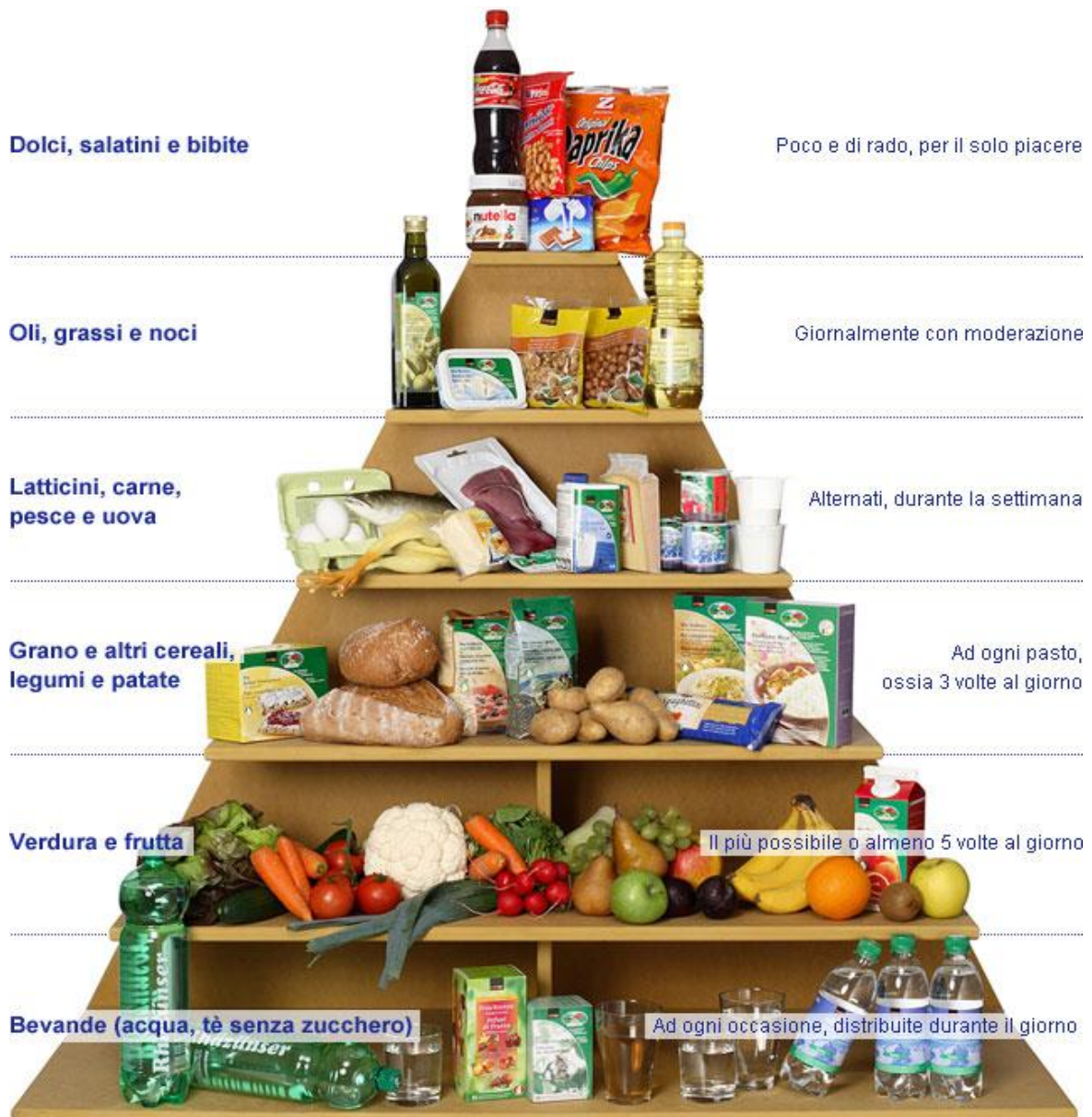


**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

**ANNO SCOLASTICO 2021/2022**

# **TABELLA DIETETICA SCUOLA DELL'INFANZIA DEL COMUNE DI PEDASO**



**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **PRIMA SETTIMANA ( menù invernale sett/marzo)**

### **Lunedì:**

- **Pasta al pomodoro ( 50 g di pasta e 50g di pelati )**
- **Frittata ( 1 uovo) con verdure di stagione (50 g)**
- **Pane ( 30 g)**
- **Frutta di stagione (100g)**

### **MARTEDÌ:**

- **Pasta con piselli ( 50g di pasta e 20g di piselli)**
- **prosciutto cotto ( 40 g )**
- **purè di patate ( 100g di patate e 40g di latte, 5 g parmigiano, 5g burro)**
- **pane (30 g)**
- **frutta di stagione (100g)**

### **MERCOLEDÌ:**

- **minestrone con pasta ( 80g di verdure di stagione miste e 40 g di pastina )**
- **fettina di manzo panata al forno (70g di fettina, 5g di limone, 5g di olio, 10g di pane grattugiato)**
- **spinaci lessi (100g)**
- **frutta di stagione (100g)**

### **GIOVEDÌ**

- **gnocchi al pomodoro (100g di gnocchi e 50g di pelati)**
- **parmigiano reggiano a cubetti (60g)**
- **Verdura cotta di stagione ( es 150g di bietola o spinaci)**
- **Pane (30g)**
- **Frutta di stagione (100g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## VENERDÌ

- Pasta con olio e parmigiano ( 5 g di parmigiano grattugiato)
- Bastoncini di merluzzo panati ( numero 2 a bambino)
- Pomodori in insalata o altra verdura (100g)
- Pane ( 30g)
- frutta (100g)

## TABELLA DIETETICA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
<b>CALORIE</b>	<b>690</b>	<b>715</b>	<b>710</b>	<b>725</b>	<b>730</b>
<b>PROTEINE g</b>	<b>21</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	<b>29</b>
<b>LIPIDI g</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>29</b>
<b>GLUCIDI g</b>	<b>85</b>	<b>98</b>	<b>92</b>	<b>97</b>	<b>99</b>
<b>FERRO mg</b>	<b>25%</b>	<b>28%</b>	<b>41%</b>	<b>44%</b>	<b>43%</b>
<b>CALCIO mg</b>	<b>16%</b>	<b>13%</b>	<b>25%</b>	<b>26%</b>	<b>42%</b>
<b>Vit B1 mg</b>	<b>51%</b>	<b>7%</b>	<b>54%</b>	<b>24%</b>	<b>16%</b>
<b>VIT B2 mg</b>	<b>35%</b>	<b>5%</b>	<b>18%</b>	<b>42%</b>	<b>31%</b>
<b>VIT A mg</b>	<b>22%</b>	<b>16%</b>	<b>18%</b>	<b>45%</b>	<b>53%</b>
<b>VIT C mg</b>	<b>5%</b>	<b>23%</b>	<b>12%</b>	<b>14%</b>	<b>17%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **SECONDA SETTIMANA**

### **LUNEDÌ:**

- **Pasta al ragù (50g di pasta e 10g di ragù)**
- **Prosciutto cotto o crudo (30g)**
- **Patate lesse ( 100g di patate )**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **MARTEDÌ:**

