

menù AUTUNNO

13 OTTOBRE - 07 NOVEMBRE

Infanzia e
Primaria

menu infanzia e primaria

13-17 OTTOBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Pasta al pomodoro antico
Uovo sodo
Insalata mista
Frutta

Riso agli spinaci*
Cecina*
Cruditè di finocchi e carote
Frutta

Polentina al pomodoro
Stracchino
Carote* baby
Frutta

Pasta agli aromi
Spezzatino di maiale alla
maremmana
Cavolfiore all'olio
Frutta

Pasta al pesto
Merluzzo* con panatura
agli aromi
Purè di patate
Frutta

20-24 OTTOBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Pasta di grani antichi al
pomodoro e basilico
Cuori* di mare
Carote filangè
Frutta

Riso alla verza
Spezzatino di tacchino con
semi di finocchio e limone
Bietola* all'olio
Frutta

Crema di carote con farro
Bocconcini di Grana Padano
DOP
Fagiolini* all'olio
Frutta

Carote prezzemolate
Fagioli all'uccelletto
Pasta aglio e olio
Frutta

Pasta ai broccoli
Frittata ai porri
Insalata mista con mais
Frutta

AVANTI I
SECONDI

27-31 OTTOBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Pasta agli aromi
Uovo sodo
Insalata mista con cavolo
cappuccio mais
Frutta

Pasta alla carrettiera
Ceci al rosmarino
Carote all'olio
Frutta

Broccoli* all'olio
Ricotta
Pasta al ragù di trota
Frutta

Passato di verdure
Pizza Margherita
Yogurt biologico alla frutta

Menu di Halloween

Riso alla zucca
Infanzia: Polpette* con salsa
rosa
Primaria: Hamburger* con
salsa rosa
Finocchi filangè
Biscottini di halloween

AVANTI I
SECONDI

03-07 NOVEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Spinacini in insalata
Formine* di mare
Pasta integrale alla pastora
Frutta

Vellutata di zucca con crostini
Spezzatino di pollo al timo
Carote baby* all'olio
Frutta

Pasta alla salsiccia
Mozzarella bio
Fagiolini* all'olio
Frutta

Vellutata di ceci con riso
Focaccia ligure* all'olio
Cruditè di finocchi e carote
Frutta

Pasta burro e salvia
Frittata con patate
Erbe saltate
Frutta

AVANTI I
SECONDI

*prodotto surgelato

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:

- i **ceci** sono biologici
- i **fagioli** sono biologici

Carne

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

- La **carne di tacchino** è antibiotic-free secondo disponibilità;
- Lo **spezzatino di maiale** è realizzato con suini toscani da un produttore toscano;
- La **salsiccia** è realizzata con suini nazionali da un produttore toscano;
- La carne utilizzata per lo **spezzatino di pollo** è biologica e macellata halal.

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;
- I **cuori di mare** sono prodotti da un'azienda di San Benedetto del Tronto con pesce azzurro (gallinelle, sugarello e molo) pescato nel mar Adriatico;
- Il ragù di trota è un prodotto locale a filiera corta con pesce fresco proveniente dalla Lunigiana.

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:

- Bocconcini di **Grana Padano DOP**;
- **Ricotta e Mozzarella** biologiche prodotte in un caseificio toscano;
- **Burro** biologico.

Le uova utilizzate per la preparazione delle frittate sono fresche.

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.

Dolci

I **biscotti di Halloween** sono prodotti in un laboratorio artigianale.

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.