

Ricettario

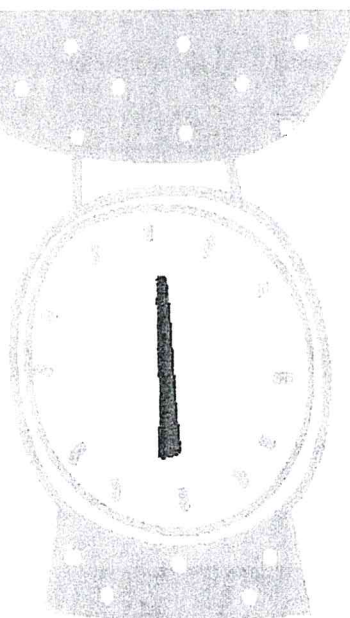
MENSA SCOLASTICA 2018-2019
COMUNE DI PONTREMOLI

27-05-2019



Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli





Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-19
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

[Handwritten signature]

INTRODUZIONE

I menù sono stati formulati seguendo le Linee Guida per la Ristorazione Scolastica della Regione Toscana 2016 e i LARN (Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti per la Popolazione Italiana) revisione 2014.

Per il calcolo dei nutrienti abbiamo utilizzato le "Tabelle di Composizione degli Alimenti" (Istituto Nazionale della Nutrizione) con l'ausilio della "Banca Dati di Composizione degli Alimenti per Studi Epidemiologici in Italia" (Istituto Europeo di Oncologia) e dell' "Atlante Ragionato" (Istituto Scotti Bassani).

Inoltre si sono svolti degli incontri fra i responsabili della mensa scolastica, Sindaco, Assessori del comune di Pontremoli, docenti e rappresentanti dei genitori per saggiare i gusti e le preferenze dei commensali, utili oltre che per l'indice di gradevolezza del vitto anche per ridurre al massimo gli "avanzi" e conseguente spreco alimentare.

- Nella preparazione delle pietanze viene utilizzato soltanto sale marino iodato.
- Gli ortaggi e le verdure somministrate sono prevalentemente fresche, occasionalmente i contorni che presentano l'asterisco potrebbero essere congelate o surgelate a seconda della disponibilità da parte dei fornitori.
- In tutte le preparazioni viene usato olio extra-vergine di oliva (olio E.V.O.), fanno eccezione alcune pietanze in cui l'olio E.V.O. viene sostituito con il burro.
- Il pane distribuito è pane bianco caratteristico della Lunigiana tipo 0. Il pane viene distribuito nelle quantità indicate in tutti i pasti.
Il pane non verrà distribuito nei pranzi nei quali viene somministrata pizza.
- Il peso degli alimenti indicati nelle ricette è da intendersi a crudo e al netto degli scarti.
- L'acqua distribuita ai commensali è acqua dell'acquedotto comunale.

[Handwritten signature]

- Come previsto dalle Linee Guida della Regione Toscana, saltuariamente, in occasioni particolari come in prossimità delle feste, verrà sostituita la frutta di fine pasto con uno yogurt oppure con un budino al cioccolato.

Il seguente ricettario è sotto redatto e predisposto dal Dott. Giacomo Vorluni Dietista.

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Apelle

Seath

Comune di PONTREMOLI - Prot. partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1

PRIMI PIATTI



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuana

Galli

ELENCO PRIMI PIATTI

- Brodo di carne
- Brodo vegetale
- Minestra in brodo di carne
- Pasta al pomodoro
- Pasta al pesto
- Pasta alle verdure
- Pasta al pomodoro con cubetti di melanzana
- Risotto alla parmigiana
- Passato di verdura
- Pasta all'olio
- Passato di verdure con grano saraceno
- Risotto con piselli
- Pasta al pomodoro e olive
- Pasta al pesto e pomodoro
- Risotto all'ortolana
- Tortellini al pomodoro
- Passato di verdure con riso
- Passato di verdure con farro
- Vellutata di piselli
- Crema di zucchine
- Gnocchi di patate al pomodoro
- Ravioli di pasta fresca con ricotta e spinaci
- Pizza Margherita



Azienda USL
Toscana
Nord Ovest

Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

BRODO DI CARNE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	Secondaria (g)
Carne di vitellone	20	25	30
Carote	10	10	10
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Prezzemolo	1	2	3
acqua	300 ml	350 ml	400 ml

Mondare cipolle carote sedano e prezzemolo, riempire una pentola capiente con acqua e immergervi le verdure e la carne. Porre sul fuoco medio e portare lentamente a bollire. Lasciare sobbollire per circa 2-3 ore, filtrare le verdure e togliere la carne.

BRODO VEGETALE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	Secondaria (g)
Prezzemolo	1	2	3
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Sale q.b.			
Acqua	300 ml	350 ml	400 ml

Mondare cipolle carote sedano e prezzemolo, riempire una pentola capiente con acqua e immergervi le verdure e la carne. Porre sul fuoco medio e portare lentamente a bollire. Lasciare sobbollire per circa 2-3 ore, togliere le verdure.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 27.05.2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane
 Galli



MINESTRA IN BRODO DI CARNE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	Secondaria (g)
Brodo vegetale	200	250	300
Pastina da minestra	30	30	40
Grana Padano	5	5	10
Olio E.V.O.	5	5	7

Mondare cipolle carote sedano e prezzemolo, riempire una pentola capiente con acqua e immergervi le verdure e la carne. Porre sul fuoco medio e portare lentamente a bollire. Lasciare sobbollire per circa 2-3 ore, filtrare le verdure e togliere la carne. Aggiungere la pastina e continuare la cottura. A fuoco spento aggiungere il Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	5,5	7	25	179
S. Primaria	5,5	7	25	179
S. S. Secondaria Inf.	7,5	10	34	248

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente odori e carne.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

PASTA AL POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta	60	80	90
Pomodori pelati	20	30	50
km 0 basilico	1	2	2
Cipolla bianca	5	10	15
Sedano	5	10	10
Carote	5	10	10
Grana Padano dop	5	5	10
Olio E.V.O	5	5	7

Cuocere il pomodoro con le verdure tagliate a pezzetti, a cottura ultimata passare il tutto. Condire la pasta lessata con il sugo, il Grana Padano e l'olio extravergine di oliva a crudo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	6,3	49,5	272
S. Primaria	11	6,5	67	354
S. S. Secondaria Inf.	14	9,7	75	424

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzati.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.