- **Minestrone con pasta ( 40g di pasta con 80g di verdure miste)**
- **Frittata (1 uovo)**
- **Insalata con i prodotti di stagione (150g)**
- **Pane (40g)**
- **Frutta (100g)**

### **MERCOLEDÌ**

- **Pasta con olio e parmigiano( 50g di pasta e 10g di parmigiano)**
- **Polpette di manzo cotte con un trito di verdure di stagione ( 70g di carne, 20 g uovo, 10 g di pane parmigiano, 100g di verdure di stagione)**
- **Pane (40g)**
- **Frutta (100 g)**

### **GIOVEDÌ**

- **Orzo o riso in crema di fave o fagioli (30g di riso o farro e 25 g di legume)**
- **Stracchino o fior di latte (40g)**
- **Carote crude (100g)**
- **Pane (40g)**
- **Frutta (100g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## VENERDÌ

- Pasta al pomodoro (50g di pasta , 50g pelati, 5 g parmigiano)
- Pesce del giorno alla mugnaia con farina (70g)e limone (5 g) o in alternativa panate al forno ( con 10g di pane grattato e 5 ml di limone)
- Insalata con prodotti di stagione (100g )
- Pane (30g)
- frutta (100 g)

## TABELLA DIETETICA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>CALORIE</b>	<b>725</b>	<b>710</b>	<b>720</b>	<b>730</b>	<b>721</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>33</b>	<b>31</b>	<b>34</b>	<b>36</b>	<b>33</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>32</b>	<b>27</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>102</b>	<b>101</b>	<b>99</b>	<b>95</b>	<b>92</b>
<b>FERRO</b>	<b>21%</b>	<b>33%</b>	<b>29%</b>	<b>31%</b>	<b>47%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>13%</b>	<b>18%</b>	<b>25%</b>	<b>28%</b>	<b>41%</b>
<b>Vit b1</b>	<b>52%</b>	<b>19%</b>	<b>48%</b>	<b>32%</b>	<b>58%</b>
<b>Vit B2</b>	<b>44%</b>	<b>16%</b>	<b>14%</b>	<b>11%</b>	<b>25%</b>
<b>Vit A</b>	<b>10%</b>	<b>42%</b>	<b>10%</b>	<b>65%</b>	<b>25%</b>
<b>Vit C</b>	<b>12%</b>	<b>28%</b>	<b>26%</b>	<b>64%</b>	<b>12%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **TERZA SETTIMANA**

### **LUNEDI:**

- **Pasta a pomodoro (50g di pasta e 50g di pelati)**
- **Frittata (1 Uovo) con verdura di stagione (50g) in alternativa un uovo lessato.**
- **Patate lesse (150g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

### **MARTEDÌ**

- **Pasta con ricotta (50 g di pasta e 30g ricotta)**
- **Polpette di manzo al sugo di pomodoro(70 g di carne, 20g uovo, 10g di parmigiano, sedano, carota, cipolla 5g e 50g di pelati per il sugo)**
- **Spinaci lessi (100g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

### **MERCOLEDÌ**

- **riso con olio e parmigiano ( 50g di riso e 10g di parmigiano)**
- **Scaloppine di vitello al limone (60g) in alternativa panate e cotte al forno ( con 10g di pane grattato e 5 g di limone)**
- **Piselli in padella (150g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ:**

- **Pasta con pomodoro e basilico ( 40g di pasta e 50g pelati)**
- **Seppie con piselli e pomodoro. ( 40g di seppie , 40g di piselli pomodoro qb)**
- **Insalata con prodotti di stagione (100g)**
- **Pane (40g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

- **frutta (100g)**

**VENERDÌ:**

- **Pasta al forno (40g di pasta con 30g di macinato, 30g mozzarella, 20g di pelati, 20g di parmigiano)**
- **Cubetti di grana (40g)**
- **Finocchi o altra verdura di stagione conditi con olio (100g)**
- **Pane (30g)**
- **Frutta (100g)**

**TABELLA DIETETICA**

	<b>LUNEDÌ</b>	<b>MARTEDÌ</b>	<b>MERCOLEDÌ</b>	<b>GIOVEDÌ</b>	<b>VENERDÌ</b>
<b>CALORIE</b>	<b>720</b>	<b>713</b>	<b>715</b>	<b>728</b>	<b>725</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>25</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>27</b>	<b>29</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	<b>29</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>96</b>	<b>101</b>	<b>102</b>	<b>97</b>	<b>100</b>
<b>FERRO</b>	<b>21%</b>	<b>25%</b>	<b>24%</b>	<b>30%</b>	<b>41%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>17%</b>	<b>19%</b>	<b>14%</b>	<b>18%</b>	<b>20%</b>
<b>VIT b1</b>	<b>18%</b>	<b>24%</b>	<b>22%</b>	<b>24%</b>	<b>29%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>26%</b>	<b>35%</b>	<b>31%</b>	<b>33%</b>	<b>14%</b>
<b>VIT A</b>	<b>37%</b>	<b>12%</b>	<b>15%</b>	<b>21%</b>	<b>48%</b>
<b>VIT C</b>	<b>45%</b>	<b>15%</b>	<b>14%</b>	<b>15%</b>	<b>55%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **QUARTA SETTIMANA**

### **LUNEDÌ:**

- **Pasta all'uovo in brodo vegetale (40g di pasta, sedano, carota, cipolla 5 g per il brodo)**
- **Mozzarella o caciotta fresca (40g)**
- **purè di patate ( 100g di patate e 40g di latte, 5 g parmigiano, 5g burro)**
- **Pane (30g)**
- **Frutta di stagione (100g)**

### **MARTEDÌ**

- **gnocchi al pomodoro (120g di gnocchi con 50g di pelati)**
- **fesa di tacchino (70g)**
- **insalata con prodotti di stagione (100g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

### **MERCOLEDÌ:**

- **Risotto con piselli ( 40g di riso con 40g di piselli)**
- **Petto di pollo (50g di carne)**
- **Bietola lessa o altra verdura di stagione (100g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ:**

- **Pasta con olio e parmigiano (60g di pasta)**
- **Prosciutto cotto (50g)**
- **Piselli in padella con olio (150g)**
- **Pane (30g)**
- **Frutta (100g)**



**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

#### **VENERDì:**

- Tortellini al pomodoro (50g di tortellini e 50g pelati)
- Polpette di tonno (50g di tonno, 20g di uovo, 10g di parmigiano, 10g di pane, trito di verdure)
- Finocchi o altra verdura (100g) condita con olio
- frutta (100g)

