

menù AUTUNNO

10 NOVEMBRE- 05 DICEMBRE

Secondaria

menu secondaria

Scuola Pescetti - Lunedì e Mercoledì | Scuola Cavalcanti - Solo Mercoledì

12 NOVEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

1

Polentina al pomodoro
Spezzatino di suino alla
maremmana
Finocchi filangè
Frutta

17 e 19 NOVEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

2

Pasta di grani antichi al
pomodoro e basilico
Formine* di mare
Insalata mista con mais
Frutta

Pasta al pomodoro
Mozzarella
Fagiolini* all'olio
Frutta

24 e 26 NOVEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

3

Passato di verdura con sorgo
Focaccia al formaggio*
Insalata mista
Frutta

Pasta alla carrettiera
Hamburger all'olio
Broccoli all'olio
Frutta

01 e 03 DICEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

4

Pasta integrale alla pastora
Spezzatino di pollo alla
cacciatora
Insalata mista con mais
Frutta

Pasta al sugo di Aglione
Platessa* panata
Patate all'olio
Frutta

*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.

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.

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.

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.

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** è biologica e prodotta 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.

Consigli per la cena

10-14 NOVEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Passato di verdura
Pesce al forno
Insalata mista
Frutta

Minestrina in brodo
Pollo al limone
Spinaci saltati
Frutta

Riso al burro
Frittata
Broccoli all'olio
Frutta

Pasta e ceci
Polpettine di verdure
Insalata
Frutta

Crema di zucca
Pecorino
Finocchi all'olio
Frutta

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Minestrina in brodo
Cecina al forno
Broccoli all'olio
Frutta

Crema di carote e patate
Uova al tegamino
Insalata mista
Frutta

Pasta al ragù
Mele cotte con gelato

Vellutata di patate
Pesce olio e limone
Carote filangè
Frutta

Passato di verdure
Ricotta
Insalata e radicchio
Frutta

24-28 NOVEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Riso al pomodoro
Tacchino al forno
Pisellini all'olio*
Frutta

Vellutata di cavolfiore e
cavolo nero
Pesce al pomodoro
Patate all'olio
Frutta

Passato di verdure
Frittata
Insalata mista
Frutta

Ribollita toscana
Crostino con fegatini

Minestrina in brodo
Asiago
Carote all'olio
Frutta

01-05 DICEMBRE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

Torta salata ricotta e spinaci
Carote filangè
Frutta

Polpettine di verdure
Ceci all'olio
Bietola saltata
Frutta

Crema di zucca
Pesce panato
Insalata mista
Frutta

Riso al pomodoro
Hamburger all'olio
Cavolfiore all'olio
Frutta

Minestrina in brodo
Uova al pomodoro
Spinaci all'olio
Frutta