



ALLEGATO 2

RISTORAZIONE NELL'ASILO NIDO - AUTOVALUTAZIONE MENU

La seguente tabella è da utilizzare per effettuare una prima analisi del menu e da allegare alla richiesta di valutazione nutrizionale per l'invio alla SC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione.

Sono stati individuati requisiti nutrizionali minimi con l'obiettivo di offrire menu nutrizionalmente equilibrati ed in linea con obiettivi di salute.

N°	TABELLA 1 - REQUISITI NUTRIZIONALI DI BASE	SI	NO	N.R.
1.	Menu articolato su almeno 4 settimane			
2.	Verdura, preferibilmente di stagione, almeno 1 porzione ad ogni pasto			
3.	Patate 0-2 volte al mese, associate ad un primo piatto in brodo di verdura			
4.	Frutta fresca di stagione 1 porzione ad ogni pasto			
5.	Piatti a base di cereali (pasta, riso, farro, orzo, polenta, ecc.) ad ogni pasto			
6.	Primi piatti in brodo di verdure almeno 1 volta a settimana, in particolare nel menù invernale			
7.	Primi piatti con legumi come ingrediente principale almeno 1 volta alla settimana			
8.	Presenza di cereali integrali nei primi piatti e pane integrale almeno 1 volta a settimana			
9.	Pane NON addizionato con grassi (olio, strutto) e a ridotto contenuto di sale (1,7% farina), da dichiarazione ¹			
10.	Piatti a base di pesce almeno 1 volta a settimana (da escludere il pesce in scatola).			
11.	Piatti a base di legumi come secondo piatto in sostituzione della carne almeno 1 volta a settimana			
12.	Piatti a base di carne non oltre 4 volte al mese, variandone la tipologia			
13.	Esclusione di carne conservata (affettati, salumi, ecc.), anche come ingrediente			
14.	Piatti a base di formaggio non oltre 1 volta alla settimana			
15.	Piatti a base di uova non oltre 1 volta alla settimana			
16.	Grammature conformi con le linee di indirizzo di ATS Pavia			
17.	Metodi di cottura conformi alle linee di indirizzo di ATS Pavia			
18.	Olio di oliva extravergine come unico condimento			

*Legenda: NR requisito non rilevabile

¹ allegare al dichiarazione del panificatore

Documenti di riferimento: LARN V^a revisione 2024; Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione ospedaliera, assistenziale e scolastica – Ministero della Salute 2021; Linee guida per una sana alimentazione- Crea – Rev. 2018;

SCHEDA DI VALUTAZIONE NUTRIZIONALE MENU

ASILO NIDO	Denominazione
COMUNE	



La Tabella 2 consente al proponente di evidenziare i punti di forza del menu relativi alle caratteristiche di ricette, derrate alimentari e modalità di distribuzione che conferiscono un maggior valore nutrizionale ed educativo al pasto. Al contempo, i requisiti indicati offrono alcuni spunti per ulteriori miglioramenti.

N°	TABELLA 2 - REQUISITI NUTRIZIONALI DI MIGLIORAMENTO	SI	NO	NR*
A)	Menu stagionale (autunno-inverno/primavera-estate)			
B)	Offerta di altri cereali, oltre a pasta e riso (es. orzo, farro, miglio ecc.), presenti almeno 3 volte/mese			
C)	Piatti unici composti da cereali (pasta, riso, ecc) e alimenti prevalentemente proteici (legumi, carne, pesce, formaggi, uova) associati al contorno di verdura			
D)	Verdura di stagione cruda e cotta, almeno quattro varietà nella settimana specificate nel menu			
E)	Frutta fresca di stagione almeno tre varietà nella settimana			
F)	Esclusione del sale in cottura e per condire anche dopo il 1° anno d'età			
G)	Prodotti biologici e/o a Km 0 presenti nel menu			
H)	Frutta fresca e di stagione proposta come spuntino di metà mattina			
I)	Merende pomeridiane, se presenti, coerenti con le indicazioni delle Linee di indirizzo di ATS Pavia			
L)	Distribuzione di verdure prima del primo piatto almeno 1 volta al mese			

*Legenda: NR requisito non rilevabile

Data

Firma Operatore

Allegare la presente autovalutazione, compilata e firmata, alla richiesta di valutazione nutrizionale del menu da inviare alla SC Igiene Alimenti e Nutrizione dell'ATS di Pavia.

Aggiornamento: luglio 2026