



Ministero dell'Istruzione

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE  
MONTALTO UFFUGO – LATTARICO – ROTA GRECA – SAN BENEDETTO ULLANO  
Scuola dell'infanzia, Scuola Primaria, Scuola Secondaria di I Grado



Via Aldo Moro snc - 87046 MONTALTO UFFUGO (CS)  
Telefono 0984 - 1525338

COD. MECC. CSIC86700T  
COD. FISC. 96078060761  
COD. UNIVOCO UFF91Z

E-mail: [csic86700t@istruzione.it](mailto:csic86700t@istruzione.it)  
PEC: [csic86700t@pec.istruzione.it](mailto:csic86700t@pec.istruzione.it)  
Web: [www.icmontaltuffugopcentro.edu.it](http://www.icmontaltuffugopcentro.edu.it)



ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE MONTALTO U.-LATT. ROTA G.-S.B.  
Prot. 0010573 del 03/12/2021  
05-06 (Uscita)

- Ai Sigg. Genitori
- Al Personale docente e Ata Scuola dell'Infanzia Rota Greca
- Al DSGA
- All' Albo dell'Istituzione Scolastica
- All' Albo del Plesso
- AL Sito WEB

Oggetto: Inizio Servizio Mensa A.S. 2021/2022.

Facendo seguito alla nota del comune di Rota Greca (prot. n° 4867 del 02/12/2021), si comunica che **lunedì 06 dicembre 2021** avrà inizio il servizio mensa della Scuola dell'Infanzia; pertanto, si procederà a effettuare l'orario pomeridiano fino alle ore 16.00 con distribuzione dei pasti alle ore 12.15.

Il personale docente avrà cura di comunicare ai Sigg. Genitori quanto sopra specificato.

Si allega:

- 1) Nota del Comune di Rota Greca;
- 2) Tabelle dietetiche e caratteristiche degli alimenti.

Confidando nella consueta e fattiva collaborazione, si porgono cordiali saluti.



Il Dirigente Scolastico  
Prof.ssa Teresa Mancini



**COMUNE DI ROTA GRECA**  
PROVINCIA DI COSENZA

Prot. n. 4867  
Li. - 2 DIC 2021

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE MONTALTO U.-LATT. ROTA G-S.B.  
Prot. 0010539 del 02/12/2021  
05-06 (Entrata)

All'Istituto Comprensivo Statale  
Montalto Uffugo Centro  
Via Aldo Moro  
87046 MONTALTO UFFUGO  
(CS)

Oggetto: Attivazione mensa scolastica Scuola dell'Infanzia statale anno scolastico 2021/2022.

Con la presente si comunica che a datare dal 06/12/2021 questo Ente, attiverà l'erogazione del servizio mensa scolastica per la locale scuola dell'Infanzia statale.



Il Sindaco  
Dr. De Monte Giuseppe

**TABELLE DIETETICHE E CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI**  
**SCUOLA DELL' INFANZIA**  
**COMUNE DI ROTA GRECA**

**MENU' ANNO 2021/2022**

PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA
<p><b>LUNEDI'</b></p> <p>Pasta al ragù con tritato di vitello                      Bocconcini di mozzarella                      Insalata di *pomodori o **Bietola saltata in padella                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MARTEDI'</b></p> <p>**Minestrone passato con pasta                      Cotoletta di tacchino al forno                      **Fagiolini saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MERCOLEDI'</b></p> <p>Risotto con zucca gialla o fiori di zucca o **zucchine                      Frittata al forno con **spinaci e ricotta                      **Carote lesse ad insalata                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>GIOVEDI'</b></p> <p>Pasta fresca al pomodoro                      Pizzaiola di vitello                      **Piselli stufati                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>VENERDI'</b></p> <p>Pasta e ceci passati                      **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno                      **Spinaci saltati in padella                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>LUNEDI'</b></p> <p>Pasta: farfalle con **carote, **zucchine e pomodorini                      Caciocavallo e prosciutto cotto s.p.                      Insalata di *pomodori o **Finocchi gratinati                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MARTEDI'</b></p> <p>Spuma di patate                      Hamburger di vitello                      **Carote lesse ad insalata                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MERCOLEDI'</b></p> <p>Pasta con fagioli passati                      **Filetto di merluzzo con pomodorini                      **Spinaci saltati                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>GIOVEDI'</b></p> <p>Timballo di pasta al forno                      Sopracosce di pollo al forno                      **Fagiolini lessi ad insalata                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>VENERDI'</b></p> <p>**Minestrone passato con riso                      **Filetto di platessa impanato al forno                      Patate lesse prezzemolate                      Panino                      Frutta di stagione</p>

