

Comune di Pontassieve



# MENÙ AUTUNNALE 2023

Infanzia, Primaria, Secondaria e Adulti

1 SETTIMANA	18-22 SETTEMBRE / 16- 20 OTTOBRE				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
<b>Pasta alle zucchine</b> Pasta, zucchine, basilico, odori, olio evo <b>Petto di pollo impanato</b> Pollo, pangrattato, aromi, olio evo <b>Piselli agli aromi</b> Piselli, olio evo, prezzemolo	<b>Spaghetti aglio e olio</b> Pasta, aglio, olio <b>Merluzzo alla livornese</b> Merluzzo, pelati, farina, prezzemolo, aglio, olio evo <b>Patate prezzemolate</b> Patate, prezzemolo, olio evo NIDI: PASTA CORTA ALL'OLIO	<b>Passato di ceci con pasta</b> Ceci, pomodori pelati, rosmarino, aglio, olio evo, odori <b>Mozzarella</b> Mozzarella <b>Pomodori e basilico</b> Pomodori, basilico, olio evo	<b>Riso al pomodoro</b> Riso, pomodori pelati, odori, basilico, olio evo <b>Polpette di melanzane</b> Melanzane, uovo, patate, pangrattato, cipolla, parmigiano, aglio, basilico <b>Spinaci all'olio</b> Spinaci, olio evo	<b>Schiacciata al pomodoro fresco</b> Schiacciata, pomodori freschi, basilico, olio evo <b>Cosciotto cotto</b> Carne di suino, aromi <b>Insalata mista</b> Insalata verde, radicchio NIDI: CREMA DI POMODORO CON ORZO, INSALATA VERDE	
2 SETTIMANA	25-29 SETTEMBRE / 23-27 OTTOBRE				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
<b>Pasta agli aromi</b> Pasta, rosmarino, salvia, alloro, prezzemolo, cipolla, aglio, olio evo <b>Scaloppina di tacchino al limone</b> Tacchino, limone, farina, olio evo <b>Carote filo</b> Carote	<b>Minestrone di verdura con farro</b> Patate, carote, cipolla, zucca, fagioli, cavolfiore, spinaci, pomodori pelati, lenticchie, verza, olio evo, farro <b>Pizza margherita</b> Base per pizza artigianale, mozzarella, pomodori pelati, olio evo	<b>Risotto agli spinaci</b> Riso, spinaci, cipolla, brodo vegetale, olio evo <b>Frittata</b> Uova, latte, parmigiano, olio evo <b>Fagiolini all'olio</b> Fagiolini, olio evo	<b>Pasta e piselli</b> Pasta, piselli, odori, olio evo <b>Polpettone</b> Vitellone, pane, parmigiano reggiano, formaggio, prosciutto crudo di Parma, uovo, odori, olio evo <b>Insalata e pomodori</b> Insalata, pomodori, olio evo	<b>Pasta al ragù di pesce</b> Pasta, anelli e ciuffi di calamari, pomodori pelati, odori, olio evo <b>Ricotta</b> Ricotta <b>Composta di verdure</b> Carote, zucchine, patate, olio evo NIDI: CREMA DI LATTUGA CON CROSTINI, MERLUZZO AL FORNO	
3 SETTIMANA	02-06 OTTOBRE / 30 OTTOBRE-03 NOVEMBRE				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
<b>Pasta integrale al pomodoro</b> Pasta integrale, pomodori pelati, odori, basilico, olio evo <b>Stracchino</b> Stracchino <b>Fagiolini saltati</b> Fagiolini, olio evo, aglio	<b>Riso al burro</b> Riso, burro <b>Uova strapazzate</b> Uova, latte, parmigiano, olio evo <b>Patate arrosto</b> Patate, rosmarino, salvia, olio evo	<b>Crema di carote e lenticchie con crostini</b> Carote, lenticchie rosse, patate, odori, crostini di pane <b>Bocconcini di pollo finto fritto</b> Pollo, pangrattato, odori, olio evo <b>Zucchine prezzemolate</b> Zucchine, olio, prezzemolo	<b>Pasta al sugo finto</b> Pasta, pomodori pelati, carote, cipolle, sedano, basilico, olio evo <b>Burger di pesce</b> Merluzzo, patate, uovo, pane, pangrattato, prezzemolo, aglio, limone <b>Insalata mista</b> Lattuga, radicchio, mais NIDI: INSALATA VERDE	<b>Pasta al pesto di zucchine</b> Pasta, zucchine, parmigiano, pinoli, basilico, aglio, olio evo <b>Arista</b> Arista di suino, salvia, rosmarino, olio evo <b>Erbette all'olio</b> Spinaci, bietole, olio evo NIDI: MINISTRA IN BRODO VEGETALE	
4 SETTIMANA	09-13 OTTOBRE / 06-10 NOVEMBRE				
lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
<b>Crema di zucchine con orzo</b> Zucchine, patate, cipolla, basilico, orzo, olio evo <b>Caciotta</b> Caciotta <b>Crudità</b> Carote, barbe rosse	<b>Tagliatelle al pomodoro</b> Pasta all'uovo, pomodori pelati, odori, basilico, olio evo <b>Bruschetta con fagioli</b> Pane, fagioli cannellini, salvia, rosmarino, olio evo <b>Spinaci all'olio</b> Spinaci, olio evo NIDI: PASTINA ALL'UOVO AL POMODORO, FAGIOLI AGLI AROMI	<b>Pasta agli aromi</b> Pasta, rosmarino, salvia, alloro, prezzemolo, cipolla, aglio, olio evo <b>Merluzzo al forno</b> Merluzzo, pangrattato, salvia olio evo <b>Carote brasate</b> Carote, porri, cipolla, olio evo	<b>Pasta al pesto di melanzane</b> Pasta, melanzane, parmigiano, noci, basilico, aglio, olio evo <b>Gateau di patate</b> Patate, uovo, formaggio, mozzarella, parmigiano, pangrattato, prezzemolo, olio evo <b>Piselli saltati</b> Piselli, aglio, prezzemolo, olio evo NIDI: MINISTRONE DI VERDURA CON PASTA	<b>Risotto al radicchio</b> Riso, radicchio, latte, burro, brodo vegetale, olio evo <b>Tacchino arrosto</b> Tacchino, salvia, rosmarino, olio evo <b>Insalata mista</b> Insalata, mais NIDI: INSALATA VERDE	

