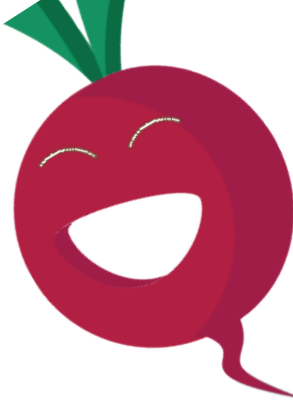




**COOPERATIVA MARGHERITA +**

Menù ristorazione collettiva  
anno 2023/24





# La Tabella Dietetica

*La Tabella dietetica è stata formulata secondo le indicazioni*

- *Livelli Raccomandati di Assunzione e Nutrienti" (LARN) 2014*
- *Linee Guida Refezione Scolastica della Regione Toscana anno 2021*
- *Linee Guida Nazionali per la ristorazione Scolastica ( Ministero della salute 2010)*

*La pianificazione delle tabelle dietetiche è a cura della dott.ssa Sandra Bonannini - dietista*

**Il menù è rivolto a :**

Bambini dai 12 ai 36 mesi

Bambini dai 3 ai 6 anni

Bambini dai 6 ai 10- 11 anni

Bambini dagli 11 ai 14 anni

NIDO

SCUOLA DELL'INFANZIA

SCUOLA PRIMARIA

SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO

Il menù è diviso in due stagioni, Autunno/Inverno e Primavera/Estate  
entrambe composte da 5 settimane a rotazione

## **INFORMAZIONI GENERALI SULLA TABELLA DIETETICA**

Il menu proposto si caratterizza

per la ricerca della qualità e per il rispetto dei sapori e delle tradizioni del territorio.

Si ispira alla modello della dieta mediterranea, per cui viene valorizzato il consumo di cereali, verdure , frutta , legumi pesce e olio extravergine di oliva.

E' incentivato l'uso di verdura proposta non solo come contorno ma anche come ingrediente base di primi e secondi piatti.

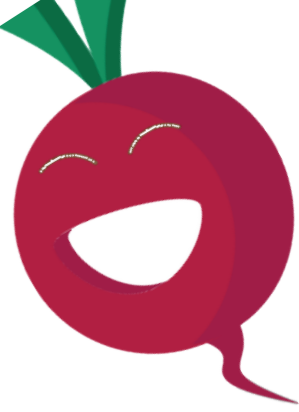
Alcuni dei prodotti utilizzati sono provenienti da coltivazioni e allevamenti biologici ,locali , filiera corta.

Si utilizzano solo alimenti prodotti certificati e nazionali .



**margherita+**  
COOPERATIVA SOCIALE





# La Cottura dei Cibi

Tutti gli alimenti vengono cotti al mattino dello stesso giorno in cui verranno consumati, vengono privilegiate le TECNICHE di COTTURA che mantengono inalterati i caratteri organolettici e nutrizionali dei cibi.

- E' assolutamente vietato l'uso di ingredienti o alimenti geneticamente modificati ( O.G.M.) come previsto dalla L.G. del 26/04/2000.
- E' assolutamente vietato il riciclo delle pietanze avanzate e/o parti di esse non utilizzate
- E' vietato l'uso di prodotti preconfezionate e/o precotti :  
hamburger, polpette sono preparati giornalmente presso il centro cottura ecc...
- E' vietato l'uso di grassi idrogenati, olio di colza e palma, esaltatori di sapidità, dadi anche se vegetali ed estratti di carne
- E' escluso l'uso di margarina, di panna, lardo, strutto;  
il burro è limitato alla preparazione della besciamella per le lasagne ed al condimento del primo piatto .
- Per insaporire le pietanze si utilizzano aromi freschi ed ortaggi :  
prezzemolo, basilico, rosmarino, salvia, carota, sedano, aglio, cipolla, secondo la disponibilità e stagionalità