#### **TABELLA DIETETICA**

	<b>LUNEDì</b>	<b>MARTEDì</b>	<b>MERCOLEDì</b>	<b>GIOVEDì</b>	<b>VENERDì</b>
<b>CALORIE</b>	<b>717</b>	<b>710</b>	<b>723</b>	<b>721</b>	<b>715</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>22</b>	<b>32</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>93</b>	<b>98</b>
<b>FERRO</b>	<b>47%</b>	<b>33%</b>	<b>45%</b>	<b>32%</b>	<b>27%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>29%</b>	<b>24%</b>	<b>16%</b>	<b>25%</b>	<b>19%</b>
<b>VIT B1</b>	<b>27%</b>	<b>71%</b>	<b>44%</b>	<b>48%</b>	<b>16%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>22%</b>	<b>44%</b>	<b>48%</b>	<b>31%</b>	<b>62%</b>
<b>VIT A</b>	<b>44%</b>	<b>63%</b>	<b>41%</b>	<b>25%</b>	<b>31%</b>
<b>VIT C</b>	<b>81%</b>	<b>52%</b>	<b>35%</b>	<b>43%</b>	<b>33%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **QUINTA SETTIMANA**

### **LUNEDÌ:**

- **Risotto giallo con zafferano ( 70g di riso zafferano qb))**
- **Frittata con patate(1 uovo e 50g di patate)**
- **Pane (30g)**
- **Frutta (100g)**

### **MARTEDÌ**

- **Pasta al ragù (50g di pasta e 10g ragù)**
- **Petto di pollo panato al forno (60g di petto, 10 g di pane grattato, 5 g di limone)**
- **spinaci lessi (100g)**
- **Frutta (100g)**

### **MERCOLEDÌ:**

- **Pasta con tonno e pomodoro ( 60 g di pasta e 30g di tonno)**
- **Prosciutto crudo (40g) e mozzarella (30g)**
- **Lattuga (150g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ:**

- **Pasta al pomodoro ( 50g di pasta e 50g di pelato)**
- **Polpette al sugo (80g di carne di manzo, 20g uovo, 10g di parmigiano, 50g di pomodori, 5 g di sedano, 5 g di carota, 5 g di cipolla)**
- **Piselli (150g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
 Biologo - Nutrizionista  
 Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
 Cell. 340.3174360  
 Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
 Partita IVA: 02095900441

**VENERDì:**

- Pasta olio e parmigiano (60g di pasta e 10g di parmigiano)
- Bastoncini di merluzzo panato al forno (n 2 a bambino)
- Insalata mista
- Pane (40g)
- Frutta (100g)

	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì
<b>CALORIE</b>	<b>729</b>	<b>715</b>	<b>722</b>	<b>725</b>	<b>734</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>27</b>	<b>31</b>	<b>28</b>	<b>32</b>	<b>29</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>98</b>	<b>96</b>	<b>95</b>	<b>92</b>	<b>99</b>
<b>FERRO</b>	<b>35%</b>	<b>26%</b>	<b>28%</b>	<b>32%</b>	<b>25%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>28%</b>	<b>16%</b>	<b>19%</b>	<b>28%</b>	<b>33%</b>
<b>VIT B1</b>	<b>27%</b>	<b>71%</b>	<b>44%</b>	<b>23%</b>	<b>44%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>22%</b>	<b>44%</b>	<b>29%</b>	<b>21%</b>	<b>25%</b>
<b>VIT A</b>	<b>44%</b>	<b>23%</b>	<b>18%</b>	<b>65%</b>	<b>29%</b>
<b>VIT C</b>	<b>12%</b>	<b>32%</b>	<b>25%</b>	<b>56%</b>	<b>43%</b>

**TABELA DIETETICA**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **MENU' PRIMAVERA- ESTATE (APRILE/GIUGNO)**

### **PRIMA SETTIMANA**

#### **LUNEDÌ:**

- **Pasta zucchine e gamberetti (50g di pasta, 50g di zucchine e 30g di gamberetti)**
- **Frittata con pisellini e prosciutto cotto ( 40g di pisellini, 1 uovo, 1 fetta di prosciutto cotto tagliata, 5 g di parmigiano)**
- **Julienne di carote (100g )**
- **Pane ( 40g)**
- **Frutta di stagione (100g)**

#### **MARTEDÌ:**

- **Pasta primavera (50 g di pasta) con verdure di stagione( 150g es melanzane, zucchine, patate, cipolla, carota)**
- **Cotoletta di vitello al forno (60g di carne e 10g di pane grattato e 5g di limone)**
- **Pomodori conditi con olio (150g)**
- **Pane 40g**
- **frutta (100g)**

#### **MERCOLEDÌ:**

- **Pasta all'uovo con pomodoro e basilico (50g, 50g di pelati, basilico qb)**
- **Caprese di mozzarella ( anche le ciliegine ) e pomodoro (40g di mozzarella e100g di pomodoro)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

#### **GIOVEDÌ:**

- **Riso freddo con zucchina , carota , mais (40g di riso con verdure qb)**
- **Petto di pollo al limone in forno (60g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
 Biologo - Nutrizionista  
 Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
 Cell. 340.3174360  
 Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
 Partita IVA: 02095900441

- Insalata mista di stagione (150g)
- Pane (40g)
- frutta(100g)

#### **VENERDì:**

- pasta olio e parmigiano ( 50g di pasta e 5 g di parmigiano)
- filetti di platessa al forno panata (70g di platessa ,10 g di pane grattato e 5 g di limone)
- purè di patate ( 100g di patate e 40g di latte, 5 g parmigiano, 5g burro)
- Pane 40g)
- frutta (100g)

#### **TABELLA DIETETICA**

	<b>LUNEDì</b>	<b>MARTEDì</b>	<b>MERCOLEDI</b>	<b>GIOVEDI</b>	<b>VENERDI</b>
<b>CALORIE</b>	<b>727</b>	<b>728</b>	<b>735</b>	<b>714</b>	<b>719</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>22</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>26</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>26</b>	<b>24</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>97</b>	<b>99</b>	<b>95</b>	<b>93</b>	<b>94</b>
<b>FERRO</b>	<b>35%</b>	<b>33%</b>	<b>32%</b>	<b>29%</b>	<b>22%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>23%</b>	<b>15%</b>	<b>27%</b>	<b>30%</b>	<b>29%</b>
<b>VIT B1</b>	<b>28%</b>	<b>46%</b>	<b>15%</b>	<b>57%</b>	<b>33%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>34%</b>	<b>21%</b>	<b>34%</b>	<b>23%</b>	<b>56%</b>
<b>VIT A</b>	<b>12%</b>	<b>32%</b>	<b>11%</b>	<b>37%</b>	<b>24%</b>
<b>VIT C</b>	<b>23%</b>	<b>26%</b>	<b>45%</b>	<b>17%</b>	<b>18%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **SECONDA SETTIMANA**

### **LUNEDÌ:**

- **Riso asciutto con pomodoro fresco ( 50g di riso con 50g di pomodoro e 5 g di parmigiano)**
- **Polpette al sugo ( 40g di carne, 50g di pelati, 1 uovo, 10g di parmigiano, sedano, carota e cipolla 5g)**
- **Carote lesse (50g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **MARTEDÌ**

- **Pasta con ricotta (50g di pasta e 30g di ricotta)**
- **Frittata (1 uovo)**
- **Insalata con prodotti di stagione ( 100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **MERCOLEDÌ**

- **Pasta al pomodoro (60g di pasta e 10g di ragù)**
- **Caciotta fresca o altro formaggio (40g)**
- **Verdure di stagione gratinate (10g con pane grattugiato)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ**

