

Già dalla scuola materna, e soprattutto in quella elementare, si possono attuare le prime tappe dell'educazione alimentare, attraverso i risvolti educativo-preventivi della mensa scolastica.

Il momento di socializzazione, offerto dal mangiare insieme ai compagni e agli insegnanti, porta ad acquisire nuove e corrette abitudini alimentari che, passando attraverso l'imitazione di modelli vissuti come corretti, permangono nel comportamento del bambino e possono diventare una guida per i genitori.

L'attenzione verso temi come l'alimentazione e l'educazione sanitaria stimolano la collaborazione degli operatori scolastici e delle famiglie per la formazione di un atteggiamento più attento ai consumi alimentari e al ruolo educativo del pasto in mensa con un fine comune: il benessere dei bambini.

Il menù scolastico è stato stilato e studiato nel rispetto dei ritmi scolastici e degli standard di crescita funzionale dei piccoli alunni; esso comprende cibi di stagione e frutta e garantisce una varietà qualitativa con idonee grammature idonee in quanto il pasto a scuola "...rappresenta il punto di partenza per equilibrare l'alimentazione giornaliera e prevenire l'obesità in età evolutiva...".

Il Menù pertanto è elaborato su diverse settimane, a rotazione, e diversificato almeno per il periodo autunno-inverno e primavera-estate, tenendo conto delle tradizioni locali e privilegiando la scelta di prodotti a filiera corta oltre che quelli provenienti da produzioni biologiche.

Come richiesto, il menù settimanale è costituito da:

- primi piatti a base di cereali preparati con ricette diverse, rispettando le tradizioni locali e spesso associati a verdure, ortaggi e legumi;
- frutta fresca di stagione di almeno tre tipi diversi nell'arco della settimana.
- PIATTI UNICI in sostituzione.

Sono stati inoltre elaborati schemi dietoterapeutici con menu "speciali" per bambini con patologie o preparare diete per casi specifici:

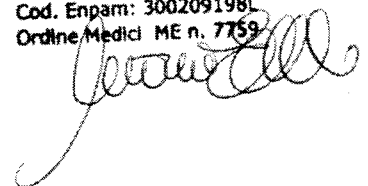
- dieta "leggera",
- diete per bambini con allergie e/o intolleranze alimentari realmente documentate sia sul piano clinico che di laboratorio o strumentale: la dieta, in questo caso, deve essere di eliminazione, cioè basata sul principio dell'esclusione degli alimenti che con maggior frequenza causano sintomi avversi;

*nella malattia celiaca l'esclusione dalla dieta di glutine deve essere rigorosa, tanto da rendere necessario che gli utensili per la preparazione dei pasti siano o del tipo "usa e getta" o adibiti per il confezionamento solo di questo tipo di cibi, sensibilizzando gli operatori al problema attraverso corsi di formazione.*

Anche per questi bambini sono stati previsti schemi dietetici base, differenziati per fasce di età.

Sant'Angelo di Brolo 05/10/2013

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 3002091981  
Ordine Medici ME n. 7759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu ottobre/marzo 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola dell'infanzia  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

1° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (50 gr) olio e parmigiano o Crema di carote con riso (50 gr)\*\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mela

\*\*CREMA di CAROTE: carote lessate, cipolla, latte, olio extra vergine oliva, parmigiano

2° GIORNO

Crema di lenticchie (o altri legumi) (40 gr) con ditalini (40 gr)\*

1 pera

\*CREMA DI LENTICCHIE: carota, cipolla, lenticchie, patate, pomodoro, sedano (passare finemente: NO bucce)

3° GIORNO

Risotto (50 gr) con una verdura\* o Riso al pomodoro (da alternare)

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 banana

\*SALSA con UNA VERDURA: brodo vegetale, cipolla, parmigiano reggiano, una verdura (bietole / carote / carciofi / cavolfiore / melanzane / peperoni / spinaci / zucca / zucchine)

4° GIORNO

Pasta (50 gr) al pomodoro\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 arancia

\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

5° GIORNO

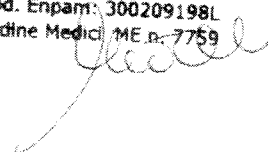
Passato di verdure con pastina (50 gr)\*