**margherita+**  
COOPERATIVA SOCIALE



# I NOSTRI PIATTI

## PRIMI PIATTI ASCIUTTI

- Pasta al pomodoro e pasta alla pomarola: pomodoro pelato nazionale, odori, basilico, aglio, cipolla e olio EVO
- Pasta rosé : pomodoro e latte parzialmente scremato
- Pasta con ricotta e pomodoro : ricotta vaccina e pomodoro cotto.
- Pasta al pesto: con verdura di stagione
- Pasta al ragù di verdure o sugo finto: sedano, carota, cipolla , e pomodoro pelato
- Pasta alle verdure di stagione con verdure in piccoli pezzi o frullate , con o senza pomodoro
- Pasta alla pizzaiola: pomodoro,capperi ,origano , aglio
- Pasta agli aromi dell'orto o erbe : trito di erbe aromatiche e olio Evo
- Pasta all'arrabbiata, pomodoro ,aglio,
- Pasta all'olio al basilico , olio insaporito con basilico frullato
- Pasta mediterranea : origano e basilico , aglio
- Pasta marinara : pomodoro, capperi, aglio
- Pasta al ragù di carne o di pesce
- Risotto alle verdure di stagione : riso mantecato con verdure di stagione
- Riso o risotto alla parmigiana: risotto mantecato al formaggio
- Riso freddo : con aggiunta di verdure julienne
- Farro con pomodorini e scaglie di grana ( freddo o caldo dipende dalla stagione)
- Orzo al pesto o con verdure julienne
- Lasagne al pomodoro :pasta all'uovo, besciamella, pomodoro, formaggio

## MINESTRE

Passato o crema di verdura fresca di stagione, con aggiunta di pastina, riso, crostini di pane tostato, senza grassi aggiunti  
Passato di legumi, preparata con legumi secchi, cipolla, con aggiunta di pasta, riso o crostini di pane tostato toscano  
Brodo vegetale , preparato con misto odori ed aggiunta di pastina comune o riso

## CONTORNI

### Verdure Crude

Insalata : insalata a foglia , cavolo cappuccio ,  
Insalata mista : insalata a foglia , radicchio cavolo cappuccio, finocchio, pomodoro, carote ( a seconda della stagione ) , rucola  
Bastoncini ortaggi o crude rie : finocchi, carote Julienne o bastoncino  
Insalata di Cetrioli a mezzaluna ( menu giugno-luglio)  
Insalata di Pomodori ( menu maggio, giugno-luglio)

### Verdure cotte

Bietoline rosse ( nido)  
Bietola , spinaci , lessi, o saltati aglio e olio  
Carote lessate con o senza prezzemolo  
Zucchine ,lesse, al pomodoro, trifolate  
Finocchi stufati o trifolati, lessi, gratinati ( senza besciamella)  
Fagiolini lessi  
Cavolfiore all'olio o pomodoro  
Misto di verdure al forno, gratinate con pan grattato, o lesse

## SECONDO PIATTO

### Piatto freddo

formaggio pecorino - caciotta, mozzarella , stracchino, ricotta.  
prosciutto crudo o prosciutto cotto, tonno conservato sottolio

### Vitello:

hamburger  
arrosto al forno  
polpettine in bianco  
polpettine al pomodoro

### Tacchino

fesa al forno  
scaloppina alla salvia o a limone  
hamburger ( tacchino e pane )  
cotoletta ( no uovo – solo pane grattato)  
bocconcini in bianco ( infarinati e cotti in brasiera o in forno )  
bocconcini dorati -croccanti (pan grattato cotti al forno )

### Pollo

scaloppina alla salvia o a limone  
cotoletta ( no uovo- solo pane grattato)  
bocconcini in bianco  
bocconcini dorati -croccanti ( pan grattato cotti al forno )  
cosce di pollo al forno

### Suino

arista al forno  
medaglioni alle erbe aromatiche ( scaloppine) , cotti in forno

### Pesce

filetto di pesce al forno, agli agrumi, , con erbe aromatiche  
impanato con uovo e pan grattato cotto al forno  
totani impanati ( uovo e pan grattato , cotti al forno)

### Uova

frittata - omelette : uovo, latte e grana , cotte in forno  
frittata o tortino di patate , uovo, latte , grana e patate  
frittata o tortino o polpetta di verdura , uovo , grana e verdure

## CONDIMENTI

Olio extravergine d'oliva crudo e cotto  
Olio di semi girasole o mais  
SALE IODATO deve essere aggiunto con moderazione, il minimo indispensabile  
AROMI : rosmarino, prezzemolo ,aglio, cipolla salvia , basilico ,