- **gnocchi al sugo e basilico ( 40g di gnocchi e 50g di pelati)**
- **Prosciutto cotto o crudo (40g)**
- **Insalata con prodotti di stagione (100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

#### **VENERDÌ:**

- **pasta con olio e tonno (50g di pasta e 20g di tonno)**
- **polpette di legumi panate al forno ( 40g di legumi a scelta , 5 g di parmigiano, 20g di uovo, 10g di pane grattato)**
- **pomodoro con olio ( 100g)**
- **Pane (40g)**
- **Frutta (100g)**

#### **TABELLA DIETETICA**

	<b>LUNEDI</b>	<b>MARTEDI</b>	<b>MERCOLEDI</b>	<b>GIOVEDI</b>	<b>VENERDÌ</b>
<b>CALORIE</b>	<b>722</b>	<b>734</b>	<b>741</b>	<b>725</b>	<b>720</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>31</b>	<b>34</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>29</b>	<b>31</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>23</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>99</b>	<b>95</b>	<b>99</b>	<b>98</b>	<b>90</b>
<b>FERRO</b>	<b>28%</b>	<b>45%</b>	<b>43%</b>	<b>47%</b>	<b>28%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>27%</b>	<b>14%</b>	<b>34%</b>	<b>47%</b>	<b>29%</b>
<b>VIT B1</b>	<b>27%</b>	<b>26%</b>	<b>25%</b>	<b>34%</b>	<b>35%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>22%</b>	<b>12%</b>	<b>19%</b>	<b>35%</b>	<b>45%</b>
<b>VIT A</b>	<b>44%</b>	<b>25%</b>	<b>27%</b>	<b>29%</b>	<b>41%</b>
<b>VIT C</b>	<b>12%</b>	<b>13%</b>	<b>11%</b>	<b>29%</b>	<b>27%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **TERZA SETTIMANA**

### **LUNEDÌ:**

- **Risotto allo zafferano (50g di riso, qb zafferano e cipolla 5 g)**
- **Frittata ( 1 uovo) con zucchine o asparagi (50g)**
- **Insalata mista (100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **MARTEDÌ:**

- **Pasta al pomodoro e ricotta ( 60g di pasta e 50g di pelati e 20g di ricotta)**
- **Scaloppina di tacchino al limone (120g)**
- **Verdure di stagione cotte in padella (100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **MERCOLEDÌ**

- **pasta con carota e zucchine(50g di fusilli, 30g di carote, 30g di zucchini)**
- **Prosciutto cotto (40g di prosciutto)**
- **Patate al forno (150g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ**

- **Farro freddo con emmenthal a cubetti e prosciutto cotto ( 40g di farro, 10g di formaggio e prosciutto cotto)**
- **Polpette di melanzane al forno con ricotta(70g di melanzane, 5g di parmigiano,10g di pane grattugiato, 1 uovo ,20g di ricotta)**
- **Pomodori con olio (100g)**
- **Pane ( 40g)**
- **frutta (100g)**



**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## VENERDÌ

- Pasta con olio e parmigiano ( 60g di pasta e 10g di parmigiano)
- Parmigiano a cubetti (50g)
- Zucchine e melanzane cotte al forno a tocchetti (150g)
- Pane (40g)
- frutta (100g)

## TABELLA DIETETICA

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>CALORIE</b>	<b>725</b>	<b>710</b>	<b>729</b>	<b>741</b>	<b>728</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>33</b>	<b>42</b>	<b>27</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>21</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>26</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>98</b>	<b>101</b>	<b>103</b>	<b>99</b>	<b>101</b>
<b>FERRO</b>	<b>31%</b>	<b>26%</b>	<b>24%</b>	<b>27%</b>	<b>28%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>23%</b>	<b>14%</b>	<b>27%</b>	<b>25%</b>	<b>21%</b>
<b>VIT B1</b>	<b>34%</b>	<b>32%</b>	<b>25%</b>	<b>14%</b>	<b>28%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>25%</b>	<b>44%</b>	<b>28%</b>	<b>60%</b>	<b>44%</b>
<b>VIT A</b>	<b>29%</b>	<b>15%</b>	<b>34%</b>	<b>44%</b>	<b>12%</b>
<b>VIT C</b>	<b>14%</b>	<b>25%</b>	<b>32%</b>	<b>34%</b>	<b>19%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **QUARTA SETTIMANA**

### **LUNEDÌ:**

- **insalata di riso fredda (60g di riso con verdure varie qb)**
- **Prosciutto crudo (40g)**
- **Pomodori maturi con olio (100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta(100g)**

### **MARTEDÌ**

- **Pasta fredda al pomodoro con melanzane o zucchine ( 50g di pasta e 50g di pelati e 35g di melanzane)**
- **Mozzarella ciliegina (40g)**
- **Insalata mista con prodotti di stagione 150g**
- **Pane (40g)**
- **frutta(100g)**

### **MERCOLEDÌ**

- **Pasta con olio e parmigiano ( 50g di pasta e 10g di parmigiano)**
- **Parmigiano a scaglie con bresaola (20g di parmigiano e 30g di bresaola)**
- **Julienne di carote (100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ**

- **passato di verdure di stagione con pastina ( 40g di pastina e 60g di verdure miste)**
- **Polpette con trito magro di verdura ( 50g di carne e 4g di parmigiano, pane grattugiato e 1 uovo e 50g di verdure miste)**
- **pisellini(100g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

- **Frutta ( 100g)**

#### **VENERDì**

- **Pasta con pomodoro e basilico (50g di pasta e 40g di pomodoro)**
- **Bastoncini di merluzzo panato al forno (n 2 per bambino)**
- **Patate lesse ( 60g)**
- **Pane (30g)**
- **frutta (100g)**

#### **TABELLA DIETETICA**

	<b>LUNEDì</b>	<b>MARTEDì</b>	<b>MERCOLEDI</b>	<b>GIOVEDI</b>	<b>VENERDI</b>
<b>CALORIE</b>	<b>715</b>	<b>723</b>	<b>734</b>	<b>729</b>	<b>741</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>25</b>	<b>29</b>	<b>31</b>	<b>23</b>	<b>31</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>32</b>	<b>23</b>	<b>27</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>101</b>	<b>94</b>	<b>97</b>	<b>97</b>	<b>95</b>
<b>FERRO</b>	<b>25%</b>	<b>27%</b>	<b>25%</b>	<b>41%</b>	<b>45%</b>
<b>CALCIO</b>	<b>29%</b>	<b>21%</b>	<b>47%</b>	<b>12%</b>	<b>31%</b>
<b>VIT B1</b>	<b>25%</b>	<b>55%</b>	<b>29%</b>	<b>42%</b>	<b>27%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>14%</b>	<b>24%</b>	<b>45%</b>	<b>23%</b>	<b>36%</b>
<b>VIT A</b>	<b>29%</b>	<b>29%</b>	<b>43%</b>	<b>25%</b>	<b>42%</b>
<b>VIT C</b>	<b>44%</b>	<b>34%</b>	<b>25%</b>	<b>44%</b>	<b>28%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **QUINTA SETTIMANA**

