



# menù AUTUNNO

9 - 23 dicembre

Infanzia e primaria

Area Fiorentina

# menu

## Infanzia e Primaria

### 9-13 DICEMBRE

SETTIMANA 1

LUNEDÌ

Fusilli agli aromi  
Bocconcini di Grana  
Padano  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

Pasta e fagioli  
Focaccia genovese\*  
Crudité di finocchi e carote  
Frutta

MERCOLEDÌ

Cavatappi alla salsiccia  
Uovo sodo  
Cavolfiore all'olio  
Frutta

GIOVEDÌ

Riso agli spinaci\*  
**Infanzia:** Polpette all'olio\*  
**Primaria:**  
Hamburger al forno\*  
Insalata con mais  
Frutta

VENERDÌ

Penne al sugo di broccoli  
Merluzzo\* gratinato  
Patate all'olio  
Frutta

### 16-20 DICEMBRE

SETTIMANA 2

LUNEDÌ

Crema di carote con orzo  
Stracchino  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

Penne di grani antichi al  
pomodoro  
Formine di mare\*  
Spinacini in insalata  
Frutta

MERCOLEDÌ

Fusilli aglio e olio  
Fagioli all'uccelletto  
Bietola\* all'olio  
Frutta

GIOVEDÌ

**Menu Natale**  
Gnocchi di patate  
burro e oro<sup>1</sup>  
**Infanzia:** Crocchette di  
pollo\* al forno  
**Primaria:** Cotoletta\* di pollo  
Insalata con carote filangè,  
mais e lamelle di mandorla  
Pandoro

VENERDÌ

Riso alla verza  
Spezzatino di pollo con  
semi di finocchio e limone  
Carote baby prezzemolate\*  
Frutta

### 23 - 27 DICEMBRE

SETTIMANA 3

LUNEDÌ

Riso al pomodoro  
Ricotta  
Broccoli\* all'olio  
Frutta

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

\*prodotto surgelato

<sup>1</sup> Pommarola arricchita con burro

# 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.

## 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 di semola biologica, essiccata a bassa temperatura in pastifici artigianali toscani.

### PASTA FRESCA

Gli gnocchi sono prodotti da un pastificio artigianale con uova fresche.

### 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** e **fagioli** sono locali o biologici a seconda della disponibilità.

## Carne

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

- La carne di **pollo** dello spezzatino è biologica e proviene da un allevamento locale, macellata con metodo *HALAL*;
- La **salsiccia** è realizzata con suini nazionali.

## 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:

- I bocconcini di **Grana** hanno il marchio DOP;
- La **ricotta** è prodotta con latte toscano dal caseificio di Porcari (LU).

## Frutta e verdura

La **frutta**, secondo disponibilità delle stagioni e del mercato, è biologica/locale.

Le **banane** provengono da agricoltura biologica del mercato equo-solidale.

La **verdura** gelo è biologica.

## Condimenti e salse a base di pomodoro

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

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