

Comune di Dicomano



MENÙ AUTUNNO— INVERNO

Infanzia e Primaria

1 SETTIMANA	13-17 NOVEMBRE / 11-15 DICEMBRE				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
Pasta al pomodoro Pasta, pomodori pelati, cipolla, carota, sedano, olio evo Mozzarella Mozzarella Zucca al forno Zucca, aromi, olio evo	Riso al burro Riso, burro Filetto di merluzzo al pomodoro Merluzzo, pomodori pelati, farina, prezzemolo, aglio, olio evo Purè di patate Patate, latte, burro	Pasta al pesto di cavolo nero Pasta, cavolo nero, cipolla, aglio, pinoli e mandorle, parmigiano, olio evo Frittata al parmigiano Uovo, latte, parmigiano, olio evo Insalata mista Lattuga, mais, radicchio	Crudité di verdure Finocchi e carote Ravioli al pomodoro Ravioli, pomodori pelati, cipolla, carote, sedano, salvia, rosmarino Yogurt	Crema di lattuga con orzo Patate, lattuga, cipolla, basilico, olio evo, orzo Medaglione di tacchino Tacchino, pane, latte, parmigiano, uovo, farina, pangrattato, rosmarino, salvia, aglio, limone, olio evo Pisellini saltati Pisellini, olio evo, aglio, prezzemolo	
2 SETTIMANA	20-24 NOVEMBRE / 18-22 DICEMBRE				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
Pasta ai broccoli Pasta, broccoli, cipolla, aglio, prezzemolo, olio evo Coscia di pollo Coscia di pollo, salvia, rosmarino, olio evo Fagiolini al vapore Fagiolini	Pasta agli aromi Pasta, rosmarino, salvia, alloro, prezzemolo, cipolla, aglio, olio evo Uova strapazzate Uovo, latte, parmigiano, burro, olio evo Erbette all'olio Bieta, spinaci, olio evo	Risotto alla zucca Riso, zucca, pomodori pelati, cipolla, rosmarino, prezzemolo, olio evo Stracchino Stracchino Finocchi a quarti Finocchi	Pasta integrale al pomodoro Pasta, pomodori pelati, cipolla, carota, sedano, basilico, olio evo Polpette di ceci Ceci, patate, uovo, parmigiano, latte, pangrattato, pane, aromi Insalata mista Insalata, barbe rosse, cavolo viola	Minestra in brodo vegetale Pastina, brodo vegetale (carote, sedano, patate, cipolle, aromi, olio evo) Calamari e patate Calamari, patate, pomodori pelati, odori, olio evo Carote prezzemolate Carote, olio evo, prezzemolo	
3 SETTIMANA	27 NOVEMBRE—1 DICEMBRE / 8-12 GENNAIO				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
Riso porri e pecorino Riso, porri, pecorino, olio evo Cotoletta di tacchino finto fritto Tacchino, salvia, rosmarino, pangrattato, olio evo Piselli agli aromi Piselli, aglio, prezzemolo, olio evo	Pasta al cavolfiore Pasta, cavolfiore, prezzemolo, aglio, olio evo Uovo sodo con salsa verde Uovo, salsa verde (prezzemolo, acciughe, capperi, aceto, pane, olio evo) Insalata mista Lattuga, carote, mais	Pasta aglio e olio Pasta, olio evo, aglio Polpette di pesce (scorfano) Pesce, patate, uovo, pangrattato, prezzemolo, limone, aglio, olio evo Spinacini saltati Spinacini, aglio, olio evo	Passato di verdura con farro Farro, patate, carote, cavolo verza, cavolfiore, zucca, spinaci, pomodori pelati, cipolla, sedano, fagioli, lenticchie, olio evo Pizza Base pizza, mozzarella, pomodori pelati, olio evo	Pasta al pomodoro Pasta, pomodori pelati, cipolla, carota, sedano, basilico, olio evo Spezzatino di maiale con verdure Suino, carote, verza, odori, aromi, olio evo	
4 SETTIMANA	04-08 DICEMBRE / 15-19 GENNAIO				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
Pasta al pomodoro Pasta, pomodori pelati, cipolla, carota, sedano, olio evo Ricotta Ricotta Carote prezzemolate Carote, prezzemolo, olio	Pasta al pesto di barbe rosse Pasta, barbe rosse, pinoli, parmigiano, cipolla, basilico, olio evo Bocconcini di pollo al limone Pollo, farina, limone, salvia, rosmarino Crudité di finocchi e cavoli Finocchi, cavolo viola, sedano rapa	Vellutata di zucca con pasta Zucca, patate, pasta, pomodori pelati, cipolla, aglio, basilico, olio evo Merluzzo salvia e limone Merluzzo, salvia, limone, olio evo Composta di verdure Broccoli, cavolfiore, carote, aglio, prezzemolo	Polenta al parmigiano Polenta, parmigiano, olio evo Roast beef Carne di manzo, odori, aromi, olio evo Insalata mista Insalata, mais	Pasta al ragù di cappuccetto rosso Pasta, lenticchie, pomodori pelati, cipolla, sedano, carote, olio evo Crocchette al cavolfiore Cavolfiore, patate, pangrattato, uovo, latte, parmigiano, olio evo Fagiolini all'olio Fagiolini, olio evo	