Azienda Us!
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Marla Gluseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane



PASTA ALLE VERDURE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta di semola	60	80	90
Sedano, carota, cipolla	10	20	25
Zucchine	10	20	25
Fagiolini	10	20	25
Aglio, spezie	2	3	5
Grana Padano dop	5	5	10
Olio E.V.O	5	5	7

Lessare le verdure in poca acqua bollente. Saltare la verdura tagliata a cubetti con olio, aglio e spezie., a cottura ultimata passare il tutto. Condire la pasta lessata con il sugo e il Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8	6,5	51	282
S. Primaria	11	6,5	69	361
S. S. Secondaria Inf.	14	10	77	435

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane



PASTA AL PESTO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta	60	80	90
Pesto pastorizzato	15	20	25

Cuocere la pasta e condirla con il pesto.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8	9	49	297
S. Primaria	10,5	12	66	398
S. S. Secondaria Inf.	12,5	15	74	463

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Cuocere la pasta poco prima di servirla.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27.05.2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

RISOTTO ALLA PARMIGIANA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Riso	60	80	90
Cipolla	10	15	15
Brodo	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Prezzemolo	5	5	5
Olio E.V.O.	5	5	7
Grana Padano	5	5	10

Lessare carote, sedano e prezzemolo. Tenere il brodo vegetale per il risotto. Far dorare la cipolla con l'olio, aggiungere il riso e il brodo vegetale bollente. A cottura ultimata aggiungere il Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	6	7	48	267
S. Primaria	7,5	7,2	64	335
S. S. Secondaria Inf.	9,5	10,5	72	402

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Pulire accuratamente Le verdure.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



22.05.2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane



PASTA AL POMODORO CON CUBETTI DI MELANZANA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta di semola	60	80	90
Pomodori freschi	20	30	40
Melanzane	20	30	40
Aglio, spezie	2	3	5
Grana Padano dop	5	5	10
Olio E.V.O	5	5	7

Lessare le melanzane in poca acqua bollente. Saltare le melanzane e i pomodori freschi tagliati a cubetti con olio, aglio e spezie. Condire la pasta con il sugo e il Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8,5	6,5	52	287
S. Primaria	11,5	6,5	70	367
S. S. Secondaria Inf.	14,5	10	78	440

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.



Azienda Usl
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

PASTA ALL' OLIO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta	60	80	90
Olio e.v.o. km 0	5	5	7
Grana Padano d.o.p.24	5	5	10

Lessare la pasta in abbondante acqua salata e condire con olio extravergine di oliva e Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8,3	6,3	49	274
S. Primaria	10,5	6,5	66	348
S. S. Secondaria Inf.	12,3	10	74	417

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Cuocere la pasta poco prima di servirla.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usl
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

PASSATO DI VERDURA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Verdura per minestrone congelata	120	140	160
Olio E.V.O.	5	5	7
grana padano	5	5	10
Acqua	180	200	220


Cuocere le verdure in acqua salata. A cottura ultimata frullare le verdure e condirle a crudo con olio extravergine di oliva e Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	6	7	10	124
S. Primaria	7	7	12	136
S. S. Secondaria Inf.	11	10	16	194

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

27-05-2019

 **Maria Giuseppina Galli**
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Scuderi

Comune di PONTREMOLI - Prot. partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1

RISOTTO CON PISELLI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Riso	60	80	90
Piselli	40	60	80
Cipolla bianca	10	10	15
Sedano	10	10	15
Carote	10	10	15
Prezzemolo	1	2	2
Olio e.v.o.	5	5	7
Grana Padano	5	5	10

Lessare sedano, carote e prezzemolo per il brodo; a parte i piselli in acqua salata. Far dorare dolcemente la cipolla, aggiungere i piselli e il riso e portare a cottura con il brodo vegetale precedentemente preparato. A cottura ultimata mantecare con Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8,5	7	50,5	286
S. Primaria	11	7	67,5	360
S. S. Secondaria Inf.	15	1,5	78	366

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Pulire accuratamente Le verdure.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzati.


 Azienda USL
 Toscana
 Nord Ovest

 27.05.2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuano

Galli



SECONDI PIATTI

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019

Marla Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Well

Scib

ELENCO SECONDI PIATTI

- Scaloppine di vitello dorate al forno
- Pizza Margherita
- Frittata di verdure arcobaleno
- Frittatina verde
- Scaloppine di pollo al timo e limone
- Sformatino di verdure
- Arrosto di tacchino
- Filetti di platessa con limone e capperi
- Filetti di merluzzo con pomodori e capperi
- Filetti di merluzzo alla mugnaia
- Polpettine di carne locale e verdure
- Polpettine di pollo e spinaci
- Scaloppine di pollo al limone
- Crocchette di merluzzo al forno
- Arista al forno
- Grana padano 24 mesi
- Stracchino
- Prosciutto cotto alta qualità
- Caciottina fresca
- Frittata di zucchine
- Scaloppine di vitello al forno
- Polpettine di pesce al forno
- Filetti di platessa alla mugnaia
- Arrosto di vitello
- Petto di pollo al latte
- Petti di pollo gustosi
- Polpettine di legumi al pomodoro
- Misticanza di fagioli e ceci all'olio