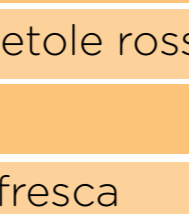

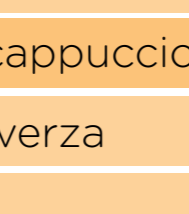


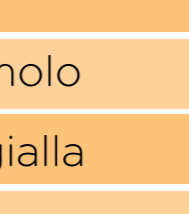



ACETO: i refettori verranno dotati di dispenser per l' aceto ad uso esclusivo delle insegnanti



**margherita+**  
COOPERATIVA SOCIALE



# TABELLA DELLE STAGIONI

	Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
Aglio 	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Asparagi 			█	█	█	█						
Barbabietole rosse 							█	█	█	█		
Basilico 						█	█	█	█			
Bietola fresca 				█	█	█	█	█	█	█	█	
Cime di rapa 	█	█	█							█	█	█
Carote 	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Cavolfiore 	█	█	█	█						█	█	█
Cavolocappuccio 	█	█	█							█	█	█
Cavolo verza 	█	█	█	█					█	█	█	█
Cetrioli				█	█	█	█	█	█			
Cipolla	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Finocchi	█	█	█	█					█	█	█	█
Insalate	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Melanzane				█	█	█	█	█	█	█		
Pomodori						█	█	█	█			
Porri	█	█	█	█					█	█	█	█
Prezzemolo	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Zucca gialla	█	█						█	█	█	█	█
Zucchine			█	█	█	█	█	█	█	█	█	



**margherita+**  
COOPERATIVA SOCIALE



# I PASTI SPECIALI

La richiesta del PASTO SPECIALE PER MOTIVI DI SALUTE deve essere fatta attraverso la presentazione all'ufficio scuola del di CERTIFICATO MEDICO. Il centro cottura ha a disposizione 3 giorni per organizzarsi per la preparazione del pasto speciale.

Per i PASTI SPECIALI PER MOTIVI ETICI - RELIGIOSI è necessario presentare all'ufficio scuola un'autocertificazione. Il centro cottura ha a disposizione 3 giorni lavorativi, per organizzarsi per la preparazione del pasto speciale.

## IL VITTO IN BIANCO

**se la richiesta è inferiore ai 7 giorni** anche non consecutivi

il pasto viene erogato senza presentazione del certificato medico,

**se la richiesta supera i 7 giorni** è necessario presentare certificazione medica.

Il pasto comprende:

**PRIMO PIATTO:** pasta o riso all'olio, minestrina in brodo vegetale (SENZA AGGIUNTA DI GRANA)

**SECONDO PIATTO:** carne di pollo, vitello, tacchino, arista magra, cucinata in modo semplice senza aggiunta di condimenti cotti

**NO PIATTI A BASE DI LEGUMI E VERDURE**

**CONTORNO:** Patate e/o carote lesse condite con olio extravergine a crudo.

**PANE TOSCANO**

**FRUTTA** solo mela (se non diversamente specificato sul certificato)

**SI ESCLUDONO IN MODO TOTALE :**

- LE UOVA
- I LATTICINI

si prega pertanto di richiamare l'attenzione alle insegnanti che non devono distribuire il formaggio sui pasti bianchi

Nel caso di bambini con dieta vegetariana il 2° piatto ed il contorno sarà rappresentato da un misto di patate e carote lesse

## VITTO SENZA GLUTINE

E' garantito il solito menu, preparato con prodotti privi di glutine.

## VITTO PER INTOLLERANTI AL LATTOSIO - PROTEINE DEL LATTE

Si escludono tutti i prodotti derivati dal latte compreso i cibi che dichiarano in etichetta

"privi di lattosio" a meno che il certificato non ne consenta l'utilizzo.

Se il medico ha autorizzato l'uso del grana per il condimento del primo piatto

questo verrà inviato direttamente dal centro cottura, in busta monodose abbinata al pasto speciale.

Lasagne, besciamella preparata con latte vegetale

Il formaggio sarà sostituito da carne di vitello o pollo, tacchino, pesce o uovo

## VITTO INTOLLERANTI AL POMODORO

Tutte le preparazioni che prevedono il pomodoro saranno proposte in bianco

o con ragù di verdure di stagione

## DIETE SPECIALI PER MOTIVI RELIGIOSI

**No Suino:**

Il secondo piatto a base carne di maiale o di prosciutto crudo e cotto saranno sostituiti con: carni bianche, legumi (intesi come secondo piatto) o latticini

**No Vitello:**

I primi piatti conditi con carne di vitello sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio o condimenti a base di verdura.