### **LUNEDI:**

- **Riso asciutto al pomodoro fresco (50g di riso e 50 g di pomodoro)**
- **Frittata con verdure di stagione (1 uovo e 100g di verdure)**
- **Insalata mista (100g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **MARTEDÌ:**

- **Pasta con olio e parmiggiano (50g di pasta e 5 g di parmiggiano )**
- **Fiordilatte o stracchino (40g)**
- **zucchine cotte in padella (150g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta(100g)**

### **MERCOLEDÌ**

- **gnocchi al pomodoro ( 40g di gnocchi e 40g di pomodoro)**
- **Prosciutto cotto (50g)**
- **Patate al forno (150g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

### **GIOVEDÌ**

- **Pasta e ceci (40g di pasta e 50g di ceci)**
- **Petto di pollo (50g)**
- **Verdure di stagione al forno con olio e 10g di pan grattato(150g)**
- **Pane (40g)**
- **frutta (100g)**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
 Biologo - Nutrizionista  
 Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
 Cell. 340.3174360  
 Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
 Partita IVA: 02095900441

## VENERDÌ

- Farro freddo con patate al vapore e cubetti di prosciutto cotto ( 50g di riso e 40g di patate , 10 g prosciutto cotto)
- Pesce di stagione panato o altro pesce al forno( 70g di pesce e 10g di pane grattato e limone qb) in alternativa polpette di tonno. ( 70g di tonno, 20g di uovo, 10g di parmigiano, sedano,carota e cipolla qb)
- Piselli in padella (120g)
- Pane (40g)
- frutta(100g)

## TABELLA DIETETICA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<b>CALORIE</b>	<b>725</b>	<b>741</b>	<b>725</b>	<b>731</b>	<b>729</b>
<b>PROTEINE</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>LIPIDI</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>31</b>	<b>33</b>	<b>31</b>
<b>GLUCIDI</b>	<b>99</b>	<b>93</b>	<b>97</b>	<b>94</b>	<b>97</b>
<b>FERRO</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>29</b>	<b>34</b>
<b>CALCIO</b>	<b>24</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
<b>VIT B1</b>	<b>45%</b>	<b>44%</b>	<b>23%</b>	<b>14%</b>	<b>27%</b>
<b>VIT B2</b>	<b>25%</b>	<b>28%</b>	<b>25%</b>	<b>25%</b>	<b>36%</b>
<b>VIT A</b>	<b>18%</b>	<b>63%</b>	<b>41%</b>	<b>41%</b>	<b>28%</b>
<b>VIT C</b>	<b>34%</b>	<b>42%</b>	<b>16%</b>	<b>16%</b>	<b>36%</b>

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## NOTE AI MENU'

- in tutte le preparazioni dei primi piatti viene aggiunto **5g di olio e 10g di parmigiano** a richiesta del singolo bambino
- in tutte le preparazioni dei sughi (in cui si possono usare pelati o passata di pomodoro) vengono aggiunte sedano, carota e cipolla pari a **5g**
- la dose massima di sale consentito ad ogni pasto è pari a **2 grammi**
- per motivi religiosi alternativa alle carni da escludere: uovo (1), parmigiano (30G) o ricotta (40g) o purè di patate, fesa di tacchino, insalate di ceci o fagioli con pomodoro.
- Nell'arco della settimana il formato della pasta servita deve essere variato il più possibile
- Le insalate miste devono corrispondere nei tipi e nelle grammature a quanto indicato nella lista degli alimenti. Le foglie di insalata devono essere tagliate finemente, i pomodori devono essere tagliati in spicchi sottili, soprattutto per la scuola dell'infanzia
  - Per il pinzimonio, in apertura, carote, cetrioli, pomodori e finocchi devono essere tagliati a julienne o a fette sottili.
  - Per i formaggi, serviti privi della confezione originale, la data di scadenza dovrà comunque essere comunicata nei refettori
  - Nel periodo estivo, le fragole devono essere servite al naturale

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **ALLERGIE:**

Gli alimenti che più frequentemente possono essere causa di allergia alimentare sono:

- latte
- uovo
- pesce
- pomodoro
- grano
- arachidi
- carni
- sedano
- agrumi
- pesca
- kiwi
- banana
- frutta secca

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **COMUNE DI PEDASO**

## **PROVINCIA DI FERMO**

Procedura aperta per l'affidamento del servizio mensa scolastica

### **TABELLE MERCEOLOGICHE DELLE DERRATE ALIMENTARI**

Come prescrizione preliminare e generale valida per tutti i prodotti del presente appalto e di seguito indicati si precisa che, per effetto dell'art. 3 Legge Regione Marche 23/02/2000 n. 9, nell'attività di ristorazione scolastica è vietata la somministrazione di alimenti e prodotti contenenti organismi geneticamente modificati (OGM). Nella preparazione dei pasti devono essere utilizzati cibi di produzione nazionale, salvi i casi espressamente previsti nella singola tabella merceologica. Le normative riportate nel presente capitolato possono essere state modificate ed integrate con successive norme giuridiche. Ove sono indicati nella presente tabella marche o tipi di prodotti o alimenti, ai sensi della circolare 29/04/04 Presidente Consiglio dei Ministri Dipartimento delle Politiche Comunitarie (G.U. 12/07/04 n° 161) si intendono ammessi prodotti equivalenti di differente marca o tipo.



**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

## **ALIMENTI PROVENIENTI DA AZIENDE AGRICOLE PREFERIBILMENTE DELLA REGIONE MARCHE**

### ***SPECIFICHE GENERALI***

### **CARNI DI VITELLONE FRESCHE REFRIGERATE DI PROVENIENZA DA PRODUTTORI PREFERIBILMENTE DELLA REGIONE MARCHE**

Il prodotto deve soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica. Inoltre:

- la carne deve provenire da stabilimenti di produzione della REGIONE MARCHE che si impegnano ad allevare e curare il singolo animale.
- deve essere specificata la provenienza dell'animale e devono essere rintracciabili sia l'allevatore, sia il singolo capo macellato;
- la carne deve presentare grana fine, colorito brillante, colore rosso roseo, tessuto adiposo compatto e di colore bianco candido ben disposto tra i fasci muscolari che assumono aspetto mazzato, livelli medi di mazzatura e venatura, consistenza pastosa, tessitura abbastanza compatta;
- presentare caratteristiche igieniche ottime (pH non superiore a 6), assenza di contaminazioni microbiche e fungine. I limiti microbiologici superficiali, su una campionatura che rappresenti il 5% della fornitura, devono essere i seguenti

: • Carica mesofili aerobi totali: inferiore a 10<sup>6</sup> UFC/g

• Coliformi totali: inferiore a 2 x 10<sup>2</sup> UFC/g

• Streptococcus faecalis: inferiore a 10<sup>3</sup> UFC/g

• Staphylococcus aureus: assente/25 g

• Salmonella: assente/25 g

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

- *Listeria monocytogenes*: assente/25 g

Il confezionamento della stessa può essere effettuato sottovuoto, oppure può essere allestito allo stato sfuso, purché i tagli siano protetti con carta o altro materiale per alimenti, ordinatamente sistemati in cassette atte all'alloggiamento ed al trasporto di prodotti carnei, i contenitori siano ben puliti e sanificati, non vi sia possibilità di insudiciamento durante l'immagazzinamento ed il trasporto per eventuali contatti con il suolo. Il trasporto deve avvenire con mezzi muniti di regolare autorizzazione sanitaria, nel completo rispetto delle norme igienicosanitarie ai sensi del D.P.R. n. 327 del 26 marzo 1980, con temperature durante il trasporto da -1° a +7°C e al momento della consegna non superiori a +10°C.