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

PIZZA MARGHERITA CON "PASTA FATTA IN CASA"

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta per pizza di farina BIO (farina tipo 0, acqua, farina).	150	150	200
Passata di pomodoro	30	40	50
Mozzarella fior di latte	30	30	40
Olio e.v.o.	5	5	7

Sciogliere il lievito di birra in acqua tiepida e aggiungerlo alla farina. Impastare e lasciare lievitare in luogo tiepido. Stendere la pasta su una teglia da forno, aggiungere la passata condita e quasi a fine cottura la mozzarella tritata. Condire con olio extravergine d'oliva a fine cottura.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	16	12	60	397
S. Primaria	16	12	60	397
S. S. Secondaria Inf.	20	14,5	79	509

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Tritare la mozzarella massimo 30 minuti prima dell'utilizzo, oppure tenerli in frigorifero separati, in contenitori chiusi.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Ques

Scat

SCALOPPINE DI VITELLO DORATE AL FORNO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Scaloppine di vitello	50	60	80
Olio e.v.o.	1	2	3
Pangrattato	5	10	15
Uovo	5	8	10

Impanare le fettine di carne precedentemente battute. Disporle sulla placca del forno con un filo d'olio extravergine e farle dorare.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11,7	2	3,8	79
S. Primaria	15	3,5	7,5	120
S. S. Secondaria Inf.	20	4,5	11	162

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Handwritten signature

Handwritten signature

FRITTATINA VERDE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Uovo	n°1 (circa 60 g.)	n°1 (circa 60 g.)	n°1 e 1/2
Grana Padano	3	4	6
Latte uht	5	5	10
Spinaci	40	60	80
Spezie, odori	1	1	1
Olio e.v.o.	3	4	5

Far cuocere gli spinaci, nel frattempo sbattere le uova con il latte e il Grana Padano grattugiato. Una volta cotte raffreddare le verdure e aggiungerle alle uova sbattute. Versare in una placca da forno e infornare per 20' a 180°C.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	9,5	10	4	143
S. Primaria	9,5	11	5	156
S. S. Secondaria Inf.	14	17	6	232

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l'utilizzo di uova pastorizzate.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usl
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

FRITTATA DI VERDURE ARCOBALENO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Uovo	n °1 (circa 60 g.)	n °1 (circa 60 g.)	n °1 e 1/2
Grana Padano	3	4	6
Latte uht	5	5	10
Cipolla	5	8	10
Zucchine	20	30	40
Carote	20	30	30
Fagiolini	20	20	30
Olio e.v.o.	3	4	5


Far cuocere le verdure in un tegame con olio e cipolla, nel frattempo sbattere le uova con il latte e il Grana Padano grattugiato. Una volta cotte raffreddare le verdure e aggiungerle alle uova sbattute. Versare in una placca da forno e informare per 20' a 180°C.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	9,5	10	4	143
S. Primaria	9,5	11	5	156
S. S. Secondaria Inf.	14	17	6	232

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l'utilizzo di uova pastorizzate.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

27-05-2019
 SST
 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane



Opelle

SFORMATINO DI VERDURE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Uovo	n °1 (circa 60 g.)	n °1 (circa 60 g.)	n °1 e 1/2
Grana Padano	3	4	6
Latte uht	5	5	10
Cipolla	5	8	10
Zucchine	30	40	50
Bietole	30	40	50
Olio e.v.o.	3	4	5

Far cuocere le verdure in un tegame con olio e cipolla, nel frattempo sbattere le uova con il latte e il Grana Padano grattugiato. Una volta cotte raffreddare le verdure e aggiungerle alle uova sbattute. Versare in una placca da forno e infornare per 20' a 180°C.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	9,5	10	4	143
S. Primaria	9,5	11	5	156
S. S. Secondaria Inf.	14	17	6	232

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l'utilizzo di uova pastorizzate.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane



SCALOPPINE DI POLLO AL TIMO E LIMONE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Petto di pollo	50	60	80
Olio e.v.o.	3	5	5
Succo di limone	3	5	7
Timo	1	1	1
Farina	5	5	8

Infarinare le fettine di pollo e disporle sulla teglia del forno con un filo d'olio e le foglioline di timo. Far rosolare la carne, salare quanto basta e a metà cottura aggiungere il succo di limone.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11,2	3,5	4	91
S. Primaria	13,5	5,5	4	119
S. S. Secondaria Inf.	18	6	6	149

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Gluseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

D. Valle

Luca

... SOSTITUIREMOI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1

ARROSTO DI TACCHINO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Fesa di tacchino	50	60	80
Aglione	1	1	1
Spezie	1	1	1
Olio	3	4	5

Legare il tacchino, drogarlo e salarlo. Mettere in forno fino a cottura, tagliarlo e servirlo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11	5		89
S. Primaria	13	6		124
S. S. Secondaria Inf.	17.5	8		142

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usl
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

[Handwritten signature]

FILETTI DI PLATESSA CON LIMONE E CAPPERI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Filetti di platessa	70	100	120
Succo di limone	2	3	4
Prezzemolo	1	1	1
Capperi	2	4	6
Olio e.v.o.	3	4	5

Scongelare i filetti di platessa e disporli sulla teglia del forno. Cospargerli con limone, sale, prezzemolo e capperi tritati e portare a cottura.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11	4	Tr	80
S. Primaria	16	5	Tr	109
S. S. Secondaria Inf.	19	6	Tr	130

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27.05.2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane



SISTEMI DI GESTIONE QUALITÀ - P.I.U. PATENTE N. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1