Il secondo piatto a base di vitello saranno sostituiti con: carni bianche, legumi (intesi come secondo piatto) o latticini

**Vegetariani:**

I primi piatti conditi con ragù di carne sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio o condimenti a base di verdura.

Il secondo piatto a base carne sarà, legumi (intesi come secondo piatto) o latticini

**Dieta per vegani**

Primo piatto: Pasta senza uovo, riso; besciamella preparata con latte vegetale, ragù di verdure o legumi

Il piatto a base di proteine animali sarà sostituito con legumi tali e quali (2° piatto) o trasformati in hamburger o tortini e verdure.

Se nel menu sono già previsti i legumi, si aggiunge un doppio contorno di verdure tipo carote lesse, o insalata

## ALLERGIA ALLA FRUTTA SECCA

non è mai prevista come ingrediente ma per un eccesso di attenzione, nella preparazione del pesto (estivo ed invernale) per il nido e la scuola dell'infanzia sono stati esclusi i pinoli



**margherita+**  
COOPERATIVA SOCIALE



# Menù autunno/inverno

Nido/Scuola d'infanzia/Scuola primaria/Scuola secondaria



## LUNEDÌ

## MARTDÌ

## MERCOLEDÌ

## GIOVEDÌ

## VENERDÌ

### SETTIMANA

dal 02/10 al 06/10  
dal 06/11 al 10/11  
dal 11/12 al 15/12  
dal 15/01 al 19/01  
dal 19/02 al 23/02  
dal 25/03 al 29/03

PASTA ALL'OLIO  
ED ERBETTE AROMATICHE

FRITTATA

CAROTE E PISELLI  
1,2,4

PASTA AL ROSE'

\*BASTONCINI DI TOTANI  
CROCCANTI

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,4,2,3

CREMA DI VERDURA  
CON CROSTINI

POLPETTINE DI VITELLO  
AL POMODORO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

PASTA AL POMODORO

COSCIA DI POLLO  
AL FORNO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,5

RISOTTO AL PARMIGIANO

PIATTO FREDDO  
(Formaggio)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
4

*\*NIDO Platessa al forno*

### SETTIMANA

dal 09/10 al 13/10  
dal 13/11 al 17/11  
dal 18/12 al 22/12  
dal 22/01 al 26/01  
dal 26/02 al 01/03  
dal 01/04 al 05/04

PASTA AL RAGU

PIATTO FREDDO  
(Formaggio)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,5,4

PASTA AL PESTO

HAMBURGER DI TACCHINO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,4

RISO AL POMODORO

FRITTATA  
ALLE VERDURE DI STAGIONE

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
5,2,4

PASSATO DI LEGUMI  
CON PASTINA

CROCCHETTE  
(patate e verdure)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

\*PASTA ALL'ARRABBIATA

FILETTO DI PESCE IMPANATO  
E COTTO AL FORNO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,5,2,3

*\*NIDO Platessa al forno*

### SETTIMANA

dal 16/10 al 20/10  
dal 20/11 al 24/11  
dal 25/12 al 29/12  
dal 29/01 al 02/02  
dal 04/03 al 08/03  
dal 08/04 al 12/04

PASTA AL PESTO

FESA DI TACCHINO  
AL FORNO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,4

BRODO VEGETALE  
CON RISO

CROCCHETTE  
AL FORMAGGIO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

LASAGNA AL POMODORO

PIATTO FREDDO  
(Formaggio)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

PASTA AL ROSE'

FILETTO DI PESCE IMPANATO  
E COTTO AL FORNO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,4,2,3

PASTA RAGU DI VERDURA

BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO  
CROCCANTI

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,5,2

*\*NIDO Pesto senza pinoli*

# Menù autunno/inverno

Nido/Scuola d'infanzia/Scuola primaria/Scuola secondaria



## LUNEDÌ

## MARTDÌ

## MERCOLEDÌ

## GIOVEDÌ

## VENERDÌ

### SETTIMANA

dal 23/10 al 27/10  
dal 27/11 al 01/12  
dal 01/01 al 05/01  
dal 05/02 al 09/02  
dal 11/03 al 15/03

