Autovalutazione dei Requisiti Nutrizionali Ristorazione Scolastica definiti da ATS Val Padana

Per la stesura del menù "tempo pieno" (strutturato su 4-5 giorni a settimana)

DEL COMUNE/SCUOLA PRIVATA/NIDO di

COMUNE DI CREMA, scuola infanzia, primaria, secondaria primo grado

☒ ***AUTUNNO/ INVERNO***	☐ ***PRIMAVERA/ ESTATE***

☒	1.	Verdura di stagione almeno **1 porzione** cotta o 1 porzione cruda ad ogni pasto (patate e legumi non sono da considerarsi verdura di stagione – vedi punto 5 e 7)
☒	2.	Frutta di stagione almeno **1 porzione** al giorno
☒	3.	Frutta e verdura almeno **3 tipologie** a settimana
☒	4.	Piatti a base di cereali (avena, grano, riso, orzo, farro, farina di mais, miglio, grano saraceno, etc.) almeno **3 tipologie** a settimana
☒	5.	Patate massimo **2 volte** nel menù se elaborato su 4 e 5 settimane – massimo **3 volte** nel menù se elaborato su 6 settimane, e devono essere abbinate a un primo piatto in brodo a base di verdura o proposte in sostituzione a un primo piatto a base di cereali
☒	6.	Pesce almeno **1 volta** a settimana Il pesce in scatola può essere utilizzato esclusivamente come ingrediente e come seconda opzione di pesce della settimana, massimo **1 volta** nel menù
☒	7.	Legumi almeno **1 volta** alla settimana, preferibilmente come secondo piatto
☒	8.	Carne rossa massimo **2 volte** nel menù se elaborato su 4 e 5 settimane – massimo **3 volte** nel menù se elaborato su 6 settimane Non ammessi affettati e insaccati nemmeno come ingrediente
☒	9.	Uova massimo **1 volta** a settimana
☒	10.	Formaggio massimo **1 volta** a settimana Pizza margherita massimo **2 volte** nel menù se elaborato su 4 e 5 settimane – massimo **3 volte** nel menù se elaborato su 6 settimane
☒	11.	Utilizzo esclusivo di olio EVO in tutte le preparazioni
☒	12.	Utilizzo di sale in modica quantità e solo iodato
☒	13.	Pane a ridotto contenuto di sale (≤ 1,7% sul peso della farina)
☒	14.	Grammature conformi con Linea Guida ristorazione scolastica/collettiva dell'ATS Val Padana
☒	15.	Variabilità del menù stagionale articolato su almeno 4 settimane

DATA, 05 Ottobre 2026

LA DIRIGENTE
Dott.ssa Francesca Moruzzi
(documento firmato digitalmente)