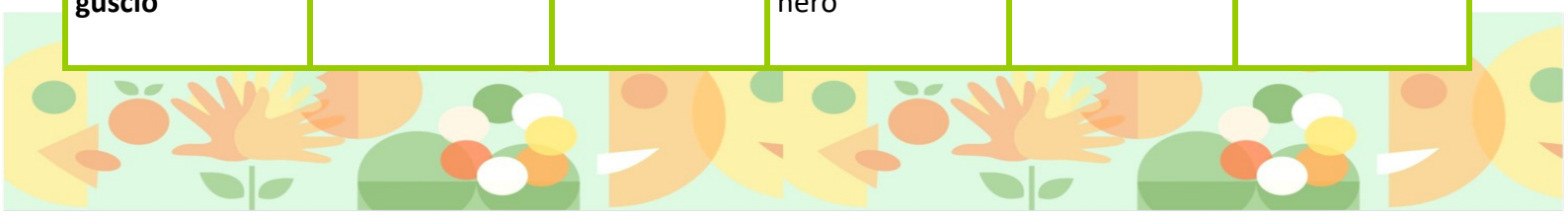


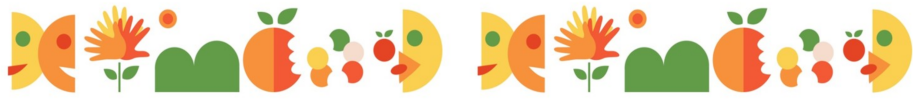
MENÙ AUTUNNO— INVERNO

Infanzia e Primaria

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

1 SETTIMANA	13-17 NOVEMBRE / 11-15 DICEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Pasta al pomodoro Mozzarella Zucca al forno	Riso al burro Filetto di merluzzo al pomodoro Purè di patate	Pasta al pesto di cavolo nero Frittata al parmigiano Insalata mista	Crudité di verdure Ravioli al pomodoro Yogurt	Crema di lattuga con orzo Medaglione di tacchino Pisellini saltati
Vegetariano (no carne no pesce)		Lenticchie al pomodoro			Sformato vegetariano
No carne si pesce					Sformato vegetariano
No maiale					
No glutine	Pasta al pomodoro senza glutine	Filetto di merluzzo al pomodoro senza glutine	Pasta al pesto di cavolo nero senza glutine	Ravioli al pomodoro senza glutine	Crema di lattuga con riso Medaglione di tacchino senza glutine
No latticini	Carne ai ferri	Riso all'olio Patate all'olio	Pasta al cavolo nero Frittata solo uovo	Gnocchi al pomodoro Frutta	Tacchino ai ferri
No uovo			Carne ai ferri	Gnocchi al pomodoro	Tacchino ai ferri
No frutta a guscio			Pasta al cavolo nero		





MENÙ AUTUNNO— INVERNO

Infanzia e Primaria

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

2 SETTIMANA	20-24 NOVEMBRE / 18-22 DICEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Pasta ai broccoli Coscia di pollo Fagiolini al vapore	Pasta agli aromi Uova strapazzate Erbette all'olio	Risotto alla zucca Stracchino Finocchi a quarti	Pasta integrale al pomodoro Polpette di ceci Insalata mista	Minestra in brodo vegetale Calamari e patate Carote prezzemolate
Vegetariano (no carne no pesce)	Cecina				Formaggio
No carne si pesce	Cecina				
No maiale					
No glutine	Pasta ai broccoli senza glutine	Pasta agli aromi senza glutine		Pasta al pomodoro senza glutine	Minestra in brodo vegetale senza glutine
No latticini		Uova strapazzate senza latticini	Carne ai ferri	Cecina	
No uovo		Carne ai ferri		Cecina	
No frutta a guscio					