\*\*Prodotto fresco o surgelato \*L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale



**TABELLE DIETETICHE E CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI**  
**SCUOLA DELL' INFANZIA**  
**COMUNE DI ROTA GRECA**

**MENU' ANNO 2021/2022**

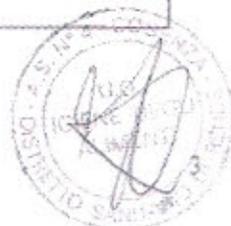
TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
<p><b>LUNEDI'</b></p> <p>Pasta con patate al pomodoro                      Prosciutto cotto s.p. e bocconcini di mozzarella                      **Zucchine gratinate o Insalata di *pomodori                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MARTEDI'</b></p> <p>Pasta fresca al pomodoro                      Filone di maiale al forno                      **Bietole saltate in padella                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MERCOLEDI'</b></p> <p>**Minestrone passato con pasta                      **Bastoncini di filetto di merluzzo al forno                      Patate al forno                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>GIOVEDI'</b></p> <p>Timballo di riso al forno                      Polpette di vitello al sugo                      **Piselli in umido                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>VENERDI'</b></p> <p>Pasta con lenticchie passate                      **Filetto di platessa impanato al forno                      **Spinaci saltati in padella                      Panino                      Frutta di stagione</p>	<p><b>LUNEDI'</b></p> <p>Spuma di patate                      Frittata al forno con **zucchine                      Insalata di **carote e **fagiolini                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MARTEDI'</b></p> <p>Pasta con **piselli passati                      Sopracosee di pollo al forno                      Patate al forno                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>MERCOLEDI'</b></p> <p>Pasta al pomodoro                      **Filetto di merluzzo con pomodorini o Polpette di                      **filetto di merluzzo in umido                      **Carote lesse ad insalata                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>GIOVEDI'</b></p> <p>Pasta con lenticchie passate                      Cotoletta di vitello al forno                      **Zucchine grigliate                      Panino                      Frutta di stagione</p> <p><b>VENERDI'</b></p> <p>Trancio di pizza margherita                      Bocconcini di mozzarella e prosciutto cotto s.p.                      **Fagiolini lessi ad insalata o Insalata di *pomodori                      Panino                      Frutta di stagione</p>

\*\*Prodotto fresco o surgelato \*L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale



TABELLA DIETETICA E GRAMMATURA PER FASCE SCOLASTICHE

PRIMI PIATTI	Grammature Scuola Infanzia	PRIMI PIATTI	Grammature Scuola Infanzia
<p>Pasta al pomodoro</p> <p>Pasta                      Pomodori pelati                      Olio extravergine d'oliva                      Parmigiano o grana                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 60                      Gr. 30                      Gr. 5                      Gr. 5</p>	<p>Pasta con **carote, **zucchine e pomodorini</p> <p>Pasta                      **Zucchine                      **Carote                      Pomodorini                      Olio extravergine d'oliva                      Parmigiano o grana                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 50                      Gr. 20                      Gr. 20                      Gr. 20                      Gr. 5                      Gr. 5</p>
<p>Pasta al ragù con tritato di vitello</p> <p>Pasta                      Carne tritata di vitello di 1^ scelta                      Pomodori pelati                      Olio extra vergine di oliva                      Parmigiano o grana                      Sale e odori q.b.</p>	<p>Gr. 60                      Gr. 25                      Gr. 30                      Gr. 5                      Gr. 5</p>	<p>Timballo di pasta o riso al forno</p> <p>Pasta o riso                      Carne tritata di vitello di 1^ scelta                      Caciocavallo                      Pomodori pelati                      Parmigiano o grana                      Olio extravergine d'oliva                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 50                      Gr. 25                      Gr. 15                      Gr. 30                      Gr. 5                      Gr. 5</p>
<p>Pasta e lenticchie</p> <p>Pasta                      Lenticchie secche                      Olio extravergine d'oliva                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 35                      Gr. 20                      Gr. 5</p>	<p>Pasta e ceci</p> <p>Pasta                      Ceci secchi                      Olio extravergine d'oliva                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 35                      Gr. 20                      Gr. 5</p>
<p>Pasta con fagioli</p> <p>Pasta                      Fagioli secchi                      Pomodori pelati                      Olio extravergine d'oliva                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 35                      Gr. 20                      Gr. 10                      Gr. 5</p>	<p>Pasta e **piselli</p> <p>Pasta                      **Piselli                      Olio extravergine d'oliva                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 35                      Gr. 40                      Gr. 5</p>
<p>**Minestrone con pasta</p> <p>Pasta                      ** Minestrone                      Olio extra vergine d'oliva                      Parmigiano o grana                      Sale e odori</p>	<p>Gr. 35                      Gr. 60                      Gr. 5                      Gr. 5                      q.b.</p>	<p>Pasta fresca al pomodoro</p> <p>Pasta fresca                      Pomodori pelati                      Olio extravergine d'oliva                      Parmigiano o grana                      Sale quanto basta</p>	<p>Gr. 70                      Gr. 30                      Gr. 5                      Gr. 5</p>



<b>**Minestrone con riso</b> Riso <b>**Minestrone</b> Olio extravergine d'oliva Parmigiano o grana Sale quanto basta	Gr. 35 Gr. 60 Gr. 5 Gr. 5	<b>Risotto con zucca gialla o fiori di zucca o **zucchine</b> Riso Zucca fresca <b>**Zucchine</b> Fiori di zucca Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale e odori	Gr. 50 Gr. 40 Gr. 40 Gr. 40 Gr. 5 Gr. 5 q.b.
<b>Trancio di pizza margherita</b> Farina Lievito di birra Sale Origano Pomodori pelati Olio extra vergine di oliva Caciocavallo	<b>Gr. 150 PZ</b> q.b. q.b. q.b. q.b. Gr. 40 Gr. 5 Gr. 30	<b>Pasta e patate al pomodoro</b> Pasta Patate fresche Pomodori pelati Olio extravergine d'oliva Parmigiano o grana Sale quanto basta	Gr.50 Gr.30 Gr. 30 Gr. 5 Gr. 5
<b>Spuma di patate:</b> Latte UHT Fiocchi di patate Burro Parmigiano o grana Uova ogni 10 porzioni Caciocavallo Prosciutto cotto s.p. Sale quanto basta	ml. 30 Gr. 30 Gr. 5 Gr. 5 N° 1 Gr.10 Gr. 10		



SECONDI PIATTI	Grammature Scuola Infanzia	SECONDI PIATTI	Grammature Scuola Infanzia
Bocconcini di mozzarella (gr. 30 cadauno)	N° 2	**Bastoncini di filetto di merluzzo al forno  **Bastoncini di filetto di merluzzo Olio extravergine d'oliva	N° 3 Gr 5
Prosciutto cotto e caciocavallo  Prosciutto cotto s.p. Caciocavallo	Gr. 35 Gr. 35	Prosciutto cotto e bocconcini di mozzarella  Prosciutto cotto s.p. Bocconcini di mozzarella (gr. 30 cadauno)	Gr. 35 N° 1
Cotoletta di vitello al forno  Carne di vitello 1^ scelta Mollica di pane Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale	Gr. 70 q.b. Gr.5 Gr.5 q.b.	**Filetto di merluzzo con pomodorini  **Filetto di merluzzo spinato Pomodori pelati Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 90 Gr. 25 Gr. 5
Frittata al forno con **zucchine  Uova **Zucchine Parmigiano o grana Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	N° 1 Gr. 30 Gr. 5 Gr. 5	Sopracoscia di pollo al forno  Sopracoscia di pollo Olio extravergine d'oliva Odori e sale quanto basta	Gr. 140 Gr. 5
Cotoletta di tacchino al forno  Petto di tacchino Mollica di pane Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale	Gr. 70 q.b. Gr. 5 Gr. 5 q.b.	**Filetto di platessa impanato al forno  **Filetto di platessa spinato Mollica di pane Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 90 q.b. Gr. 5
Frittata al forno con **spinaci e ricotta  Uova **Spinaci Ricotta Olio extra vergine di oliva Parmigiano o grana Sale	N° 1 Gr. 20 Gr. 20 Gr. 5 Gr. 5 q.b.	Filone di maiale al forno  Filone di maiale 1^ scelta Olio extravergine d'oliva Odori e sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 5