PASSATO DI VERDURA  
CON PASTINA

POLPETTE DI VERDURA

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

PASTA AL RAGU \*

*\* dicembre- febbraio:  
lasagne al pomodoro*

PIATTO FREDDO  
( Formaggio)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,5,4,2

\*PASTA AL PESTO

\*\*BASTONCINI DI TOTANI  
CROCCANTI

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,3,4

RISO ALL'OLIO

HAMBURGER DI TACCHINO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1

PASTA ROSE'

FRITTATA DI PATATE

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,4,2

*\*NIDO- INFANZIA : Pesto senza pinoli*

*\*\*NIDO filetto di merluzzo olio e limone*

### SETTIMANA

dal 30/10 al 03/11  
dal 04/12 al 08/12  
dal 08/01 al 12/01  
dal 12/02 al 16/02  
dal 18/03 al 22/03

\*RAVIOLI BURRO E SALVIA

BURGER DI PESCE

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,3,4

RISO AL POMODORO

ARISTA AL FORNO

PISELLI  
5

PASTA ALL'OLIO

COSCIA DI POLLO AL FORNO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1

LASAGNA AL POMODORO

PIATTO FREDDO  
( Formaggio)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

BRODO DI VERDURA  
CON RISO

CROCCHETTE  
(patate e verdure)

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

*\*NIDO pasta pomodoro e ricotta*

**PER IL NIDO** tutti i giorni e secondo richiesta sono disponibili verdure cotte

**LA COLAZIONE DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA:** Frutta Fresca Di Stagione , yogurt

**IL MENU** giornaliero si compone di :

1°piatto ( pasta comune o riso ) asciutto con condimenti di vario tipo, oppure passato di verdura o legumi o brodo vegetale con pastina, riso, crostini di pane toscano tostato

2° piatto scegliendo a rotazione fra: carne bianca , rossa ,pesce , formaggio , salume magro e piatti a base di uova ( frittate o polpettine )

Contorno di verdura di stagione cruda o cotta ( fresca di stagione o surgelata ) ; per il nido tutti i giorni e secondo richiesta vengono garantite le verdure cotte.

Pane toscano

Frutta fresca di stagione

Condimento olio extravergine d'oliva e formaggio grana

**N.B.** i contorni ed i condimenti dei primi piatti varieranno in relazione alla stagionalità delle verdure

\* nel rispetto della tradizione della religione cristiana durante i venerdì di quaresima il menu a base di carne verrà sostituito con piatti a base di pesce, uova, legumi, formaggio .



# Menù primavera / estate

Nido/Scuola d'infanzia/Scuola primaria/Scuola secondaria



## LUNEDÌ

## MARTDÌ

## MERCOLEDÌ

## GIOVEDÌ

## VENERDÌ

### SETTIMANA

dal 15/04 al 19/04  
dal 20/05 al 19/04  
dal 24/06 al 28/06  
dal 29/07 al 02/08  
dal 02/09 al 06/09

#### \*BRODO VEGETALE CON RISO

*\* maggio-settembre  
pasta pomodoro fresco  
e basilico*

#### \*\*BASTONCINI DI TOTANI CROCCANTI

*\*\*NIDO filetto di merluzzo  
olio e limone*

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2,3

#### \*FARRO O PASTA AL PESTO

#### ARROSTO DI TACCHINO

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,4

*\*NIDO- INFANZIA : pesto senza pinoli*

#### RISO AL POMODORO

#### OMELETTE

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,4,2

#### PASTA AL RAGU DI VERDURA

#### SCALOPPINA DI MAIALE MAGRO AGLI AROMI

#### LEGUMI ALL'OLIO

1,5

#### RAVIOLI BURRO E SALVIA

#### PIATTO FREDDO (formaggio)

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2,3,4

### SETTIMANA

dal 22/04 al 26/04  
dal 27/05 al 31/05  
dal 01/07 al 05/07  
dal 05/08 al 09/08  
dal 09/09 al 13/09