FILETTI DI MERLUZZO CON POMODORO E CAPPERI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Filetti di merluzzo	70	100	120
Passata di pomodoro	30	40	50
Prezzemolo	1	1	1
Capperi	2	4	6
Olio e.v.o.	3	4	5

Scongellare i filetti di merluzzo e disporli sulla teglia del forno. Cospargerli con la passata di pomodoro precedentemente condita con sale prezzemolo e capperi tritati.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	12	3,5	1	83
S. Primaria	17	4,5	2	116
S. S. Secondaria Inf.	20.5	5.5	4	147

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

FILETTI DI MERLUZZO ALLA MUGNAIA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Filetti di merluzzo	70	100	120
Succo di limone	5	7	10
Prezzemolo	1	1	1
Farina	3	5	7
Olio e.v.o.	3	4	5

Scongellare i filetti di merluzzo, infarinarli e disporli sulla teglia del forno con un filo d'olio.
Infornare per 10 minuti. Fare una salsa con il succo di limone, il sale e l'olio e disporla sui filetti.
Cospargerli con il prezzemolo e servirli.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	12	3,5	2	87
S. Primaria	17	4,5	4	124
S. S. Secondaria	20,5	5,5	6	154

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda UsI
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

POLPETTINE DI CARNE LOCALE E VERDURE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Carne equina macinata	50	60	80
Carote	15	20	25
Cipolla	3	5	7
Zucchine	15	20	25
Grana Padano	3	5	7
Olio	3	4	5
Pangrattato	5	7	9
Uovo	7	8	10

Lessare le verdure e dopo la cottura macinarle. In una ciotola amalgamare la carne tritata e le verdure macinate, le uova, il Grana Padano e il sale. Dividere il composto in tante piccole polpette da infornare dopo averle passate nel pangrattato. Mettere in forno con un filo di olio d'oliva a 200°C fino a cottura ultimata.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	14	6	5	129
S. Primaria	17	8	8	170
S. S. Secondaria	20	10	11	211

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l'utilizzo di uova pastorizzate.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane



POLPETTINE DI POLLO E SPINACI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Carne di pollo macinata	50	60	80
Carote	5	7	10
Cipolla	5	7	10
Spinaci	40	50	70
Grana Padano	3	5	7
Olio	3	4	5
Pangrattato	5	7	9
Uovo	7	8	10

Lessare gli spinaci, strizzarli bene dall' acqua in eccesso e tritarli. In una ciotola amalgamare la carne tritata, gli spinaci, le uova, il Grana Padano e il sale. Dividere il composto in tante piccole polpette da infornare dopo averle passate nel pangrattato. Mettere in forno con un filo di olio d' oliva a 200°C fino a cottura ultimata.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	13	5	5	116
S. Primaria	16	7	8	157
S. S. Secondaria	19	9	11	198

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l' utilizzo di uova pastorizzate.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

[Handwritten signature]

SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Scaloppine di pollo	50	60	80
Olio e.v.o.	3	4	5
Succo di limone	7	10	15
Farina	5	5	8

Infarinare le fettine di pollo e disporle sulla teglia del forno con un filo d'olio.
 Far rosolare la carne, salare quanto basta e a metà cottura aggiungere il succo di limone.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11,2	3,5	4	91
S. Primaria	13,5	4,5	4	110
S. S. Secondaria Inf.	18	6	6	149

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 27.05.2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane




CROCCHETTE DI MERLUZZO AL FORNO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Merluzzo surgelato	70	100	120
Pangrattato	8	10	12
Uovo	6	8	10
Olio e.v.o.	3	5	7

Disporre le crocchette di merluzzo surgelate in una teglia con un filo d'olio. Infornare per 10 minuti a 200°C.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	13	4,5	7	119
S. Primaria	19	7	8	169
S. S. Secondaria Inf.	23,5	9,5	9	213

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
María Giuseppina
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Aperta

Opole

Scabbe

GRANA PADANO DOP STAGIONATO 24 MESI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Grana padano stagionato 24 mesi	20	30	50

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7	5	1	77
S. Primaria	10,5	7,5	1	113
S. S. Secondaria Inf.	18	12,5	2	192

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

STRACCHINO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Stracchino	40	50	60

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	10		120
S. Primaria	9	12,5		148
S. S. Secondaria Inf.	11	15		179

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Scelto

[Handwritten signature]

ARISTA IN FORNO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Lonza di suino	50	60	80
Aglio	1	1	1
Spezie	1	1	1
Sale q.b.			
Olio E.V.O.	3	4	5


Drogare e salare la lonza. Mettere in forno fino a cottura, tagliarlo e servirlo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	10	6,5		99
S. Primaria	12	7		111
S. S. Secondaria Inf.	16	10,5		159

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1

27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest
 Area Massa Carrara
 Zona Aduana



PROSCIUTTO COTTO ALTA QUALITA'

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Prosciutto cotto alta qualità	30	40	60

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	6	4,5		65
S. Primaria	8	6		86
S. S. Secondaria Inf.	12	9		129

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

FRITTATA DI ZUCCHINE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Zucchine	60	70	90
Uovo	1 uovo (60g.)	1 uovo	1 uovo e 1/2
Grana Padano	3	3	5
Latte P.s.	5	7	10
Cipolla	5	5	8
Olio e.v.o.	3	4	5

Far cuocere le zucchine in un tegame con olio e cipolla, nel frattempo sbattere le uova con il latte e il Grana Padano grattugiato. Una volta cotte raffreddare le verdure e aggiungerle alle uova sbattute. Versare in una placca da forno e infornare per 20' a 180°C.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	9,5	10	tr	128
S. Primaria	9,5	11	tr	137
S. S. Secondaria Inf.	14	17	tr	209