MENÙ AUTUNNO— INVERNO

Infanzia e Primaria

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

3 SETTIMANA	27 NOVEMBRE—1 DICEMBRE / 8-12 GENNAIO				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Riso porri e pecorino Cotoletta di tacchino finto fritto Piselli agli aromi	Pasta al cavolfiore Uovo sodo con salsa verde Insalata mista	Pasta aglio e olio Polpette di pesce (scorfano) Spinacini saltati	Passato di verdura con farro Pizza	Pasta al pomodoro Spezzatino di maiale con verdure
Vegetariano (no carne no pesce)	Formaggio	No salsa verde	Sformato vegetariano		Fagioli con verdure
No carne si pesce	Formaggio				Fagioli con verdure
No maiale					Fagioli con verdure
No glutine	Cotoletta tacchino finto fritto senza glutine	Pasta al cavolfiore senza glutine Uovo sodo con salsa verde senza glutine	Pasta aglio e olio senza glutine Polpette di pesce senza glutine	Passato di verdura con riso Pizza senza glutine	Pasta al pomodoro senza glutine
No latticini	Riso ai porri			Pizza rossa senza tracce di allergeni	
No uovo			Pesce all'olio	Pizza senza tracce di allergeni	
No frutta a guscio				Pizza senza tracce di allergeni	



MENÙ AUTUNNO— INVERNO

Infanzia e Primaria

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

4 SETTIMANA	04-08 DICEMBRE /15-19 GENNAIO				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Pasta al pomodoro Ricotta Carote prezzemolate	Pasta al pesto di barbe rosse Bocconcini di pollo al limone Cruditè di finocchi e cavoli	Vellutata di zucca con pasta Merluzzo salvia e limone Composta di verdure	Polenta al parmigiano Roast beef Insalata mista	Pasta al ragù di cappuccetto rosso Crocchette al cavolfiore Fagiolini all'olio
Vegetariano (no carne no pesce)		Frittata	Formaggio	Ceci all'olio	
No carne si pesce		Frittata		Ceci all'olio	
No maiale					
No glutine	Pasta al pomodoro senza glutine	Pasta al pesto di barbe rosse senza glutine Bocconcini di pollo al limone senza glutine	Vellutata di zucca con pasta senza glutine Merluzzo salvia e limone senza glutine	Polenta senza glutine al parmigiano	Pasta al ragù di cappuccetto rosso senza glutine Crocchette di cavolfiore senza glutine
No latticini	Lenticchie all'olio	Pasta alle barbe rosse		Polenta all'olio	Frittata solo uovo
No uovo					Formaggio
No frutta a guscio		Pasta alle barbe rosse			



VALORIZZAZIONE INGREDIENTI

CEREALI E LEGUMI	
CEREALI E LEGUMI	I cereali e i legumi sono biologici, di filiera corta a Km0.
PASTA SECCA	La pasta di semola di grano duro, la pasta integrale e la pasta all'uovo sono essiccate a basse temperature e sono biologiche, di filiera toscana a km0. La pasta di grani antichi è prodotta da un'azienda del Mugello a filiera corta a Km0.
PASTA FRESCA E RIPIENA	La pasta fresca e la pasta ripiena sono prodotte da un pastificio artigianale del Mugello a filiera corta a Km0 e sono preparate solo con ingredienti freschi senza conservanti.
PANE	Il pane fresco preparato con farine ai grani antichi a kmo.
UOVA E LATTICINI	
UOVA	Le uova provengono da galline da allevamento all'aperto biologiche a filiera corta e a Km0.
PARMIGIANO	Il Parmigiano Reggiano è DOP.
FORMAGGI	I Formaggi sono di filiera corta a Km0 prodotti da aziende toscane.
STRACCHINO	Lo stracchino è biologico prodotto con latte italiano di alta qualità.
PESCE	
PESCE	Il Pesce proviene dal Mediterraneo e dall'Atlantico, dalle seguenti zone FAO: 27, 37, 47, 21, 41.
CARNE	
POLLO E TACCHINO	I prodotti avicoli sono allevati a terra e antibiotic free da allevamenti di filiera italiana.
MANZO E SUINO	Il manzo e il suino sono di filiera corta prevalentemente a Km0 e toscani.
FRUTTA E VERDURA	
FRUTTA	La frutta è biologica o da produzione integrata o proveniente da produttori locali. Le banane provengono da agricoltura biologica del mercato equo e solidale. Le arance sono in parte coltivate in terre confiscate dalla mafia.
VERDURA E ORTAGGI	La verdura è prevalentemente biologica o da produzione integrata o Km0.
CONDIMENTI E SALSE	
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	L'olio utilizzato per i condimenti è un "blend" di olii extra vergine d'oliva, costituito dalla miscela dei migliori olii extra vergine d'oliva biologici prodotti nel territorio di Bagno a Ripoli.
POMODORI PELATI	I pomodori pelati sono biologici, di filiera corta e di produzione interamente italiana.