## **UOVA DI GALLINA**

Le uova devono essere di categoria A, conformi alle vigenti norme sulla commercializzazione. Tutta la filiera, dall'allevamento al confezionamento, deve essere certificata conforme alle norme sulle produzioni animali. Le uova di gallina devono essere fresche e di produzione delle Regioni dell'Italia Centrale (Marche, Emilia-Romagna, Toscana, Lazio, Umbria e Abruzzo), avere un guscio scuro integro, morbido e pulito. La temperatura sia mantenuta artificialmente al di sotto di +5°C; tuttavia possono essere mantenute ad una temperatura inferiore a +5°C durante il trasporto, per un massimo di 24 ore.

## **ALIMENTI DI PROVENIENZA NAZIONALE\***

\* Ad eccezione di alcuni alimenti, debitamente segnalati nelle relative tabelle merceologiche, per i quali è ammessa la provenienza estera

## **PASTA DI SEMOLA DI GRANO DURO TRAFILATA AL BRONZO**

La **trafilatura al bronzo** è il procedimento tramite cui l'impasto di semola e acqua usato per fare la pasta secca viene fatto passare per

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

estrusione/compressione attraverso una **trafila in bronzo**. La pasta di semola di grano duro dovrà presentare odore e sapore tipici, assenza di corpi e sostanze estranee, crepe o rotture, punti bianchi o punti neri; il colore dovrà essere giallo ambrato. La pasta dovrà risultare indenne da infestanti o parassiti o larve di alcun tipo e da muffe o altri agenti infestanti. Dovrà essere garantita la fornitura di pasta in diversi formati (anche speciali) sia da brodo che asciutta. Per ogni tipo di pasta dovranno essere specificate:

- tempo di cottura;
- resa in peso con la cottura;
- tempo massimo di mantenimento delle paste cotte scolate entro il quale è garantita la conservazione di accettabili caratteristiche organolettiche;
- tempo massimo di cottura entro il quale è garantito il mantenimento di accettabili requisiti organolettici, come il mantenimento della forma e l'osservanza di spaccature. La pasta non dovrà presentarsi spappolata e/o spaccata, il peso ed il volume dovranno aumentare considerevolmente e l'acqua di cottura non dovrà risultare torbida o lattescente.

**PASTA ALL'UOVO FRESCA** I prodotti richiesti devono esser esenti da ogni additivo o esaltante di sapore, avere aspetto omogeneo, odore tipico e colore caratteristico della pasta all'uovo e le materie prime impiegate per la produzione devono possedere caratteristiche e requisiti previsti dalle vigenti leggi in materia. Dopo la cottura i prodotti devono presentare un aspetto consistente e una pasta soda ed elastica, e le caratteristiche e requisiti previsti dalle vigenti leggi in materia. Dopo la cottura i prodotti devono presentare un aspetto consistente e una pasta soda ed elastica, e le caratteristiche batteriologiche devono risultare ottimali. La pasta all'uovo deve essere confezionata in involucri riconosciuti idonei per il

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

contenimento di prodotti alimentari come da normativa vigente. Sulle confezioni deve essere indicata la data di produzione. Si richiede pasta per lasagne, tagliatelle, quadrucci.

**FARINA DI FRUMENTO** La farina di frumento deve essere di tipo 1 con composizione prevista dalla L.580/67 e s.m., priva di sostanze imbiancanti e/o farine di cereali diversi dal grano o altre sostanze estranee.

**FARINA BIANCA** La farina di grano tenero tipo "00" deve avere le seguenti caratteristiche:

- umidità: 14,50%
- glutine secco: 7%
- conservanti: assenti
- frammenti di insetti: assenti
- peli di roditori: assenti
- frammenti metallici: assenti

Il prodotto non deve presentarsi infettato da parassiti, larve, frammenti di insetti, muffe o altri agenti infestanti; non deve presentare grumi, sapori e odori acri.

## **RISO**

Il riso dovrà possedere tutti i requisiti qualitativi e commerciali previsti dalle vigenti norme di legge. Dovrà essere dell'ultimo raccolto, ben maturo, di fresca lavorazione, sano, ben secco, immune da parassiti, muffe. E' richiesta la qualità RIBE con trattamento PARBOILED. Per eventuali diete speciali si potranno richiedere riso integrale, crema di riso, semolino di riso. Produzioni suggerite: Scotti, Gallo Blond, Flora, Curti.

## **PRODOTTI ITTICI DI 1° QUALITA' CONGELATI O SURGELATI**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

Il prodotto, di provenienza esclusivamente nazionale, deve essere stato accuratamente tolettato e privato delle spine, delle cartilagini e della pelle; non deve essere sottoposto a trattamento con antibiotici o antisettici, né aver subito fenomeni di scongelamento. Allo scongelamento i pesci non devono sviluppare odore di rancido, e devono conservare una consistenza simile al pesce fresco di appartenenza; le perdite di sgocciolamento devono essere contenute intorno al 5%. Il prodotto non deve presentare sostanze estranee inquinanti e derivanti da cattiva tecnica di lavorazione; inoltre, deve essere preparato, confezionato e trasportato in conformità alla normativa vigente ed in stabilimenti riconosciuti CEE. Le confezioni devono:

- avere caratteristiche idonee ed assicurare protezione dei caratteri organolettici e qualitativi del prodotto;
- proteggere il prodotto da contaminazioni batteriche;
- impedire il più possibile la disidratazione e la permeabilità a gas;
- non cedere al prodotto sostanze ad esso estranee;
- riportare la data di confezionamento e/o scadenza come da D.P.R. n. 322 del 18/05/1982.

I prodotti, trasportati in condizioni igienico-sanitarie ineccepibili ed ad una temperatura di almeno  $-18^{\circ}\text{C}$ , devono giungere al centro di cottura ancora in perfetto stato di surgelazione (lo scongelamento deve essere effettuato in cella frigorifera).

I prodotti ittici non devono presentare segni comprovanti un avvenuto parziale o totale scongelamento, quali formazioni di cristalli di ghiaccio sulla parte più esterna della confezione, non devono presentare alterazioni di colore, odore e sapore, bruciature da freddo, parziali decongelazioni, ammuffimenti, fenomeni di putrefazione. Il pesce

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

richiesto e' il seguente: - Filetti di platessa: pz. da gr. 150 – 180; - Filetti di merluzzo, sogliola o nasello: pz. da gr. 120-180; La ditta fornitrice non sarà sollevata da alcuna responsabilità delle proprie obbligazioni in ordine ai vizi apparenti od occulti del prodotto non rilevati all'atto della consegna. Le confezioni devono essere uso famiglia. Produzione consigliata: Findus, Genepesca, Mare Fresco, Surgela.