Parmigiano o grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 pera

\*PASSATO VERDURE: utilizzare il maggior numero di verdure di stagione possibile, far bollire, passare finemente. Solo sale, NO dado

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu ottobre/marzo 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola dell'infanzia  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

2° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (50 gr) al forno con ragù\*

1 banana

\*RAGU' di CARNE e BESCIAPELLA: carne vitellone macinata (esclusivamente dalla cucina), carote, cipolla, pomodoro, sedano; farina tipo 0, latte parzialmente scremato, parmigiano

2° GIORNO

Pastina (50 gr) in brodo vegetale\* o Pastina all'uovo (40 gr) con crema di fagioli (o altri legumi) (40 gr)\*\* (da alternare)

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mandarino

\*BRODO VEGETALE: utilizzare il maggior numero di verdure di stagione possibile, far bollire, filtrare. Solo sale, NO dado

\*\*CREMA DI FAGIOLI: carota, cipolla, fagioli secchi o freschi, patate, pomodoro, sedano (passare finemente: NO bucce)

3° GIORNO

Pasta (50 gr) al tonno\* o Farfalle (50 gr) al salmone\*\* (da alternare)

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 pera

\*SALSA al TONNO: cipolla, pomodoro, prezzemolo, tonno sott'olio di oliva

\*\*SALSA di SALMONE: cipolla, olio extra vergine oliva, salmone affumicato, prezzemolo

4° GIORNO

Gnocchi di patate (150 gr) al ragù di carne\* o Pizza mozzarella e pomodoro\*\*

Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 arancia

\*RAGU' di CARNE: carne vitellone macinata (esclusivamente dalla cucina), carote, cipolla, pomodoro, sedano

\*\*PIZZA MOZZARELLA E POMODORO Dosi per 1,5 Kg di prodotto: Farina bianca Kg 1, Lievito (secco attivo a lenta lievitazione o fresco di birra) gr 15, Olio extravergine d'oliva, gr 30, Acqua minerale q.b., Mozzarella bovina, pomodori pelati

5° GIORNO

Pasta (50 gr) al pomodoro\* o Pasta (50 gr) con piselli (40 gr) prosciutto cotto (30 gr)\*\* (da alternare)

Parmigiano o grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mela

\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

\*\*SALSA PROSCIUTTO e PISELLI: cipolla, piselli surgelati, olio extra vergine oliva, prosciutto cotto

Dott.ssa Elisabetta Morini

Spec. in Endocrinologia

Cod. Enpam: 300209198L

Ordine Medici ME n. 759

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E:mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu ottobre/marzo 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola elementare  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

1° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (80 gr) olio e parmigiano o Crema di carote con riso (80 gr)\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mela

\*CREMA di CAROTE: carote lessate, cipolla, latte, olio extra vergine oliva, parmigiano

2° GIORNO

Crema di lenticchie (o altri legumi) (50 gr) con ditalini (50 gr)\*

1 pera

\*CREMA DI LENTICCHIE (o misto legumi): carota, cipolla, lenticchie (o altri legumi), patate, pomodoro, sedano (passare finemente: NO bucce)

3° GIORNO

Risotto (70 gr) con una verdura\* o Riso (70 gr) al pomodoro\*\* (da alternare)

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 banana

\*SALSA con UNA VERDURA: brodo vegetale, cipolla, parmigiano reggiano, una verdura (bietole / carote / carciofi / cavolfiore / melanzane / peperoni / spinaci / zucca / zucchine)

\*\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

4° GIORNO

Pasta (80 gr) al pomodoro\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 arancia

\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

5° GIORNO

Passato di verdure con pastina (70 gr)\*

Parmigiano o grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 pera

\*PASSATO VERDURE: utilizzare il maggior numero di verdure di stagione possibile, far bollire, passare finemente. Solo sale, NO dado

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu ottobre/marzo 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola elementare  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

2° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (80 gr) al forno con ragù\*

1 banana

\***RAGU' di CARNE e BESCIAPELLA:** carne vitellone macinata (esclusivamente dalla cucina), carote, cipolla, pomodoro, sedano ; farina tipo 0, latte parzialmente scremato, parmigiano

2° GIORNO

Pastina (70 gr) in brodo vegetale\* o Pastina all'uovo (70 gr) con crema di fagioli (o altri legumi) (70 gr)\*\* (da alternare)  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mandarino