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l'utilizzo di uova pastorizzate.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscani
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Dele

Dele

SCALOPPINE DI VITELLO AL FORNO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S.S. Secondaria Inf. (g)
Scaloppine di vitello	50	60	80
Olio e.v.o.	3	4	5
Farina	5	5	8

Infarinare le fettine di carne precedentemente battute. Disporle sulla placca del forno con un filo d'olio extravergine e farle dorare. A metà cottura sfumarle con del brodo vegetale per renderle morbide.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	10,5	3,5	4	89
S. Primaria	12,5	4,5	4	106
S. S. Secondaria Inf.	16,5	6	6	143

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane



POLPETTINE DI PESCE AL FORNO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Merluzzo	70	100	120
Patate	20	30	40
Uova	5	7	10
Grana padano	3	4	5
Prezzemolo	1	1	1
Pangrattato	3	5	7
Cipolla	5	7	10
Olio E.V.O.	2	3	4

Lessare le patate e il merluzzo e farli raffreddare. Tritare il tutto e condirlo con prezzemolo, cipolla tritata e sale. Aggiungere il Grana Padano e le uova sbattute. Amalgamare bene il tutto e formare tante piccole polpette da infornare dopo averle passate nel pangrattato. Mettere in forno a 200°C con un filo d'olio fino a fine cottura.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	13,5	3,5	6	108
S. Primaria	19	5	9	155
S. S. Secondaria Inf.	24	6,5	13	203

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavarsi accuratamente le mani dopo aver toccato le uova crude.
- Preferire l'utilizzo di uova pastorizzate.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

27-05-2019

Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

[Signature]

[Signature]

FILETTI DI PLATESSA ALLA MUGNAIA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Filetti di platessa	70	100	120
Succo di limone	7	10	15
Prezzemolo	1	1	1
Sale q.b.			
Farina	5	5	8
Olio e.v.o.	3	4	5

Scongellare i filetti di platessa, infarinarli e disporli sulla teglia del forno con un filo d'olio. Informare per 10 minuti. Fare una salsa con il succo di limone, il sale e l'olio e disporla sui filetti. Cospargerli con il prezzemolo e servirli.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	12	4,5	4	104
S. Primaria	17	5,5	4	133
S. S. Secondaria	20	7	6	166

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Handwritten signature

Handwritten signature

ARROSTO DI VITELLO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Carne di vitello	50	60	80
Aglione	1	1	1
Spezie	1	1	1
Olio	2	3	4

Drogare e salare la carne. Mettere in forno fino a cottura, tagliarla e servirla.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	10,5	2,5	tr	65
S. Primaria	12,5	3,5	tr	82
S. S. Secondaria Inf.	16,5	5	tr	111

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico®
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Scatol

PETTO DI POLLO AL LATTE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Scaloppine di pollo	50	60	80
Olio e.v.o.	3	4	5
Latte p.s.	7	10	15
Farina	5	5	8

Infarinare le fettine di pollo e disporle sulla teglia del forno con un filo d'olio.
Far rosolare la carne, salare quanto basta e a metà cottura aggiungere il succo di limone.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11,5	3,5	4	93
S. Primaria	13,5	4,5	4	110
S. S. Secondaria Inf.	18,5	6	6	151

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27.05.2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Giuseppina Galli

Giuseppina Galli

PETTI DI POLLO GUSTOSI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Petto di pollo	50	60	80
Pomodori pelati	20	30	40
Capperi	2	4	6
Prezzemolo	1	1	1
Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Aglio	1	1	1
Olio E.V.O.	3	4	5

Tagliare il petto di pollo a filettini, disporli su una teglia da forno con poco olio E.V.O., i pomodori pelati a pezzettini, i capperi e gli odori. Cuocere a temperatura moderata per circa 30 minuti facendo attenzione che i petti di pollo non si asciugino troppo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	11	3,5	1	79
S. Primaria	13	4,5	1,5	98
S. S. Secondaria Inf.	17,5	6	2	132

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane




POLPETTINE DI LEGUMI AL POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Ceci secchi	10	15	20
Lenticchie secchi	10	15	20
Patate	10	15	20
Uova	5	7	10
Grana padano 24m	3	4	5
Pan grattato	5	7	10
Aglio e spezie	1	1	1
Olio E.V.O.	3	4	5

Lessare i legumi con aglio e odori. Passare i legumi cotti e amalgamarli con patate, uova e grana padano.

Preparare delle polpettine e cospargerle con pan grattato. Cuocere in forno fino a doratura.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8	6	19	157
S. Primaria	10	7,5	21	186
S. S. Secondaria Inf.	13	9	24	223


 Azienda UsI
 Toscana
 Nord Ovest

 27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane




MISTICANZA DI FAGIOLI E CECI ALL'OLIO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Fagioli secchi	15	20	25
Ceci secchi	15	20	25
Aglione e spezie	1	1	1
Olio E.V.O.	3	4	5

Lessare i legumi con aglio e odori. Condire con olio E-V.O. a crudo e somministrare caldi.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7	4	15	120
S. Primaria	9	5	20	156
S. S. Secondaria Inf.	12	6	25	196



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

29-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Q. Velli

Galli

CONTORNI

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1



27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

epelle

Scalini

CONTORNI

- Insalata mista
- Insalata con julienne di finocchi freschi
- Carote julienne all'olio
- Insalata di pomodori
- Insalata di pomodori e cetrioli
- Carote all'olio
- Cubetti zucca gialla al forno
- Fagiolini all'olio
- Bietola saltata
- Spinaci saltati
- Spinaci all'olio
- Patate arrosto
- Purè di patate
- Fagiolini al pomodoro
- Zucchine trifolate
- Zucchine alla nipitella
- Purè di cavolfiore