### **PRODOTTI ITTICI FRESCHI**

Il prodotto non surgelato, deve presentare le caratteristiche del prodotto "freschissimo". Deve avere rigidità cadaverica, corpo rigido e arcuato, odore salso, tenue e gradevole, consistenza soda, occhio tra il vivo e il vitreo, colorito delle branchie tra il rosso bordeaux e il rosso porpora, pelle compatta, con carni sode, bianche o rosee con riflessi madreperlacei. Si garantisce pescato del giorno (stagionale) dei nostri mari precedentemente abbattuto.

### **LEGUMI SECCHI**

I legumi secchi devono essere puliti, sani, privi di muffe, insetti o altri corpi estranei (sassi, stelo, ecc.), esenti da attacchi di parassiti, privi di pesticidi usati in fase di produzione o stoccaggio, avere pezzatura omogenea; sono ammessi leggeri difetti di forma. I legumi secchi devono essere uniformemente essiccati (umidità della granella non superiore al 13%), con un anno al massimo di conservazione dalla raccolta. Il prodotto deve essere etichettato e confezionato a norma delle vigenti leggi.

### **CARNE SUINA FRESCA REFRIGERATA**

La carne suina deve essere fresca e di prima qualità e acquistata da allevatori locali preferibilmente della regione Marche. **Tutta la filiera, dall'allevamento al confezionamento, deve essere certificata conforme alle vigenti norme sulle produzioni animali.**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

La carne deve avere:

- Carica mesofili aerobi totali: inferiore a 106 UFC/g
- Coliformi totali: inferiore a  $2 \times 10^2$  UFC/g • Streptococcus faecalis: inferiore a 103 UFC/g
- Staphylococcus aureus: assente/25 g
- Salmonella: assente/25 g
- Yersinia enterocolitica: assente/25 g

Il trasporto deve avvenire con mezzi muniti di regolare autorizzazione sanitaria, nel completo rispetto delle norme igienicosanitarie, secondo il D.P.R. n. 327 del 26 marzo 1980, con temperature durante il trasporto da  $-1^\circ$  a  $+7^\circ\text{C}$  e, al momento della consegna, non superiori a  $+10^\circ\text{C}$ . Il confezionamento della stessa può essere effettuato sottovuoto, oppure può essere allestito allo stato sfuso, purché i tagli siano protetti con carta o altro materiale per alimenti, ordinatamente sistemati in cassette atte all'alloggiamento ed al trasporto di prodotti carnei, i contenitori siano ben puliti e sanificati, non vi sia possibilità di insudiciamento durante l'immagazzinamento ed il trasporto per eventuali contatti con il suolo. L'etichettatura deve riportare la ditta produttrice, la data di lavorazione e confezionamento, la data di scadenza o il termine minimo di conservazione, oltre alle indicazioni previste per i prodotti animali.

## **CARNE AVICOLA E CUNICOLA FRESCA REFRIGERATA**

La carne di pollo, di tacchino e di coniglio deve essere fresca e di prima qualità, priva di additivi e di estrogeni, di sostanze inibenti (antibiotici, sulfamidici e disinfettanti), secondo quanto stabilito dalle norme sanitarie. Il prodotto deve soddisfare le vigenti disposizioni per la vigilanza igienica e deve presentare in ogni sua parte il marchio della visita sanitaria e di classifica. Tutta la filiera, dall'allevamento al





**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

Tipologia delle carni richieste: polli in busto, petti di pollo, cosce di pollo, fesa di tacchino, conigli.

### **Petto di pollo**

Petto di pollo fresco, refrigerato, senz'osso, con esclusione dei prodotti esteri o comunque surgelati o congelati. Il prodotto deve essere privato di pelle e sterno. Le caratteristiche igieniche e di conformazione del petto di pollo devono corrispondere a quanto segue:

- ricavato da polli di allevamento proveniente dalla regione Marche di prima scelta, in perfetto stato di nutrizione;
- colore roseo brillante uniforme, assenza di ogni altra colorazione anomala, superficie lucida, consistenza compatta, assenza di essudato;
- ottima igiene superficiale sia per assenza di inquinamento batterico, che per assenza di polveri e qualsivoglia altro agente esterno indesiderato.

### **PROSCIUTTO CRUDO O COTTO**

#### **Prosciutto cotto di 1ª qualità**

Deve avere carni di colore rosa-chiaro, compatte; grasso bianco, sodo e ben refilato. Il prosciutto deve presentare assenza di difetti esterni e interni; essere esente da difetti, anche lievi di fabbricazione. Il sapore deve essere tipico, dolce, senza accentuazioni da esaltatori di sapidità. Per quanto riguarda i parametri microbiologici, devono essere rispettati i seguenti limiti:

- Escherichia coli: inferiore a 10 UFC/g;

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

- Staphylococcus aureus: inferiore a 10 UFC/g; • Salmonella: assente/25 g;
- Listeria monocytogenes: assente/25 g
- Anaerobi solfito-riduttori: inferiore a 10 UFC/g; All'apertura e affettatura, il prosciutto cotto deve presentare le seguenti caratteristiche:
- umidità non superiore al 68%;
- pH di circa 5; • assenza di proteine vegetali (soia);
- assenza di patine esterne;
- assenza di irrancidimento del grasso di copertura;
- limitata quantità di grasso interstiziale;
- fetta rosea, compatta, non sbriciolabile, senza iridescenza, magra. Le confezioni devono essere originali ed integre e riportare in chiaro la data di scadenza. Il trasporto deve avvenire in condizioni igienico-sanitarie ineccepibili e a temperature non superiori a +2÷+6°C.

## **FORMAGGI**

Devono essere accompagnati da una dichiarazione riportante le seguenti informazioni:

- tipo di formaggio;
- nome del produttore;
- luogo di produzione;
- nome del venditore;
- eventuali additivi consentiti aggiunti nel rispetto delle norme di legge in materia;

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

- peso di ogni forma e confezione.

**Tutti i formaggi forniti devono essere di produzione italiana**, ad eccezione dell'Emmenthal che può essere di produzione svizzera o francese; essi devono inoltre corrispondere alla migliore qualità commerciale e provenire esclusivamente dalla coagulazione di latte bovino non margarinato, preferibilmente italiano.

## **LATTE E DERIVATI LATTE**

Deve essere prodotto da stabilimenti di provenienza nazionale e deve essere rispondente alle caratteristiche previste dalla legge: latte intero fresco pastorizzato- latte parzialmente scremato pastorizzato-latte totalmente scremato pastorizzato. La denominazione del tipo di latte deve figurare per intero e nello stesso campo visivo del contenitore; sullo stesso deve essere riportato il termine di conservazione con la menzione " da consumarsi entro" seguita dalla data riferita al giorno, mese e all'anno. Il termine di consumazione non può superare i quattro giorni successivi a quello di confezionamento.