<b>Polpette di vitello al sugo</b> Carne tritata di vitello di 1^ scelta Olio extravergine d'oliva Pomodori pelati Mollica di pane Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana Sale quanto basta	Gr. 50 Gr. 5 Gr. 25 q.b. N°1 Gr. 5	<b>Polpettine di **filetto di merluzzo in umido</b> **Filetto di merluzzo spinato Olio extravergine d'oliva Pomodori pelati Mollica di pane Uova ogni 10 porzioni Parmigiano o grana Sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 5 Gr. 25 q.b. N°1 Gr. 5
<b>Pizzaiola di vitello</b> Fettina di vitello di 1^ scelta Pomodori pelati Olio extravergine d'oliva Odori e sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 25 Gr. 5	<b>Hamburger di vitello</b> Carne di vitello 1^ scelta Olio extravergine di oliva Sale e odori quanto basta	Gr. 70 Gr. 5



CONTORNI	Grammature Scuola Infanzia	CONTORNI	Grammature Scuola Infanzia
<b>**Bietole saltate in padella</b>  <b>**Bietole</b> Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 5	<b>Patate lesse prezzemolate</b>  Patate Olio extravergine d'oliva Sale e prezzemolo quanto basta	Gr. 100 Gr. 5
<b>**Fagiolini lessi ad insalata o saltati</b>  <b>**Fagiolini</b> Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 5	<b>**Zucchine gratinate</b>  <b>**Zucchine</b> Olio extravergine d'oliva Parmigiano o grana Sale quanto basta Mollica di pane quanto basta	Gr. 70 Gr. 5 Gr. 5
<b>**Piselli stufati o in umido</b>  <b>**Piselli</b> Olio extravergine d'oliva Odori e sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 5	<b>Insalata di *pomodori</b>  <b>*Pomodori freschi</b> Olio extra vergine di oliva Sale	Gr. 80 Gr. 5 q.b.
<b>**Zucchine grigliate</b>  <b>**Zucchine</b> Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr.70 Gr. 5	<b>**Spinaci saltati in padella</b>  <b>**Spinaci</b> Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 70 Gr. 5
<b>**Carote lesse ad insalata</b>  <b>**Carote</b> Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 60 Gr. 5	<b>Patate al forno</b>  Patate Olio extravergine d'oliva Odori e sale quanto basta	Gr. 100 Gr. 5
<b>Insalata di **carote e **fagiolini</b>  <b>**Carote</b> <b>**Fagiolini</b> Olio extravergine d'oliva Sale quanto basta	Gr. 35 Gr. 35 Gr. 5	<b>Finocchi gratinati</b>  Finocchi Olio extravergine d'oliva Parmigiano o grana Sale quanto basta Mollica di pane quanto basta	Gr. 80 Gr. 5 Gr. 5



PANE E FRUTTA CIAMBELLA	Grammature Scuola Infanzia
Panino	Gr. 60
Frutta di stagione	Gr. 120
Ciambella 4uova, 250gr. Di zucchero, 200ml olio extravergine di oliva, 250 ml di latte, 500 gr. Di farina, 1 bustina di lievito	Gr. 50-60

Ciambella ogni fine mese per Festeggiare il Compleanno dei Bambini

In occasione delle festività si consiglia uno dei seguenti menù tipici della tradizione calabrese