27-05-2019
 **SST**
Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane




INSALATA MISTA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. S. Secondaria Inf. (g)
Insalata	40	50	60
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Lavare, scolare e condire con olio extravergine di oliva e sale al momento del servizio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	tr	5	1	49
S. Primaria	tr	5	1	49
S. S. Secondaria Inf.	tr	8	1	73

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura refrigerata fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Giulio

INSALATA CON JULIENNE DI FINOCCHI FRESCHI CRUDI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Insalata	20	30	40
Finocchi freschi crudi	80	100	120
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Lavare, scolare le verdure. Tagliare a julienne i finocchi ed unirli all'insalata. Condire con olio extravergine di oliva e sale al momento del servizio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1	5	1	53
S. Primaria	1,5	5	1	55
S. S. Secondaria Inf.	2	8	3	85

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura refrigerata fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

Quelli

Galles

CAROTE JULIENNE ALL'OLIO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Carote fresche	100	120	150
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Pelare le carote e tagliarle a julienne. Condire con olio extravergine di oliva e sale al momento del servizio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1	5	7,5	77
S. Primaria	1	5	9	83
S. S. Secondaria Inf.	1,5	8	11	119

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura refrigerata fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda UsI
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

INSALATA DI POMODORI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pomodori	100	120	150
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Lavare accuratamente i pomodori e tagliarli a pezzi. Condire con olio extravergine di oliva e sale al momento del servizio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1	5	3	60
S. Primaria	1,2	5	3,5	63
S. S. Secondaria Inf.	1,5	8	4,5	95

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura refrigerata fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Pallini

INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pomodori	60	70	80
Cetrioli	40	50	70
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Lavare i pomodori e pelare i cetrioli. Tagliare entrambe le verdure e unirle ad insalata. Condire con olio extravergine di oliva e sale al momento del servizio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1	5	2	56
S. Primaria	1,2	5	3	60
S. S. Secondaria Inf.	1.5	8	4	93

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura refrigerata fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

CAROTE ALL'OLIO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Carote surgelate	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Lessare le carote in abbondante acqua salata, scolare e condire con olio extravergine di oliva.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1,5	5	11	92
S. Primaria	1,7	5	13	100
S. S. Secondaria Inf.	2	8	15	136

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

CUBETTI DI ZUCCA GIALLA AL FORNO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Zucca gialla	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8
Rosmarino	1	1	2

Mondare e tagliare a cubetti la zucca gialla. Disporla sulla placca da forno condita con olio extravergine d'oliva, sale e rosmarino tritato. Infornare a 200°C e portare a cottura.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1,5	5	5	70
S. Primaria	1,7	5	7	77
S. S. Secondaria Inf.	2	8	10	118

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

FAGIOLINI ALL'OLIO


Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Fagiolini	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8
Sale q.b			

Lessare i fagiolini in abbondante acqua salata. Scolarli e condirli con olio extravergine d'oliva.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	2	5	5	72
S. Primaria	2,5	5	6	78
S. S. Secondaria Inf.	3	8	8	114

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

27-05-2019

SST
 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

Opelle

Fabbri

BIETOLA SALTATA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Bietola	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Cuocere la bietola al vapore o bollita. Eliminare l'eccesso d'acqua e ripassarla in padella con un filo d'olio extravergine d'oliva. Salare e servire

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1,5	5	4,5	68
S. Primaria	1,7	5	5	71
S. S. Secondaria Inf.	2	8	6	102

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27.05.2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

SPINACI SALTATI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Spinaci	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8
Sale q.b			

Cuocere gli spinaci al vapore o bolliti. Eliminare l'eccesso d'acqua e ripassarli in padella con un filo d'olio extravergine d'oliva. Salare e servire

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	5	5	4,5	82
S. Primaria	6	5	5	89
S. S. Secondaria Inf.	7	8	6	122

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda UsI
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Handwritten signature

Handwritten signature

SPINACI ALL'OLIO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Spinaci	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8

Cuocere gli spinaci al vapore o bolliti. Eliminare l'eccesso d'acqua e condirli con sale e olio extravergine di oliva.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	5	5	4,5	82
S. Primaria	6	5	5	89
S. S. Secondaria Inf.	7	8	6	122

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Giulio

PATATE ARROSTO


Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Patate	150	200	250
Olio e.v.o. bio	5	5	8
Rosmarino	1	1	1
Salvia	1	1	1

Sbucciare le patate, lavarle e tagliarle a pezzetti. Porle in una teglia con un filo di olio extravergine di oliva, il rosmarino e la salvia tritati e il sale. Infornare in forno preriscaldato e portare a cottura.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	3	5	27	158
S. Primaria	4	5	36	196
S. S. Secondaria Inf.	5	8	45	261

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente le verdure.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

27-05-2019

SST
 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

19.04.2019

PURE' DI PATATE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Patate	150	170	200
Burro	5	5	8
Grana Padano	5	8	10
Latte	20	30	40


Sbucciare, lavare e lessare le patate. Passare le patate e amalgamare con il latte, salare e far addensare leggermente il composto. A fine cottura aggiungere il burro e il formaggio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	5	7	27	184
S. Primaria	8	9	30	225
S. S. Secondaria Inf.	10	12	38	290

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente le verdure.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1

29.05.2019

Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Azienda ASL Massa Carrara
 Zona Apuane

Galli

Galli

FAGIOLINI AL POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Fagiolini	150	170	200
Olio e.v.o. bio	5	5	8
Passata di pomodoro	20	25	30
Aglione	1	1	2

Lessare i fagiolini in abbondante acqua salata. Soffriggere l'aglio con l'olio, aggiungere la passata e per ultimo i fagiolini. Far insaporire e servire.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	2	5	5	72
S. Primaria	2,5	5	6	78
S. S. Secondaria Inf.	3	8	8	114