**FORMAGGI E LATTICINI** Devono essere preparati secondo i requisiti del prodotto tipico, o di origine, secondo le norme vigenti. Consigliati:

- Parmigiano Reggiano: prodotto con latte vaccino, semigrasso (32 % minimo) a lenta stagionatura (12-15 mesi). Aroma e sapore caratteristici, struttura della pasta granulosa con frattura a scaglia. Usato da tavola o per grattugia
- Formaggi molli, dolci tipo Fior di Latte, prodotti con latte vaccino, a pasta compatta, colore e gusto tipici.
- Mozzarella di latte vaccino intero; pasta bianca morbida, crosta sottilissima, con sapore e profumo caratteristici .Non devono presentare

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

gusti anomali dovuti a inacidimento o gusto amaro o altro. Tenore in grasso minimo 42%

- Ricotta: ottenuta da siero di latte vaccino, in confezioni da 1 ai 3 Kg, pasta morbida, di colore bianco e dal sapore delicato. Il tenore di grasso è di circa il 20%, umidità non superiore al 65%.

### **Burro**

Pastorizzato, corrispondente ai requisiti di legge. Deve essere un prodotto di prima qualità, proveniente dalla centrifugazione di panna fresca, deve presentarsi compatto, di colore paglierino naturale, caratterizzato da un buon sapore e odore gradevole. Dovranno risultare assenti sostanze estranee, grassi aggiunti di qualunque natura e la corretta percentuale di grassi non dovrà mai essere inferiore all' 80% e umidità non superiore al 16%.

### **ORTAGGI SURGELATI**

Le verdure richieste da destinare alla surgelazione devono essere di 1° qualità, sane ed in buone condizioni igieniche e devono corrispondere ai requisiti previsti dalle vigenti leggi in materia. L'aspetto degli ortaggi deve essere il più possibile omogeneo per quanto concerne il colore, la pezzatura, il grado di integrità; gli ortaggi devono inoltre essere privi di sostanze o corpi estranei, odore, sapore alterato, bruciature da freddo, parziali decongelazioni (assenza di cristalli di ghiaccio), ammuffimenti e fenomeni di putrefazione. Durante il trasporto i prodotti devono essere mantenuti alla temperatura di  $-18^{\circ}\text{C}$ . Le varietà richieste sono: bietola in foglie, broccoli calabresi, cavolini di Bruxell, spinaci, cuori di carciofo, cavolfiori, fagioli borlotti, fagiolini fini, funghi champignon affettati, piselli

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

fini. **Tutti i prodotti ortofrutticoli surgelati dovranno essere di provenienza nazionale**

**PREPARATO PER MINESTRONE** Nella scelta delle varietà orticole sono da preferire le varietà di selezione tradizionale locale e sono vietate quelle transgeniche. Si richiede un prodotto molto pulito, privo di sostanze esterne e di parti asportabili dell'ortaggio, di insetti e di loro frammenti. Valgono le stesse considerazioni espresse per la categoria "ortaggi surgelati". Una volta scongelato, il prodotto non può essere ricongelato.

**PRODOTTI ORTOFRUTTICOLI LOCALI PREFERIBILMENTE DELLA REGIONE MARCHE**

**Caratteristiche generali richieste per ortaggi e frutta**

Gli imballaggi dei prodotti ortofrutticoli devono essere di materiale idoneo, puliti, asciutti, maneggevoli e accatastabili in modo da assicurare fino al consumo la perfetta conservazione del prodotto in etichetta, in modo indelebile e chiaramente leggibile:

- 1) la denominazione e sede della Ditta confezionatrice;
- 2) l'indicazione del prodotto, del tipo e della varietà della merce;
- 3) il marchio commerciale e la zona di produzione.

**Le varietà di ortaggi verranno consegnate 2 volte la settimana per garantire la freschezza e le proprietà organolettiche.**

**Tenendo conto della stagionalità, sono:**

**Annuale:**

aglio, cipolle, rosmarino, salvia, prezzemolo, carote, sedano, patate, insalate varie, funghi. **Gennaio/Febbraio/Marzo:**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

bietola, broccoletti, cavolfiori, finocchi, spinaci, zucca gialla.  
Aprile/Maggio/Giugno: basilico, bietola, cetrioli, cipolle novelle, cavolfiori, fagiolini, melanzane, patate novelle, peperoni, pomodori maturi,

### **Aprile/Maggio/Giugno:**

basilico, bietola, cetrioli, cipolle novelle, cavolfiori, fagiolini, melanzane, patate novelle, peperoni, pomodori maturi, pomodori da insalata, spinaci, zucchine. Settembre/Ottobre: basilico, cetrioli, cavolfiori, fagiolini, finocchi, melanzane, peperoni, pomodori maturi, pomodori da insalata, spinaci, zucchine. **Novembre/Dicembre:**

bietola, cavolfiori, finocchi, spinaci, zucca gialla.

### **Patate bianche, rosse, novelle**

Devono essere di qualità eccellente, sane, intere, senza tracce di appassimento, lesioni o alterazioni provocate da attacchi di parassiti o insetti; non devono avere odore o sapore particolare di qualunque origine, avvertibile prima e dopo la cottura.

### **Le varietà di frutta richieste, tenendo conto della stagionalità, sono:**

**Annuale:** banane, mele.

**Gennaio/Febbraio:** arance, clementine, kiwi. Marzo/Aprile: arance, kiwi.

**Maggio:** albicocche precoci, kiwi, fragole.

**Giugno:** albicocche, pesche, susine, fragole. Settembre: pesche, susine, pere

. **Ottobre:** pere Novembre:clementine, pere.

**Novembre;** clementine,pere

**Dicembre arance, clementine, pere, kiwi e uva.**

**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

La frutta dovrà avere le seguenti caratteristiche:

- mele, banane, pesche e pere tra 150 e 200 grammi
- Kiwi tra i 70 e i 90 grammi
- Albicocche, susine e prugne tra i 60 e i 70 grammi
- Arance tra i 150 e 200 grammi con contenuto minimo in succo del 30 - 35%
- Mandarini e mandaranci tra ai 60 e 70 grammi, con contenuto minimo in succo del 33 - 40%

## **OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA ACQUISTATO E PRODOTTO DA FRANTOI PREFERIBILMENTE DELLA REGIONE MARCHE**

S'intende l'olio che, ottenuto per spremitura meccanica a freddo di olive, non abbia subito manipolazioni chimiche, che non contenga più del' 1% di peso di acidità. Alla denominazione di olio extra vergine di oliva dovrà essere aggiunta l'indicazione di provenienza.

Ad acidità massima naturale 1%, in confezioni originali di vetro scuro da un litro dotate di tappo a vite, per capacità superiori a 5 litri, in aggiunta al vetro, è obbligatorio l' utilizzo di contenitori di acciaio inox o in banda stagnata. Non deve presentare fenomeni di ossidazione o irrancidimento. Non deve presentare difetti quali sapori anomali di rancido o muffa. Deve essere conservato al riparo dalla luce e da fonti di calore per evitare fenomeni di ossidazione e irrancidimento.

## **Pane integrale**

Il pane integrale deve essere prodotto con farina integrale di grano tenero.





**Dott.ssa Chiara Egidi**  
Biologo - Nutrizionista  
Contrada San Quirico, 30/B - 63823 Lapedona (FM)  
Cell. 340.3174360  
Cod. Fisc. GDE CHR 85E67 A462J  
Partita IVA: 02095900441

*Dott.ssa Chiara Egidi*