANNI 2)

A RIDOTTO IMPATTO AMBIENTALE AI SENSI DEI CAM DI CUI AL DM 65/2020

CIG 8877000C21

MENÙ INVERNALE – SCUOLA INFANZIA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^ settimana dal 2/11/20 al 6/11/20 dal 30/11/20 al 4/12/20 dal 7/01/21 all'8/01/21 dal 1/02/21 al 5/02/21 dal 29/02/21 al 2/03/21 dal 29/03/21 al 31/03/21	Fusilli olio e grana Cosce di pollo arrosto Verdure crude miste Frutta fresca di stagione	Pasta al Pesto Rosso Frittata Cavolo Cappuccio Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Cotoletta di pesce Carote lessate all'olio Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo Petto di pollo al forno Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Passato di ceci con pasta Patate al forno Frutta fresca di stagione
2^ settimana dal 9/11/20 al 13/11/20 dal 9/12/20 all'11/12/20 dall'11/01/21 al 15/01/21 dall'8/02/21 al 12/02/21 dall'8/03/21 al 12/03/21	Focaccia Asiago Spinaci all'olio Frutta fresca di stagione	Vellutata di Verdure Polpette di manzo in umido Carote julienne Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Fesa di tacchino affettato Cavolfiori Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo Pesce al forno Insalata mista Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli Carote prezzemolate Frutta fresca di stagione
3^ settimana dal 16/11/20 al 20/11/20 dal 14/12/20 al 18/12/20 dal 18/01/21 al 22/01/21 dal 15/02/21 al 17/02/21 dal 15/03/21 al 18/03/21	Gnocchi al pomodoro Frittata Cavolo Cappuccio brasato Frutta fresca di stagione	Pennette EVO con Parmigiano Mozzarella Spinaci Frutta fresca di stagione	Pizza Margherita Verdure miste crude Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Filetto di platessa dorata Finocchi in insalata Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con riso Patate al forno Frutta fresca di stagione
4 ^ settimana dal 23/11/20 al 17/11/20 dal 21/12/20 al 22/12/20 dal 25/01/21 al 29/01/21 dal 22/02/21 al 26/02/21 dal 22/03/21 al 26/03/21	Pasta con Salsa Aurora Hamburger di carne bianca Insalata Mista Frutta fresca di stagione	Risotto alla Milanese Formaggio Broccoletti Frutta fresca di stagione	Vellutata di Verdure Bastoncini di pesce Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pomodoro Piselli Carote lessate all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta al Pesto Frittata Erbette Frutta fresca di stagione

Ogni giorno sarà servito pane bianco o integrale o ai cereali, a ridotto contenuto di sale.

MENÙ INVERNALE – SCUOLA PRIMARIA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^ settimana dal 2/11/20 al 6/11/20 dal 30/11/20 al 4/12/20 dal 7/01/21 all'8/01/21 dal 1/02/21 al 5/02/21 dal 29/02/21 al 2/03/21 dal 29/03/21 al 31/03/21	Pasta integrale Zucchine e Zafferano Cosce di polo arrosto Verdura cruda mista Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto rosso Frittata Cavolo cappuccio Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Cotoletta di pesce Carote lessate all'olio Frutta fresca di stagione	Lasagne alla Bolognese Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio e grana Polpette di ceci Broccoletti Frutta fresca di stagione
2^ settimana dal 9/11/20 al 13/11/20 dal 9/12/20 all'11/12/20 dall'11/01/21 al 15/01/21 dall'8/02/21 al 12/02/21 dall'8/03/21 al 12/03/21	Focaccia Asiago Spinaci all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta al Ragù vegetale Polpette di manzo in umido Carote julienne Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Fesa di tacchino affettato Cavolfiori Frutta fresca di stagione	Tortellini di magro burro e salvia Pesce al forno Insalata mista Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli Carote prezzemolate Frutta fresca di stagione
3^ settimana dal 16/11/20 al 20/11/20 dal 14/12/20 al 18/12/20 dal 18/01/21 al 22/01/21 dal 15/02/21 al 17/02/21 dal 15/03/21 al 18/03/21	Gnocchi al pomodoro Frittata Cavolo cappuccio Frutta fresca di stagione	Pennette EVO con Parmigiano Mozzarella Spinaci Frutta fresca di stagione	Pizza Margherita Verdure miste crude Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Filetto di platessa dorato Finocchi in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Borlotti in umido Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione
4 ^ settimana dal 23/11/20 al 17/11/20 dal 21/12/20 al 22/12/20 dal 25/01/21 al 29/01/21 dal 22/02/21 al 26/02/21 dal 22/03/21 al 26/03/21	Pasta con Salsa Aurora Hamburger di carne bianca Insalata Mista Frutta fresca di stagione	Risotto alla Milanese Formaggio Broccoletti Frutta fresca di stagione	Pasta integrale al pomodoro Bastoncini di pesce Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pomodoro (1,9) Piselli Carote lessate all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Frittata Erbette Frutta fresca di stagione

Ogni giorno sarà servito pane bianco o integrale o ai cereali, a ridotto contenuto di sale.

