

# menù AUTUNNO

13 OTTOBRE - 07 NOVEMBRE

Infanzia e  
Primaria

# menu infanzia e primaria

## 13-17 OTTOBRE

LUNEDÌ

Pasta al pomodoro antico  
Uovo sodo  
Insalata mista  
Frutta

MARTEDÌ

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

MERCOLEDÌ

Polentina al pomodoro  
Stracchino  
Carote\* baby  
Frutta

GIOVEDÌ

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

VENERDÌ

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

SETTIMANA  
1

## 20-24 OTTOBRE

LUNEDÌ

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

MARTEDÌ

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

MERCOLEDÌ

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

GIOVEDÌ

Carote prezzemolate  
Fagioli all'uccelletto  
Pasta aglio e olio  
Frutta

VENERDÌ

Pasta ai broccoli  
Frittata ai porri  
Insalata mista con mais  
Frutta

SETTIMANA  
2

AVANTI I  
SECONDI

## 27-31 OTTOBRE

LUNEDÌ

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

MARTEDÌ

Pasta alla carrettiera  
Ceci al rosmarino  
Carote all'olio  
Frutta

MERCOLEDÌ

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

GIOVEDÌ

Passato di verdure  
Pizza Margherita  
Yogurt biologico alla frutta

VENERDÌ

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

SETTIMANA  
3

AVANTI I  
SECONDI

## 03-07 NOVEMBRE

LUNEDÌ

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

MARTEDÌ

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

MERCOLEDÌ

Pasta alla salsiccia  
Mozzarella bio  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

GIOVEDÌ

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

VENERDÌ

Pasta burro e salvia  
Frittata con patate  
Erbe saltate  
Frutta

SETTIMANA  
4

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.