\***BRODO VEGETALE:** utilizzare il maggior numero di verdure di stagione possibile, far bollire, filtrare. Solo sale, NO dado  
\*\***CREMA DI FAGIOLI:** carota, cipolla, fagioli secchi o freschi, patate, pomodoro, sedano (passare finemente: NO bucce)

3° GIORNO

Pasta (80 gr) al tonno\* o Farfalle (80 gr) al salmone\*\* (da alternare)

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 pera

\***SALSA al TONNO:** cipolla, pomodoro, prezzemolo, tonno sott'olio di oliva

\*\***SALSA di SALMONE:** cipolla, olio extra vergine oliva, salmone affumicato, prezzemolo

4° GIORNO

Gnocchi di patate (180 gr) al ragù di carne\* o Pizza mozzarella e pomodoro\*\*

Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 arancia

\***RAGU' di CARNE:** carne vitellone macinata (esclusivamente dalla cucina), carote, cipolla, pomodoro, sedano

\*\***PIZZA MOZZARELLA E POMODORO Dosi per 1,5 Kg di prodotto:** Farina bianca Kg 1, Lievito (secco attivo a lenta lievitazione o fresco di birra) gr 15, Olio extravergine d'oliva, gr 30, Acqua minerale q.b., Mozzarella bovina, pomodori pelati

5° GIORNO

Pasta (80 gr) al pomodoro\* o Pasta (80 gr) con piselli (70 gr) prosciutto cotto (40 gr)\*\* (da alternare)

Parmigiano o grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mela

\***SALSA di POMODORO:** carote, cipolla, pomodoro, sedano

\*\***SALSA PROSCIUTTO e PISELLI:** cipolla, piselli surgelati, olio extra vergine oliva, prosciutto cotto

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam. 300209198L  
Ordine Medico ME n. 7759

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu ottobre/marzo 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola media  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

1° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (90 gr) olio e parmigiano o Crema di carote con riso (80 gr)\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 mela

\*CREMA di CAROTE: carote lessate, cipolla, latte, olio extra vergine oliva, parmigiano

2° GIORNO

Crema di lenticchie (o altri legumi) (70 gr) con ditalini (70 gr)\*  
1 pera

\*CREMA DI LENTICCHIE (o misto legumi): carota, cipolla, lenticchie (o altri legumi), patate, pomodoro, sedano  
(passare finemente: NO bucce)

3° GIORNO

Risotto (80 gr) con una verdura\* o Riso (80 gr) al pomodoro\*\* (da alternare)  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 banana

\*SALSA con UNA VERDURA: brodo vegetale, cipolla, parmigiano reggiano, una verdura (bietole / carote / carciofi / cavolfiore / melanzane / peperoni / spinaci / zucca / zucchine)

\*\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

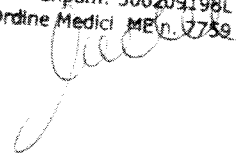
4° GIORNO

Pasta (90 gr) al pomodoro\* o Passato di verdure con pastina (80 gr)\*\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 arancia

\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

\*\*PASSATO VERDURE: utilizzare il maggior numero di verdure di stagione possibile, far bollire, passare finemente. Solo sale, NO dado

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209196L  
Ordine Medici ME n. 2759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu ottobre/marzo 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola media  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

2° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (90 gr) al forno con ragù\* o Pasta (80 gr) con piselli (70 gr) prosciutto cotto (40 gr)\*\* (da alternare)  
Parmigiano o grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mela

1 banana

\***RAGU' di CARNE e BESCIAMELLA:** carne vitellone macinata (esclusivamente dalla cucina), carote, cipolla, pomodoro, sedano; farina tipo 0, latte parzialmente scremato, parmigiano

\*\***SALSA PROSCIUTTO e PISELLI:** cipolla, piselli surgelati, olio extra vergine oliva, prosciutto cotto

2° GIORNO

Pastina (80 gr) in brodo vegetale\* o Pastina all'uovo (80 gr) con crema di fagioli (o altri legumi) (80 gr)\*\* (da alternare)  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mandarino

\***BRODO VEGETALE:** utilizzare il maggior numero di verdure di stagione possibile, far bollire, filtrare. Solo sale, NO dado

