

Controllo Annuale Fourchette Verte

Sede:	Fondazione Tusculum
Data della visita:	8.11.2011
Gestione:	Sheila Calvi, vice direttore e responsabile del personale
Responsabile:	Claudio Bonvissuto, cuoco responsabile
Posti a sedere:	40
Pasti serviti nella Sede:	38 ospiti, fino a 20 personale, 5 pasti a domicilio, 10-12 asilo Rovio e scuola di Arogno, 5 fabbrica Protoscar
Controllo effettuato da:	L. Cerny

1° Criterio: Un piatto sano e equilibrato

Composizione del piatto	Quantità, tipo, qualità, frequenza
Proteine	Porzione 120 g a crudo. Preparazione leggera, sovente al forno (combisteamer). Polpettine Fisifam. Tofu eliminato. Pesce 2 volte la settimana. Affettati magri. Insaccati grassi 1 volta la settimana.
Carboidrati	Leguminose nelle minestre. Pasta integrale non apprezzata dagli ospiti dunque eliminata. Pasta per la pizza con farina integrale 1 volta al mese.
Pane	Prevalentemente integrale; anche bianco. Pangrattato con pane nero e bianco.
Verdura	Fresca, di stagione o congelata. Porzione 100-120 g. Cotta al vapore e condita dopo cottura con olio di oliva o poco burro, aglio e erbe aromatiche. Ragù di verdure per la pasta. Minestre a base di verdura fresca; minestre tipo crema preparate con latte (senza panna).
Insalata	Tutti i giorni (anche se non segnalata sui menù).
Frutta	Fresca, frullata o cotta, di stagione, locale. Frutta come dessert 1-2 volte al giorno.
Dessert	Budini light per tutti con latte drink. Dessert a base di latticini 3 volte la settimana. Dessert ricchi in grassi e zuccheri una volta la settimana.
Condimenti	Olio di oliva, olio di colza. A caldo olio di girasole alto oleico, olio di arachide. Panna vegetale.
Bevande	Acqua.
Spuntini	Frutta, gelato, yogurt, budino.
Colazione	Pane e biscotti integrali, fiocchi di avena.

2° Criterio: Rispetto dell'ambiente (igiene)

Criterio rispettato

Controllo Annuale Fourchette Verte

Osservazioni generali:

- Pasta/risotto sempre come primo piatto a pranzo. Minestre sempre a cena.
- I menù sono stati rivisti per aumentare la quantità di verdura e di frutta.
- Merc. 16.11 polenta, mortadella, lenticchie, yogurt. Mancano verdura/frutta. Menù troppo carico di carboidrati.

•

Punti positivi:

- Buona presenza di frutta e di verdure variate e stagionali.
- Pietanze preparate con meno grassi rispetto alla ricetta tradizionale

Consigli:

- Allungare la maionese con ricotta magra o tofu frullato per diminuire la quantità dei grassi e aumentare la quantità delle proteine.
- L'equilibrio del menù 16.11.2011 potrebbe ristabilirsi offrendo un dessert a base di frutta e e aggiungendo abbondante verdura nelle lenticchie.

Conclusioni:

La mensa della Casa per Anziani Fondazione Tusculum rispetta i principali criteri richiesti da Fourchette verte, per questo motivo il marchio è confermato anche per l'anno 2011.