**NATALE**

**PRIMO MENU'**

CULLURIELLI, TORTINO DI ALICI SPINATE AL FORNO, INSALATA DI FAGIOLINI  
FRUTTA DI STAGIONE, TURDILLI E SCALILLE

**SECONDO MENU'**

PASTA CHINA CON POLPETTONE, INVOLTINI DI CARNE DI VITELLO, PATATE AL FORNO,  
FRUTTA DI STAGIONE, TURDILLI E SCALILLE

**CARNEVALE**

LASAGNE, POLPETTINE DI CARNE DI VITELLO FRITTE, INSALATA DI FAGIOLINI, FRUTTA DI STAGIONE E  
CHIACCHERE

**PASQUA**

LASAGNE, CAPRETTO E AGNELLO CON PAPATE, FRUTTA DI STAGIONE E CUCULI



- A) Per la scuola materna la pasta deve essere di tipo corto
- B) Per la scuola materna e gli asili nido i legumi e il minestrone devono essere passati
- C) \*L'insalata di pomodori è prevista solo nel periodo primaverile ed autunnale
- D) \*\* Prodotto fresco o surgelato
- E) Per quanto riguarda il consumo di verdure e frutta fresca o di IV gamma, si raccomanda di tener conto del possesso, da parte della Ditta destinataria del servizio, delle dovute attrezzature riservate al lavaggio ottimale di tali prodotti per come specificato nel piano di autocontrollo
- F) E' preferibile per la scuola materna e per i divezzi e semidivezzi utilizzare il prosciutto cotto senza polifosfati al posto del prosciutto crudo o della bresaola, per il minore contenuto di sale e la minore difficoltà legata alla masticazione e deglutizione. Si raccomanda inoltre, di non sostituire la bresaola di cavallo con la bresaola di manzo laddove fossero presenti bambini affetti da allergia/intolleranza al latte e derivati
- G) Sarebbe preferibile utilizzare pane a ridotto contenuto di sale e comunque sempre iodato: pane con contenuto di sale non superiore all'1.8%-1.7% riferito alla farina. La produzione e vendita di pane con ridotto contenuto di sale, rispettando gusto, fragranza e qualità, è promossa dal Ministero della Salute e persegue un obiettivo di salute pubblica di estrema importanza, contribuendo alla diminuzione della prevalenza/incidenza delle malattie cronico-degenerative
- H) Accertarsi che i filetti di pesce serviti a mensa siano deliscati accuratamente secondo quanto previsto dal Piano di Autocontrollo
- I) Le uova devono essere utilizzate esclusivamente previa cottura
- J) Per la preparazione degli hamburger di vitello, la carne macinata dovrebbe essere selezionata prevalentemente dai muscoli dei quarti anteriori, cioè da spalla, collo e costato, che garantiscono una percentuale di grasso sul prodotto finito del 20%, inferiore a quella massima (25%) consentita dalle normative vigenti.
- K) Le grammature per le diete speciali rimangono invariate
- L) Per le diete speciali vengono rispettati rigorosamente tutti gli ingredienti dei menù che vengono stilati e vidimati in base alle patologie degli utenti
- M) Le preparazioni delle diete speciali vengono eseguite in contesti separati o con differenziazione temporale e con utensileria contraddistinta soprattutto per i celiaci
- N) Verificare sempre l'etichettatura dei Prodotti Alimentari: Regolamento UE 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori, che modifica i regolamenti (CE) n. 1924/2006 e (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio e abroga la direttiva 87/250/CEE della Commissione, la direttiva 90/496/CEE del Consiglio, la direttiva 1999/10/CE della Commissione, la direttiva 2000/13/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, le direttive 2002/67/CE e 2008/5/CE della Commissione e il regolamento (CE) n. 608/2004 della Commissione
- O) Prevedere un'offerta di almeno due varietà di frutta nella medesima settimana
- P) Due volte al mese può essere previsto il succo di frutta da 200 ml in sostituzione alla frutta di stagione
- Q) Due volte al mese può essere prevista in sostituzione alla frutta di stagione una purea di frutta