\*\***CREMA DI FAGIOLI:** carota, cipolla, fagioli secchi o freschi, patate, pomodoro, sedano (passare finemente: NO bucce)

3° GIORNO

Pasta (90 gr) al tonno\* o Farfalle (90 gr) al salmone\*\* (da alternare)

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 pera

\***SALSA al TONNO:** cipolla, pomodoro, prezzemolo, tonno sott'olio di oliva

\*\***SALSA di SALMONE:** cipolla, olio extra vergine oliva, salmone affumicato, prezzemolo

4° GIORNO

Gnocchi di patate (180 gr) al ragù di carne\* o Pizza mozzarella e pomodoro\*\*

Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 arancia

\***RAGU' di CARNE:** carne vitellone macinata (esclusivamente dalla cucina), carote, cipolla, pomodoro, sedano

\*\***PIZZA MOZZARELLA E POMODORO** Dosi per 1,5 Kg di prodotto: Farina bianca Kg 1, Lievito (secco attivo a lenta lievitazione o fresco di birra) gr 15, Olio extravergine d'oliva, gr 30, Acqua minerale q.b., Mozzarella bovina, pomodori pelati

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpar. 300204198L  
Ordine Medico ME n. 7758

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu aprile/settembre 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola dell'infanzia  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

1° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (50 g) al pomodoro\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 pera  
**\*SALSA di POMODORO:** carote, cipolla, pomodoro, sedano

2° GIORNO

Pennette (50 gr) con crema di piselli\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 banana  
**\*CREMA di PISELLI** (con pasta): piselli (freschi o surgelati), cipolla, olio extravergine di oliva, parmigiano

3° GIORNO

Riso al forno (50 gr)\*  
1 arancia  
**\*RISO al FORNO:** riso, sugo di pomodoro, provoletta, parmigiano, prosciutto cotto

4° GIORNO

Pennette (50 gr) alla norma\*  
Nespole o albicocche o pesche o arance  
**\*SUGO alla NORMA:** sugo di pomodoro, basilico, melanzane a dadini, olio extra vergine di oliva, parmigiano

5° GIORNO

Penne (50 gr) con gamberetti\* o Pizza mozzarella e pomodoro\*\*  
1 mela  
**\*SALSA di GAMBERETTI:** gamberetti freschi o surgelati, aglio, olio extra vergine oliva, pomodoro, prezzemolo  
**\*\*PIZZA MOZZARELLA E POMODORO Dosi per 1,5 Kg di prodotto:** Farina bianca Kg 1, Lievito (secco attivo a lenta lievitazione o fresco di birra) gr 15, Olio extravergine d'oliva, gr 30, Acqua minerale q.b., Mozzarella bovina, pomodori pelati

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam 304209158L  
Ordine Medico ME n. 7759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu aprile/settembre 2012/2013 - Mensa scolastica della scuola dell'infanzia  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

2° SETTIMANA

1° GIORNO

Insalata di riso (50 gr) (tonno, verdure, mozzarella, mais, prosciutto)  
1 pera

2° GIORNO

Pasta (50 gr) in salsa di mozzarella e pomodorini\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 banana

\*SALSA FREDDA con MOZZARELLA e POMODORINI: basilico, mozzarella, olio extra vergine oliva, pomodorini Pachino sbollentati, pelati e tagliati

3° GIORNO

Pasta al forno (50 gr)\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 arancia

\*PASTA AL FORNO: sugo di pomodoro, basilico, provoletta, melanzane a dadini, olio extra vergine oliva, besciamella: farina tipo 0, latte parzialmente scremato, parmigiano

4° GIORNO

Riso (50 gr) al pomodoro\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
Nespole o albicocche o pesche o arance

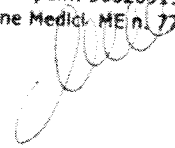
\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

5° GIORNO

Pasta (50 gr) al pesto\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 mela

\*PESTO alla GENOVESE: basilico, olio extra vergine oliva, parmigiano, pinoli (NO aglio)

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu aprile/settembre 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola elementare  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

1° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (80 g) al pomodoro\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 pera  
**\*SALSA di POMODORO:** carote, cipolla, pomodoro, sedano

2° GIORNO

Pasta (80 gr) con crema di piselli\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 banana  
**\*CREMA di PISELLI** (con pasta): piselli (freschi o surgelati), cipolla, olio extra vergine di oliva, parmigiano