MENÙ INVERNALE – SCUOLA SECONDARIA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^ settimana dal 2/11/20 al 6/11/20 dal 30/11/20 al 4/12/20 dal 7/01/21 all'8/01/21 dal 1/02/21 al 5/02/21 dal 29/02/21 al 2/03/21 dal 29/03/21 al 31/03/21	Pasta integrale Zucchine e Zafferano Frittata Verdura cruda mista Frutta fresca di stagione	-	Risotto alla Parmigiana Cotoletta di pesce Carote lessate all'olio Frutta fresca di stagione	Lasagne alla Bolognese Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	-
2^ settimana dal 9/11/20 al 13/11/20 dal 9/12/20 all'11/12/20 dall'11/01/21 al 15/01/21 dall'8/02/21 al 12/02/21 dall'8/03/21 al 12/03/21	Tortellini di magro burro e salvia Formaggio Spinaci all'olio Frutta fresca di stagione	-	Pasta al pesto fesa di tacchino affettato Cavolfiori Frutta fresca di stagione	Focaccia Prosciutto cotto Insalata Mista Frutta fresca di stagione	-
3^ settimana dal 16/11/20 al 20/11/20 dal 14/12/20 al 18/12/20 dal 18/01/21 al 22/01/21 dal 15/02/21 al 17/02/21 dal 15/03/21 al 18/03/21	Gnocchi al pomodoro Frittata Cavolo cappuccio brasato Frutta fresca di stagione	-	Pennette EVO con Parmigiano Mozzarella Spinaci Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Filetto di platessa dorato Finocchi in insalata Frutta fresca di stagione	-
4 ^ settimana dal 23/11/20 al 17/11/20 dal 21/12/20 al 22/12/20 dal 25/01/21 al 29/01/21 dal 22/02/21 al 26/02/21 dal 22/03/21 al 26/03/21	Pasta con Salsa Aurora Hamburger di carne bianca Insalata Mista Frutta fresca di stagione	-	Pasta integrale al pomodoro Bastoncini di pesce Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pomodoro Piselli Carote lessate all'olio Frutta fresca di stagione	-

Ogni giorno sarà servito pane bianco o integrale o ai cereali, a ridotto contenuto di sale.

MENÙ ESTIVO – SCUOLA INFANZIA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^ settimana dall'08/04/21 al 09/04/21 dal 03/05/21 al 07/05/21 dal 31/05/21 al 04/06/21 dal 28/06/21 al 30/06/21	Vellutata di verdura con pasta Fusi di pollo al forno Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pomodoro Piselli Carote al vapore Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Bastoncini di pesce Insalata verde Frutta fresca di stagione	Pasta pomodoro Arrosto di lonza al forno Spinaci Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo Frittata Carote a julienne Frutta fresca di stagione
2^ settimana dal 12/04/21 al 16/04/21 dal 10/05/21 al 14/05/21 dal 07/06/21 al 11/06/21	Risotto alla Milanese Mozzarella Fagiolini Frutta fresca di stagione	Pizza Margherita Verdure crude miste Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con pasta Bresaola Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta integrale con pesto di zucchine Platessa al forno Insalata mista Frutta fresca di stagione	Tortellini in brodo Borlotti al Pomodoro Carote al vapore Frutta fresca di stagione
3^ settimana dal 19/04/21 al 23/04/21 dal 17/05/21 al 21/05/21 dal 14/06/21 al 18/06/21	Rigatini al pomodoro Primo sale e pomodorini Carote a julienne Frutta fresca di stagione	Vellutata di carote con riso Uova sode Erbette Frutta fresca di stagione	Mezze penne olio e grana Petto di pollo alla curcuma Insalata verde Frutta fresca di stagione	Crema di legumi con pasta Patate arrosto Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Platessa al forno Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione
4^ settimana dal 26/04/21 al 30/04/21 dal 24/05/21 al 28/05/21 dal 21/06/21 al 25/06/21	Gnocchi al pomodoro Prosciutto cotto Zucchine Frutta fresca di stagione	Passato di verdura con pasta Cotoletta di pesce Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Risotto alla Milanese Frittata Insalata mista Frutta fresca di stagione	Mezze maniche olio e grana Arrosto di tacchino Carote e mais Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli Patate arrosto Frutta fresca di stagione

Ogni giorno sarà servito pane bianco o integrale o ai cereali, a ridotto contenuto di sale.