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Opede

Galini

ZUCCHINE TRIFOLATE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Zucchine	150	170	200
Aglio	1	1	1
Olio e.v.o.	5	5	8
Prezzemolo	1	1	1

Lavare e tagliare a rondelle le zucchine. Mettere in padella con un filo di olio extravergine di oliva e uno spicchio di aglio (da eliminare dopo la cottura) e il prezzemolo. Aggiungere acqua e sale q.b.. Portare a cottura e servire.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1,5	5	2	58
S. Primaria	1,7	5	3	62
S. S. Secondaria Inf.	2	8	4	95

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda UsI
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane




ZUCCHINE ALLA NIPITELLA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Zucchine	150	170	200
Aglio	1	1	2
Olio e.v.o.	5	5	8
Nipitella	1	2	3

Lavare e tagliare a rondelle le zucchine. Mettere in padella con un filo di olio extravergine di oliva e uno spicchio di aglio (da eliminare dopo la cottura) e la nipitella. Aggiungere acqua e sale q.b. Portare a cottura e servire.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	1,5	5	2	58
S. Primaria	1,7	5	3	62
S. S. Secondaria Inf.	2	8	4	95

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

Galli

Galli

PURE' DI CAVOLFIORE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	. S. Secondaria Inf. (g)
Patate	20	30	40
Cavolfiore	150	170	200
Burro	5	5	8
Grana Padano	5	7	8
Latte	20	30	40

Sbucciare, lavare e lessare le patate e il cavolfiore. Passare le patate e il cavolfiore, amalgamare con il latte, salare e far addensare leggermente il composto. A fine cottura aggiungere il burro e il formaggio.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	7,5	8	128
S. Primaria	9,5	8	10	148
S. S. Secondaria Inf.	12	12	12	201

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente le verdure.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

PANE BIANCO COMUNE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pane	40	50	50

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	3,2	tr	26	110
S. Primaria	4	tr	32,5	138
S. S. Secondaria Inf.	4,8	tr	39	165

FRUTTA FRESCA (Media)

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Frutta	100	150	200

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	tr	tr	10	38
S. Primaria	tr	tr	15	56
S. S. Secondaria Inf.	tr	tr	20	75

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

29.05.2019
Maria Giuseppina Galassi
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

PASSATO DI VERDURA CON GRANO SARACENO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Verdura per minestrone congelato	120	140	160
Olio E.V.O.	5	5	7
Grana padano	5	5	10
Acqua	180	200	220
Grano saraceno	30	30	40

Cuocere le verdure in acqua salata. A cottura ultimata frullare le verdure e cuocere il grano saraceno. Condire poi a crudo con olio extravergine di oliva e Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	8,5	7,5	34	229
S. Primaria	9,5	7,5	36	240
S. S. Secondaria Inf.	14,5	10,5	48	332

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda USL
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuana

Galli

Galli

PASTA AL PESTO E POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta	60	80	90
Pomodori pelati km 0	20	30	50
Basilico	2	2	2
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Pesto pastorizzato	10	15	20

Cuocere il pomodoro con le verdure tagliate a pezzetti, a cottura ultimata passare il tutto. Aggiungere alla salsa il Pesto. Condire la pasta lessata con il sugo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	6,5	51	280
S. Primaria	10	9,5	68	381
S. S. Secondaria Inf.	12	12,5	77	449

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.



Azienda Usl
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Handwritten signature

Handwritten signature

PASTA AL POMODORO E OLIVE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pasta	60	80	90
Pomodori pelati km 0	20	30	50
Basilico	1	2	2
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Olio E.V.O	5	5	7
Grana Padano dop	5	5	7
Olive nere snocciolate	5	8	10

Cuocere il pomodoro con le verdure tagliate a pezzetti, a cottura ultimata passare il tutto. Aggiungere alla salsa le olive nere. Condire la pasta lessata con il sugo, il Grana Padano e l'olio extravergine di oliva a crudo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	7,5	49,5	283
S. Primaria	11	8,5	67	372
S. S. Secondaria Inf.	14	11,5	75	441

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.


 Azienda USL
 Toscana
 Nord Ovest

27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane



TORTELLINI AL POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Tortellini di pasta fresca	60	80	90
Pomodori pelati km 0	20	30	50
Basilico	1	1	2
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Olio E.V.O.	5	5	7
Grana Padano dop	5	5	10

Cuocere il pomodoro con le verdure tagliate a pezzetti, a cottura ultimata passare il tutto. Condire i tortellini precedentemente lessati in abbondante acqua salata con il sugo, il Grana Padano e l'olio extravergine di oliva a crudo.

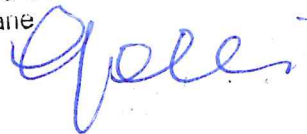
	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	10	33	244
S. Primaria	9,5	12	44	311
S. S. Secondaria Inf.	11	15,5	49	367

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 27-05-2019
 Maria Giuseppina
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane




TORTELLINI AL POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Tortellini di pasta fresca	60	80	90
Pomodori pelati km 0	20	30	50
Basilico	1	1	2
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Olio E.V.O.	5	5	7
Grana Padano dop	5	5	10

Cuocere il pomodoro con le verdure tagliate a pezzetti, a cottura ultimata passare il tutto. Condire i tortellini precedentemente lessati in abbondante acqua salata con il sugo, il Grana Padano e l'olio extravergine di oliva a crudo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	10	33	244
S. Primaria	9,5	12	44	311
S. S. Secondaria Inf.	11	15,5	49	367

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere la pasta poco prima di servirla.


