

menù PRIMAVERA

31 marzo - 24 aprile

Infanzia e
Primaria

menu infanzia e primaria

31 MARZO - 4 APRILE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

1

Caserecce al pomodoro e basilico
Ricotta
Carote baby* all'olio
Frutta

Fusilli aglio e olio
Spezzatino di pollo agli aromi
Taccole* in umido
Frutta

Riso agli spinaci*
Cecina*
Insalata mista con mais
Frutta

Penne di grani antichi al pesto di basilico
Frittata con porri
Spinacini in insalata
Frutta

Merluzzo *con panatura agli aromi
Fagiolini* all'olio
Cavatappi al pomodoro e olive
Frutta

AVANTI I SECONDI

7-11 APRILE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

2

Sedanini all'amatriciana di zucchine
Primo sale
Carote all'olio
Frutta

Riso agli asparagi*
Salsiccia al forno
Spinacini in insalata
Frutta

Fusilli agli aromi
Uovo sodo con maionese
Pisellini* all'olio
Frutta

MENU GREEN FOOD WEEK
Insalata mista con carote filangè e mais
Lasagne al ragù di lenticchie
Tortino ai fichi¹



AVANTI I SECONDI

Caserecce al pomodoro e basilico
Crocchette di pesce*
Patate lesse
Frutta

14-16 APRILE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

3

Fusilli integrali al pesto di basilico
Stracchino
Zucchine, carote e patate all'olio
Frutta

Crema di verdure con crostini
Hamburger all'olio
Insalata con mais
Frutta

Pasta e ceci
Torta salata*²
Cruditè di carote
Barretta al cioccolato fondente



23-24 APRILE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SETTIMANA

4

Fusilli aglio e olio
Bocconcini di Grana
Fagiolini* all'olio
Frutta

Caserecce al pesto di basilico
Formine di mare*
Carote baby* all'olio
Frutta

*prodotto surgelato | nota¹ Ricetta vincitrice del contest La Verde Ricetta 2024 | nota² con ricotta e spinaci

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 un pastificio artigianale toscano.
- **Pasta di grani antichi** di semolato biologico, prodotta in un pastificio artigianale toscano.

PASTA FRESCA

La pasta sfoglia delle lasagne è prodotta da un pastificio artigianale del Mugello 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.

Dessert

Il **tortino di fichi** è realizzato da una pasticceria artigianale locale.

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;
- I **ceci** sono biologici.

Carne

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

- La **salsiccia** è lavorata e trasformata da un produttore toscano con suini nazionali;
- La **carne di pollo** è biologica e macellata secondo metodo **Halal**;
- L'**hamburger** è prodotto con carne biologica di bovini allevati 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 con panatura agli aromi** è preparato con pesce pescato nell'oceano Atlantico nord-orientale;
- Le **crocchette di pesce** sono realizzate con melù e gallinella pescati nel Mar Adriatico;
- Le **Formine di mare** sono realizzate con merluzzo.

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**;
- La **ricotta** e il **primo sale** sono biologici e realizzati in un caseificio locale;
- Lo **stracchino** è prodotto con latte italiano.

Le **uova** utilizzate per la preparazione delle frittate sono fresche 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.

AVANTI I SECONDI

"Avanti i secondi" è un approccio che propone di servire il secondo piatto e il contorno all'inizio del pasto, seguiti poi dal primo. Questa scelta mira a favorire un maggiore consumo di verdure e fonti proteiche, per un'alimentazione sana.



Abbiamo aderito all'iniziativa promossa da Food Insider "**Green Food Week, il cibo amico del pianeta**". L'iniziativa ha l'obiettivo di sensibilizzare e diffondere consapevolezza sull'impatto ambientale del cibo che scegliamo ogni giorno, in particolare di quel cibo che viene servito ogni giorno nell'ambito della ristorazione collettiva e quindi anche ai bambini nelle mense scolastiche.

Per questa giornata abbiamo preparato un menù speciale a basso impatto ambientale!