MENÙ ESTIVO – SCUOLA PRIMARIA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^ settimana dall' 08/04/21 al 09/04/21 dal 03/05/21 al 07/05/21 dal 31/05/21 al 04/06/21	Fusilli olio e grana Fusi di pollo al forno Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pomodoro Piselli in umido Carote al vapore Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Bastoncini di pesce Insalata verde Frutta fresca di stagione	Pasta pomodoro Arrosto di lonza al forno Spinaci Frutta fresca di stagione	Ravioli di magro burro e salvia Frittata Carote a julienne Frutta fresca di stagione
2^ settimana dal 12/04/21 al 16/04/21 dal 10/05/21 al 14/05/21 dal 07/06/21 all' 08/06/21	Risotto alla Milanese Mozzarella Fagiolini Frutta fresca di stagione	Pasta al Pesto Bresaola Verdure crude miste Frutta fresca di stagione	Pizza Margherita Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta integrale con pesto di zucchine Platessa al forno Carote al vapore Frutta fresca di stagione	Tortellini alla crema di Parmigiano Borlotti al Pomodoro Insalata mista Frutta fresca di stagione
3^ settimana dal 19/04/21 al 23/04/21 dal 17/05/21 al 21/05/21	Pasta integrale al pomodoro Primo sale olive e pomodorini Carote a julienne Frutta fresca di stagione	Risotto alla Milanese Uova sode Erbette Frutta fresca di stagione	Mezze penne olio e grana Petto di pollo alla curcuma Insalata mista Frutta fresca di stagione	Crema di legumi con pasta Patate arrosto Frutta fresca di stagione	Risotto alla Parmigiana Platessa al forno Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione
4^ settimana dal 26/04/21 al 30/04/21 dal 24/05/21 al 28/05/21	Gnocchi al pomodoro Prosciutto cotto Zucchine Frutta fresca di stagione	Fusilli con ragù di verdure Cotoletta di pesce Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Lasagne alla Bolognese Spinaci Frutta fresca di stagione	Mezze maniche olio e grana Arrosto di tacchino Insalata verde Frutta fresca di stagione	Pasta con pomodoro e ricotta Frittata Carote e mais Frutta fresca di stagione

Ogni giorno sarà servito pane bianco o integrale o ai cereali, a ridotto contenuto di sale.

MENÙ ESTIVO – SCUOLA SECONDARIA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1^ settimana dall' 08/04/21 al 09/04/21 dal 03/05/21 al 07/05/21 dal 31/05/21 al 04/06/21	Fusilli olio e grana Fusi di pollo al forno Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	-	Risotto alla Parmigiana Bastoncini di pesce Insalata verde Frutta fresca di stagione	Pasta pomodoro Arrosto di lonza al forno Spinaci Frutta fresca di stagione	-
2^ settimana dal 12/04/21 al 16/04/21 dal 10/05/21 al 14/05/21 dal 07/06/21 al 08/06/21	Risotto alla Milanese Mozzarella Fagiolini Frutta fresca di stagione	-	Pasta al Pesto Bresaola Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta integrale con pesto di zucchine Platessa al forno Carote al vapore Frutta fresca di stagione	-
3^ settimana dal 19/04/21 al 23/04/21 dal 17/05/21 al 21/05/21	Pasta integrale al pomodoro Primo sale olive e pomodorini Carote a julienne Frutta fresca di stagione	-	Mezze penne olio e grana Petto di pollo alla curcuma Insalata verde Frutta fresca di stagione	Lasagne alla Bolognese Spinaci Frutta fresca di stagione	-
4^ settimana dal 26/04/21 al 30/04/21 dal 24/05/21 al 28/05/21	Gnocchi al pomodoro Prosciutto cotto Zucchine Frutta fresca di stagione	-	Pasta al pomodoro Frittata Carote e mais Frutta fresca di stagione	Mezze maniche olio e grana Arrosto di tacchino Insalata verde Frutta fresca di stagione	-

Ogni giorno sarà servito pane bianco o integrale o ai cereali, a ridotto contenuto di sale.

TABELLE DIETETICHE / PROSPETTO GRAMMATURE PASTI REFEZIONE SCOLASTICA e CDD

Le grammature sono indicate al crudo e al netto degli scarti, tranne quando diversamente indicato.
Tutto ciò che non viene esplicitamente espresso, verrà valutato in relazione ai riferimenti normativi/letteratura (linee guida, testi scientifici).

