



## RAPPORTO ANNUALE FOURCHETTE VERTE

### Dati della struttura

Sede	Associazione Multispazio Eccolo Via Ceresio 2 6900 Massagno
Data della visita	22.12.2015
Gestione	Myriam Greub Pagani, direttrice
Responsabile/contatto	Vladimir Alberio e Teresa Cuzzo, cuochi diplomati asilo.eccolo@ticino.com
Posti a sedere	100 Eccolo (da 0 a 6 anni)
Pasti serviti	200 pasti Eccolo (0-6 anni), Abaco (0-3 anni), Casa di Irma (3-11 anni)
Tipo di affiliazione	Bambini piccoli e Junior
Età	0-11
Descrizione pasti	Pranzo

### Griglia di valutazione

	direttive FV		commenti e suggerimenti per migliorare l'offerta
	rispettate	non rispettate	
carne, pesce, uova, tofu, legumi, formaggi (fonti di proteine)	x		Le quantità sono rispettate. Le fonti proteiche sono variate. È previsto una volta a settimana pesce e una carne. Le proteine sono ben alternate. Almeno una volta a settimana sono presenti legumi accompagnati da un cereale.
verdura e frutta	x		Fresche e di stagione. Le quantità sono abbondanti. Ogni giorno è presente l'insalata come entrata e un'altra verdura come contorno al piatto principale. Le verdure sono cotte al vapore. Sono utilizzate anche per la



			preparazione del fondo di cottura. La frutta è servita principalmente come spuntino ed è sempre a disposizione.
fonti di carboidrati	x		I farinacei sono variati. Il pane è di quattro varietà differenti: bianco, nero, integrale e con i semi.
pietanze ricche di grassi e metodi di preparazione	x		La frequenza è rispettata. Sono utilizzati olio di oliva extra vergine e olio di oliva. I condimenti utilizzati per l'insalata sono olio, aceto e sale.
pietanze zuccherate	x		La frequenza è rispettata (non rientrano nell'offerta).
Evidenza del marchio	x		

## Consigli

- Nelle polpette, nel polpettone o in altre preparazioni analoghe, sostituire una parte della carne macinata con tofu.
- Introdurre la pasta integrale, più ricca di fibre. Dapprima si potrebbe proporre metà pasta raffinata (bianca) e metà pasta integrale, condita con salse saporite.

## Conclusioni

La cucina dell'Associazione Multispazio Eccolo rispetta i criteri richiesti da Fourchette verte per un'alimentazione sana ed equilibrata, per questo il marchio è confermato per l'anno 2016!