

# menù ESTATE

15 SETTEMBRE - 10 OTTOBRE

nidi

# menu nidi

## 15-19 SETTEMBRE

LUNEDÌ

Pasta al burro  
Platessa\* panata  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro e basilico  
Bocconcini di Grana Padano  
Bastoncini di carote all'olio  
Frutta

MERCOLEDÌ

Pasta al merluzzo\*  
Frittata con Grana  
Zucchine trifolate  
Frutta

GIOVEDÌ

Pasta di grani antichi  
alle melanzane  
Cecina\*  
Pomodori e cetrioli  
Frutta

VENERDÌ

Pasta al pesto  
Bocconcini di tacchino  
al pomodoro  
Bietola\* all'olio  
Frutta

SETTIMANA

1

## 22-26 SETTEMBRE

LUNEDÌ

Pasta integrale  
alla pomarola  
Formine di mare\*  
Patate all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

Insalata di lenticchie,  
pomodorini e mais   
Carote baby all'olio  
Pasta agli aromi  
Frutta

MERCOLEDÌ

Pasta al pomodoro e ricotta  
Asiago DOP  
Pisellini\* stufati  
Frutta

GIOVEDÌ

Riso agli spinaci\*  
Frittata di patate  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

VENERDÌ

Pasta all'amatriciana  
di zucchine  
Spezzatino di pollo al limone  
Spinaci\* all'olio  
Frutta

SETTIMANA

2

AVANTI I  
SECONDI

## 29 SETTEMBRE - 3 OTTOBRE

LUNEDÌ

Riso al pomodoro  
Polpette di mare\*  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

Crema di zucchine  
con pastina  
Focaccia al formaggio\*  
Insalata di pomodori  
e basilico  
Frutta

MERCOLEDÌ

Pasta olio e basilico  
Pollo arrosto  
Spinaci\* all'olio  
Frutta

GIOVEDÌ

Insalata di fagioli  
con pomodorini   
Carote baby\* all'olio  
Pasta al pesto  
Frutta

VENERDÌ

Pasta all'ortolana  
Spezzatino di manzo  
agli aromi  
Patate all'olio  
Frutta

SETTIMANA

3

AVANTI I  
SECONDI

## 6-10 OTTOBRE

LUNEDÌ

Crema di verdure con farro  
Polpette\* all'olio  
Spinaci\* all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

Riso al pomodoro  
Ceci al rosmarino  
Bastoncini di carote all'olio  
Frutta

MERCOLEDÌ

Quadrucci di patate  
al burro e salvia  
Merluzzo olio e limone\*  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

GIOVEDÌ

Pancake di legumi  
Finocchi all'olio  
Pasta al pesto  
Frutta

VENERDÌ

Pizza rossa  
Mozzarella  
Tris di verdure all'olio  
(fagiolini\*, carote e patate)  
Frutta

SETTIMANA

4

AVANTI I  
SECONDI

\*prodotto surgelato

 piatto freddo

# 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.

### PASTA FRESCA

I **quadrucci** sono prodotti da un pastificio artigianale del Mugello con uova fresche.

### CEREALI

Il farro è biologico e 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.

## 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;
- I **fagioli** sono biologici e toscani.

## Carne

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

- La **carne di tacchino** è allevata senza l'uso di antibiotici;
- La carne utilizzata per lo **spezzatino di pollo** è biologica e macellata halal;
- Le **sovracosce di pollo** sono realizzate con carne allevata senza l'utilizzo di antibiotici;
- Lo **spezzatino di manzo** è realizzato con carni biologiche allevate nel Mugello.

## 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:

- Bocconcini di **Grana Padano DOP**;
- **Asiago DOP**;
- **Mozzarella** biologica prodotta in un caseificio toscano;
- **Burro** biologico.

Le frittate sono fatte con **uova** pastorizzate e biologiche.

## 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.

## 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.