CEREALI E DERIVATI	**Scuola Infanzia**	**Scuola Primaria**	**Scuola secondaria/Adulti**
Pasta asciutta	60	70	100
Riso per risotto	60	70	120
Orzo, farro asciutti	60	70	80
Pasta, riso, orzo o farro in minestra	30	40	50
Miglio	30	40	50
Fiocchi d'avena	20	30	30
Gnocchi di patate	100	150	230
Farina di mais per polenta	30	50	70
Trancio di pizza (peso a cotto)	150	200	250
Pane	30	50	80
Crostini	20	30	30
CARNI, PESCE, UOVA	**Scuola Infanzia**	**Scuola Primaria**	**Scuola secondaria/Adulti**
Pollo (petto/coscia)	50	80	120
Tacchino	50	80	120
Pollo/tacchino per polpette	30	40	70
Lonza	50	80	120
Vitellone per bistecche, svizzera, arrosto	50	80	120
Vitellone per spezzatino	50	80	120
Vitellone per bollito	40	70	100
Vitellone per polpette	25	40	60
Carne per ragù	15	20	40
Pesce (sogliola, platessa, tranci di merluzzo, halibut, etc.)	80	100	150
Tonno (1° piatto)	15	20	40
Tonno (2° piatto)	40	50	80
Uova per frittata e omelette	n.1	n.1	n. 1 e ½
Uova per polpette, ecc. (per 10 utenti)	n.1	n.1	n.1
Uova per tortini, flan, sformati di uova e verdure	n. 1/2	n. 1/2	n.1
FORMAGGI e SALUMI	**Scuola Infanzia**	**Scuola Primaria**	**Scuola secondaria/Adulti**
Formaggi freschi:			
- mozzarella, crescenza (1° piatto)	25	35	40
- mozzarella, crescenza (2° piatto)	50	70	100
- ricotta (1° piatto)	25	35	40
- ricotta (2° piatto)	50	70	100
Formaggi stagionati (taleggio, fontina, asiago, grana DOP, gorgonzola, ecc.)			
- per 1° piatto	10	10	20
- per 2° piatto	30	40	50
- per ripieni (polpette, frittate)	15	20	25
Parmigiano reggiano grattugiato	5	5	10
Piatto misto di formaggi	40	50	70
Bresaola, prosciutto cotto o crudo	20	30	50

ORTAGGI, PATATE e LEGUMI	Scuola Infanzia	Scuola Primaria	Scuola secondaria/Adulti
Verdure e Legumi per primi piatti: - Pomodori pelati per sugo (per primi/secondi piatti) - Verdure miste per minestroni, passati, creme	 40 90	 50 120	 60 150
ORTAGGI, PATATE e LEGUMI			
Verdure e legumi per risotti e paste: - asparagi, carciofi, zucchine, zucca etc. - radicchio, lattuga - legumi freschi o surgelati - legumi secchi	 50 15 20 10	 70 20 30 20	 100 25 50 25
Verdure per secondi piatti: - Verdure per frittata - Verdure per scaloppine, polpette, crocchette, spezzatino ecc. - Verdure miste per timballi e sformati - Verdure miste per verdure ripiene	 40 40 60 120	 50 60 80 150	 60 80 100 200
Legumi per crocchette, sformati, polpette: - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) secchi - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) freschi/surgelati	 25 70	 30 90	 40 100
Verdure crude per contorni: - Insalata - Pomodori da insalata - Carote e finocchi crudi	 30 60 40	 40 100 40	 50 150 100
Verdure cotte per contorni: - Cavolfiore, peperoni, melanzane, spinaci, biete, zucchine, fagiolini, ecc	120	150	200
Patate: - Patate per contorno - Patate per purea - Patate per spezzatino - Patate per spezzatino (con verdure o piselli)	 120 120 40 20	 150 150 60 30	 200 200 80 45
Legumi per contorni: - Legumi (piselli, lenticchie,ecc.) freschi o surgelati - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) secchi	 40 20	 60 25	 90 30
CONDIMENTI	**Scuola Infanzia**	**Scuola Primaria**	**Scuola secondaria/Adulti**
Olio extra-vergine d'oliva a crudo: - per primi e secondi piatti - per contorno	 5 5	 5 10	 10 10
Pesto	5	10	10
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE (peso al lordo)	**Scuola Infanzia**	**Scuola Primaria**	**Scuola secondaria/Adulti**
Frutta di stagione	100	150	180
Frutta cotta	140	160	200

PRODOTTI VARI	Scuola Infanzia	Scuola Primaria	Scuola secondaria/Adulti
Latte parz. scremato (per polpette, frittate, sughi,ecc.)	5	10	10
Olive per primi e secondi piatti	20	22	30
Noci/pinoli per salse o sughi	2	4	6
Yogurt al naturale (per creme e salse)	15	20	30