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 29-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubbliche e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane
 Galli



RISOTTO ALL'ORTOLANA

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Riso	60	80	90
Misto di verdure congelate	30	40	50
Cipolla bianca	10	10	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Prezzemolo	1	1	2
Olio e.v.o.	5	5	7
Grana Padano	5	5	10

Lessare sedano, carote e prezzemolo per il brodo; a parte le verdure in acqua salata. Far dorare dolcemente la cipolla, aggiungere le verdure, il riso e portare a cottura con il brodo vegetale precedentemente preparato. A cottura ultimata mantecare con Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7	7	49	275
S. Primaria	8,5	7,5	65	345
S. S. Secondaria Inf.	11	10,5	74	416

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Pulire accuratamente le verdure.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27-05-2019
 Maria Giuseppina C...
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

Alle

Stella

PASSATO DI VERDURA CON FARRO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Verdura per minestrone congelata	120	140	160
Olio E.V.O.	5	5	7
Grana padano	5	5	10
Acqua	180	200	220
Farro	30	30	40

Cuocere le verdure in acqua salata. A cottura ultimata frullare le verdure e cuocere all' interno del passato il farro. Condire poi a crudo con olio extravergine di oliva e Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	7,5	33	221
S. Primaria	8,5	7,5	35	233
S. S. Secondaria Inf.	13,5	10,5	47	325

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

27-05-2019
 551 Maria Giuseppina Galii
 Dirigente Uff. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Azienda USL Toscana Nord Ovest
 Area Massa Carrara
 Zona Apuana
 Galii



PASSATO DI VERDURA CON RISO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	.S. Secondaria Inf. (g)
Verdura per minestrone congelata	120	140	160
Olio	5	5	7
Grana padano	5	5	10
Acqua	180	200	220
Riso	30	30	40

Cuocere le verdure in acqua salata. A cottura ultimata frullare le verdure e cuocere all' interno del passato il riso. Condire poi a crudo con olio extravergine di oliva e Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7,5	7,5	33	221
S. Primaria	8,5	7,5	35	233
S. S. Secondaria Inf.	13,5	10,5	47	325

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



Azienda Usi
Toscana
Nord Ovest

27-05-2019
Maria Giuseppina Galli
Dirigente Medico
U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
Area Massa Carrara
Zona Apuane

Galli

Galli

CREMA DI ZUCCHINE

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Zucchine	120	150	180
Patate	30	30	40
Cipolla	10	15	20
Acqua	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Olio e.v.o.	5	5	7
Grana Padano	5	5	10

Cuocere le verdure in acqua salata. A cottura ultimata frullare le verdure e condire poi a crudo con olio extravergine di oliva e Grana Padano.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	4	5,5	7	92
S. Primaria	4,5	5,5	8	98
S. S. Secondaria Inf.	6	7,5	10	129

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.



27.05.2019
 Marla Giuseppina
 Dirigente U.O.
 U.F. Igiene Pubbliche e Nutrizione
 Azienda Musei Cervantes
 Zona Agricola

Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

Gianni

Gianni

VELLUTATA DI PISELLI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Piselli	60	80	100
Patate	30	30	40
Cipolla	10	15	20
Acqua	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Olio e.v.o.	5	5	7
Grana Padano	5	5	10

Cuocere le verdure in acqua salata. A cottura ultimata frullare le verdure e condire poi a crudo con olio extravergine di oliva e Grana Padano.


	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	6	6,5	12	128
S. Primaria	6,5	6,5	13	133
S. S. Secondaria Inf.	9,5	10	14,5	182

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.


 Azienda UsI
 Toscana
 Nord Ovest

27.05.2019
Marla Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane




RAVIOLI DI PASTA FRESCA CON RICOTTA E SPINACI

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Ravioli ricotta e spinaci freschi artigianali	70	90	110
Olio e.v.o. bio	5	5	7
Grana Padano dop	5	5	10

Cuocere i ravioli in abbondante acqua salata, scolarli e condirli con olio extravergine di oliva e Grana Padano dop.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	7	12	26	233
S. Primaria	9	14	33	286
S. S. Secondaria Inf.	11	19	41	369

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Cuocere i ravioli poco prima di servirli.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperature di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.

Comune di PONTREMOLI - Prot partenza n. 0006419 del 19-04-2019 Cat. 10 Cl. 1


 Azienda Usi
 Toscana
 Nord Ovest

 29-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane




GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO

Ingredienti	S. Infanzia (g)	S. Primaria (g)	S. Secondaria Inf. (g)
Pomodori pelati Km 0	20	30	50
Basilico	1	1	2
Cipolla bianca	10	15	15
Sedano	10	10	10
Carote	10	10	10
Gnocchi di patate	120	160	180
Olio E.V.O.	5	5	7
Grana Padano dop	5	5	10

Cuocere il pomodoro con le verdure tagliate a pezzetti, a cottura ultimata passare il tutto. Condire gli gnocchi di patate precedentemente lessati in abbondante acqua salata con il sugo, il Grana Padano e l'olio extravergine di oliva a crudo.

	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (kcal)
S. infanzia	5	6,5	47	255
S. Primaria	6	7	62	320
S. S. Secondaria Inf.	8,5	11	70	396

PUNTI CRITICI DI CONTROLLO

- Lavare accuratamente tutti gli odori.
- Mantenere tutti gli ingredienti a temperatura di frigorifero fino al loro utilizzo.
- Mantenere a temperatura superiore a 65°C fino al consumo.
- Non conservare eventuali avanzi.
- Cuocere gli gnocchi di patate poco prima di servirli.



27-05-2019
 Maria Giuseppina Galli
 Dirigente Medico
 U.F. Igiene Pubblica e Nutrizione
 Area Massa Carrara
 Zona Apuane

Opole

Giulia