#### PASTA ALLA PIZZAIOLA

#### TORTINO DI VERDURA

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2,4

#### CREMA DI VERDURA CON RISO\*

*\* maggio -settembre  
riso freddo con verdure julienne*

#### BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO CROCCANTI

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2

#### \*PASTA AL PESTO

#### BURGER DI PESCE

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,4,3

#### LASAGNE AL POMODORO\*

*\* maggio - settembre pasta  
al pomodoro fresco*

#### PIATTO FREDDO (formaggio )

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2,4,

#### \*RISO ALL'OLIO ED ERBETTE DELL'ORTO

*\* maggio - settembre  
olio al basilico*

#### POLPETTE DI VERDURE

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2,4

*\*NIDO- INFANZIA : pesto senza pinoli*

### SETTIMANA

dal 29/04 al 03/05  
dal 03/06 al 07/06  
dal 08/07 al 12/07  
dal 12/08 al 16/08  
dal 16/09 al 13/09

#### \*PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE

#### ARISTA AL FORNO

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,4

#### PASTA AL POMODORO

#### TORTINO DI VERDURE

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,2,4

#### PASTA AL RICOTTA E POMODORO

#### PIATTO FREDDO

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,5,4

#### FARRO O RISO PRIMAVERA

#### FILETTO DI PESCE AGLI AROMI

#### CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA

1,3,2

#### \*PASSATO DI VERDURA CON RISO

*\* maggio- settembre pasta alla pomarola*

#### POLLO AL FORNO

#### PATATE AL FORNO

*\*NIDO- INFANZIA : pesto senza pinoli*

# Menù primavera / estate

Nido/Scuola d'infanzia/Scuola primaria/Scuola secondaria



## LUNEDÌ

## MARTDÌ

## MERCOLEDÌ

## GIOVEDÌ

## VENERDÌ

### SETTIMANA

dal 06/05 al 10/05  
dal 10/06 al 14/06  
dal 15/07 al 19/07  
dal 19/08 al 23/08  
dal 23/09 al 27/09

RISO ALLA POMAROLA

ARROSTO  
DI TACCHINO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA

\*PASTA AL PESTO

PIATTO FREDDO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

*\*NIDO- INFANZIA : pesto senza pinoli*

PASTA AL POMODORO

POLPETTE DI VERDURA

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,5,2,4

PASTA ALL'OLIO  
AL BASILICO

BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO  
AL LIMONE

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1

PASTA ALLA PIZZAIOLA

\*BASTONCINI DI TOTANI  
DORATI

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,3

*\*NIDO filetto di merluzzo olio e limone*

### SETTIMANA

dal 13/05 al 17/05  
dal 17/06 al 21/06  
dal 22/07 al 26/07  
dal 26/08 al 30/08

RAVIOLI BURRO E SALVIA

PIATTO FREDDO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,3,4

PASTA ALLE ZUCCHINE

POLPETTA DI PESCE

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2

FARRO O RISO PRIMAVERA

HAMBURGER DI VITELLO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1

PASTA AL POMODORO  
FRESCO E BASILICO

FRITTATA DI VERDURA  
DI STAGIONE

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1,2,4

PASTA ALL'OLIO E PEPERONCINO \*  
*\*maggio -settembre pasta alle melanzane*

ARROSTO DI TACCHINO

CONTORNO DI VERDURA  
COTTA O CRUDA  
1

*\*NIDO- INFANZIA pasta all'olio*

**PER IL NIDO** tutti i giorni e secondo richiesta sono disponibili verdure cotte

**LA COLAZIONE DELLA SCUOLA DELL'INFANZIA:** Frutta Fresca Di Stagione , yogurt

**IL MENU** giornaliero si compone di :

1°piatto ( pasta comune o riso ) asciutto con condimenti di vario tipo, oppure passato di verdura o legumi o brodo vegetale con pastina, riso, crostini di pane toscano tostato

2° piatto scegliendo a rotazione fra: carne bianca , rossa ,pesce , formaggio , salume magro e piatti a base di uova ( frittate o polpettine )

Contorno di verdura di stagione cruda o cotta ( fresca di stagione o surgelata ) ; per il nido tutti i giorni e secondo richiesta vengono garantite le verdure cotte.

Pane toscano

Frutta fresca di stagione

Condimento olio extravergine d'oliva e formaggio grana

**N.B.** i contorni ed i condimenti dei primi piatti varieranno in relazione alla stagionalità delle verdure

\* nel rispetto della tradizione della religione cristiana durante i venerdì di quaresima il menu a base di carne verrà sostituito con piatti a base di pesce, uova, legumi, formaggio .