3° GIORNO

Riso al forno (70 gr)\*  
1 arancia  
**\*RISO al FORNO:** riso, sugo di pomodoro, provoletta, parmigiano, prosciutto cotto

4° GIORNO

Pasta (80 gr) alla norma\*  
Nespole o albicocche o pesche o arance  
**\*SUGO alla NORMA:** sugo di pomodoro, basilico, melanzane a dadini, olio extra vergine di oliva, parmigiano

5° GIORNO

Penne (80 gr) con gamberetti\* o Pizza mozzarella e pomodoro\*\*  
1 mela  
**\*SALSA di GAMBERETTI:** gamberetti freschi o surgelati, aglio, olio extra vergine oliva, pomodoro, prezzemolo  
**\*\*PIZZA MOZZARELLA E POMODORO Dosi per 1,5 Kg di prodotto:** Farina bianca Kg 1, Lievito (secco attivo a lenta lievitazione o fresco di birra) gr 15, Olio extravergine d'oliva, gr 30, Acqua minerale q.b., Mozzarella bovina, pomodori pelati

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam 30009198L  
Ordine Medici ME n. 7759

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu aprile/settembre 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola elementare  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

2° SETTIMANA

1° GIORNO

Insalata di riso (70 gr) (tonno, verdure, mozzarella, mais, prosciutto)

1 pera

2° GIORNO

Pasta (80 gr) in salsa di mozzarella e pomodorini\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 banana

\*SALSA FREDDA con MOZZARELLA e POMODORINI: basilico, mozzarella, olio extra vergine oliva, pomodorini Pachino sbollentati, pelati e tagliati

3° GIORNO

Pasta al forno (80 gr)\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 arancia

\*PASTA AL FORNO: sugo di pomodoro, basilico, provoletta, melanzane a dadini, olio extra vergine oliva; besciamella; farina tipo 0, latte parzialmente scremato, parmigiano

4° GIORNO

Riso (80 gr) al pomodoro\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

Nespole o albicocche o pesche o arance

\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

5° GIORNO

Pasta (80 gr) al pesto\*

Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)

1 mela

\*PESTO alla GENOVESE: basilico, olio extra vergine oliva, parmigiano, pinoli (NO aglio)

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpari: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - Email [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu aprile/settembre 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola media  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

1° SETTIMANA

1° GIORNO

Pasta (90 g) al pomodoro\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 pera  
\*SALSA di POMODORO: carote, cipolla, pomodoro, sedano

2° GIORNO

Pasta (90 gr) in salsa di mozzarella e pomodorini\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 banana  
\*CREMA di PISELLI (con pasta): piselli (freschi o surgelati), cipolla, olio extra vergine di oliva, parmigiano

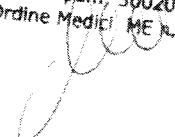
3° GIORNO

Riso al forno (80 gr)\* o Penne (90 gr) con gamberetti\*\*  
1 mela  
\*RISO al FORNO: riso, sugo di pomodoro, provoletta, parmigiano, prosciutto cotto  
\*SALSA di GAMBERETTI: gamberetti freschi o surgelati, aglio, olio extra vergine oliva, pomodoro, prezzemolo

4° GIORNO

Pasta (90 gr) alla norma\*  
Nespole o albicocche o pesche o arance  
\*SUGO alla NORMA: sugo di pomodoro, basilico, melanzane a dadini, olio extra vergine di oliva, parmigiano

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici: ME N. 7759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E:mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Menu aprile/settembre 2013/2014 - Mensa scolastica della scuola media  
Comune di Sant'Angelo di Brolo

2° SETTIMANA

1° GIORNO

Insalata di riso (80 gr) (tonno, verdure, mozzarella, mais, prosciutto) o Riso (80 gr) al pomodoro\* (da alternare)  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
Nespole o albicocche o pesche o arance  
**\*SALSA di POMODORO:** carote, cipolla, pomodoro, sedano

2° GIORNO

Pasta (90 gr) in salsa di mozzarella e pomodorini\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 banana  
**\*SALSA FREDDA con MOZZARELLA e POMODORINI:** basilico, mozzarella, olio extra vergine oliva, pomodorini Pachino sbollentati, pelati e tagliati

