



# menù AUTUNNO

09 - 23 DICEMBRE

## Nidi con cucina

Querceto, Alice, Pollicino, Trenino  
(Calenzano e Signa), Rodari, Stacciburatta,  
Marini, Agnoletti

# menu nidi con cucina

09-12 DICEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

1

Pasta al pomodoro e alloro  
Uovo sodo  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

MERENDA  
Torta casalinga

Riso agli spinaci  
Cecina  
Finocchi all'olio  
Frutta

MERENDA  
Pane e olio

Pasta agli aromi  
Spezzatino di maiale alla  
Maremma  
Patate olio  
Frutta

MERENDA  
Yogurt bianco e alla frutta

Crema di broccoli e  
patate con pastina  
Merluzzo olio e limone\*  
Bastoncini di carote all'olio  
Frutta

MERENDA  
Schiacciata all'olio

15-19 DICEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

2

Pasta di grani antichi al  
pomodoro e basilico  
Merluzzo\* gratinato  
Patate all'olio  
Frutta

MERENDA  
Pane e marmellata

Riso alla verza  
Spezzatino di pollo al finocchio  
Spinaci all'olio  
Frutta

MERENDA  
Yogurt bianco e alla frutta

Crema di cavolfiore e porri  
con farro  
Mozzarella  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

MERENDA  
Latte e biscotti

 **Menu di Natale**  
Polenta al ragù  
Bocconcini di pollo gratinati  
Insalata di lattughino e  
melograno  
Pandoro

MERENDA  
Frutta

Pasta aglio e olio  
Lenticchie al pomodoro  
Bastoncini di carote  
prezzemolate  
Frutta

MERENDA  
Pizza rossa

22-23 DICEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

3

Crema di zucca con riso  
Uovo sodo  
Broccoli all'olio  
Frutta

MERENDA  
Yogurt bianco e alla frutta

Pasta al sugo di Aglione  
Ceci al rosmarino  
Spinaci all'olio  
Frutta

MERENDA  
Crackers

# GLI INGREDIENTI

Crediamo che la buona mensa risieda anche nella qualità delle materie prime. Vi "raccontiamo" i prodotti che utilizziamo per preparare il pranzo dei bambini.

L'elenco completo degli ingredienti e degli allergeni dei piatti è disponibile online nella sezione 'Scopri il menù' del nostro sito.

## Pasta, cereali, pane e pizza

Il primo piatto è quello preferito dai bambini. Per questo cerchiamo di alternare ricette tradizionali e semplici a quelle che prevedono l'utilizzo di verdure sotto forma di salse e minestre.

### PASTA SECCA

- **Pasta biologica**, essiccata a bassa temperatura in un pastificio artigianale toscano;
- **Pasta di grani antichi** di semolato biologico, prodotta in pastificio artigianale toscano.

### CEREALI

Il farro è biologico.

### PANE

Il pane è fatto con farine locali di tipo 2, utilizzando anche grano Verna. La filiera è interamente locale, dal grano al mulino e infine al panificio!



Il **pane senza glutine** è preparato dai nostri cuochi con mix di farine senza glutine.

### Legumi

Rendere i legumi spesso protagonisti del pranzo è una scelta che fa bene alla salute e all'ambiente. Soprattutto quando si scelgono quelli buoni. Vediamoli insieme:

- le **lenticchie** sono biologiche e toscane
- i **ceci** sono biologici e toscani

## Carne

È importante alternare con la giusta frequenza carne rossa e carne bianca e scegliere quella di buona qualità.

- Lo **spezzatino di maiale** è realizzato con suini toscani da un produttore toscano;
- La carne utilizzata per lo **spezzatino di pollo** è biologica e macellata halal (secondo disponibilità);
- Il **ragù** è realizzato con carne di manzo biologica del Mugello e suino toscano.

## Prodotti ittici

Il pesce è uno degli alimenti più difficili da far apprezzare ai bambini e per questo siamo sempre alla ricerca di ricette appetitose.

- Il **merluzzo** è pescato nell'Oceano Atlantico.

## Formaggi e uova

I formaggi e le uova sono un'ottima fonte di proteine, calcio e sali minerali, tutti elementi fondamentali per la crescita nei bambini.

In questo menù proponiamo:

- **Mozzarella** biologiche, prodotte in un caseificio toscano.

## Frutta e verdura

La **frutta**, secondo disponibilità delle stagioni e del mercato, è biologica, locale oppure nazionale. Le **banane** provengono da agricoltura biologica del mercato equo-solidale.

La **verdura** gelo è biologica, secondo disponibilità.

L'**aglione** è proveniente dalla Valdichiana.

## Condimenti e salse

Le salse a base di **pomodoro** sono fatte con pomodoro pelato biologico.

L'**olio** utilizzato per i condimenti è l'olio extra vergine d'oliva proveniente dagli uliveti di Sesto Fiorentino, Calenzano, Signa, Carmignano.