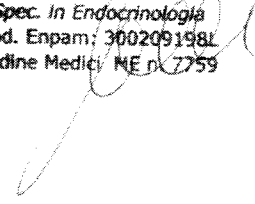
3° GIORNO

Pasta al forno (90 gr)\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 arancia  
**\*PASTA AL FORNO:** sugo di pomodoro, basilico, provoletta, melanzane a dadini, olio extra vergine oliva; besciamella; farina tipo 0, latte parzialmente scremato, parmigiano

4° GIORNO

Pasta (90 gr) al pesto\*  
Parmigiano o Grana grattugiato (1 cucchiaino)  
1 mela  
**\*PESTO alla GENOVESE:** basilico, olio extra vergine oliva, parmigiano, pinoli (NO aglio)

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759



Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - Email [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

Mensa scolastica Comune di Sant'Angelo di Brolo  
MENU' PER ALLERGIA/INTOLLERANZA A LATTE E DERIVATI

Intolleranza al latte e derivati: Confezionare la besciamella con brodo vegetale al posto del latte

Primo piatto

- pasta o riso in brodo vegetale
- pasta o riso con passato di verdure e/o legumi
- pasta o riso asciutti con sugo di pomodoro
- pasta o riso all'olio
- pasta o riso alle verdure

Frutta: come da menù

QUANTITA'	INFANZIA	ELEMENTARE	MEDIA
PASTA / RISO	g.50	g.80	g.90
PASTA / RISO (in passati verdura / legumi)	g.40	g.50	g.60
PASTA / RISO (in brodo vegetale)	g.50	g.60	g.70

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio  
Via G. Rossini, 6 - 98061 Brolo - Messina  
Tel. 0941/563158 - Fax 0941/563426 - E-mail [elisa.morini@tiscali.it](mailto:elisa.morini@tiscali.it)

## Mensa scolastica Comune di Sant'Angelo di Brolo

### MENU' PER DIETA IN BIANCO

La dieta in bianco generalmente è rivolta ai bambini che soffrono di stati di chetosi (acetone), enteriti in via di risoluzione (non deve essere più presente diarrea) o stati post influenzali che richiedono un periodo di cautela nella rialimentazione.

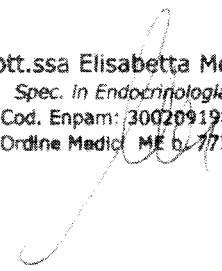
#### Primo piatto

- pasta o riso asciutti all'olio
- pasta o riso in brodo vegetale

Frutta: come da menu

QUANTITA'	INFANZIA	ELEMENTARE	MEDIA
PASTA / RISO	g.50	g.80	g.90
PASTA / RISO (in passati verdura / legumi)	g.40	g.50	g.60
PASTA / RISO (in brodo vegetale)	g.50	g.60	g.70

Dott.ssa Elisabetta Morini  
Spec. in Endocrinologia  
Cod. Enpam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759



**Mensa scolastica Comune di Sant'Angelo di Brolo**

**MENU' PER DIETA CELIACHIA**

Escludere qualsiasi alimento contenente: frumento, orzo, segale, farro, avena, kamut, spelta, triticale e quindi: pasta di ogni tipo, pasta ripiena, pane comune e speciale, pangrattato, grissini, crackers, pizza, crusca, malto d'orzo, birra, dolci.

E' possibile elaborare il menu uguale al menu tipo impiegando prodotti privi di glutine o sostituire la pasta con riso, pasta di grano saraceno o polenta

**Primo piatto**

- riso in brodo vegetale
- riso con passato di verdure e/o legumi
- riso al sugo di pomodoro
- riso alle verdure
- polenta e parmigiano
- polenta e legumi

**Frutta:** come da menu

QUANTITA'	INFANZIA	ELEMENTARE	MEDIA
PASTA GRANO SARACENO/RISO/POLENTA	g.50	g.80	g.90
PASTA GRANO SARACENO/RISO/POLENTA (in passati verdura / legumi)	g.40	g.50	g.60
PASTA GRANO SARACENO/RISO/POLENTA (in brodo vegetale)	g.50	g.60	g.70

**Dott.ssa Elisabetta Morini**

Spec. in Endocrinologia  
Cod. Espam: 300209198L  
Ordine Medici ME n. 7759