L'olio è extra vergine di oliva biologico del territorio, la frutta è di stagione prevalentemente biologica, il parmigiano è parmigiano reggiano DOP, il pane fresco è preparato con farina di grani antichi e a kmo.

Sei curioso di sapere come è fatta una nostra ricetta? Guarda sul nostro sito [www.siafcare.it](http://www.siafcare.it), oppure scrivici!

Alcuni piatti potrebbero presentare variazioni negli ingredienti in base alla stagionalità.

Menù validato dall'Azienda Sanitaria di Firenze prot. 3943740 del 4/8/22



# MENÙ AUTUNNALE 2023

Infanzia, Primaria, Secondaria e Adulti

## ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

1 SETTIMANA	18-22 SETTEMBRE / 16- 20 OTTOBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
<b>Menù del giorno</b>	Pasta alle zucchine  Petto di pollo impanato  Piselli agli aromi	Spaghetti aglio e olio  Merluzzo alla livornese  Patate prezzemolate	Passato di ceci con pasta  Mozzarella  Pomodori e basilico	Riso al pomodoro  Polpette di melanzane  Spinaci all'olio	Schiacciata al pomodoro fresco  Cosciotto cotto  Insalata mista
<b>Vegetariano (no carne no pesce)</b>	Frittata	Fagioli al pomodoro			Formaggio
<b>No carne si pesce</b>	Frittata				Formaggio
<b>No maiale</b>					Formaggio
<b>No glutine</b>	Pasta senza glutine alle zucchine  Petto di pollo senza glutine	Spaghetti aglio e olio senza glutine Merluzzo alla livornese senza glutine	Passato di ceci con pasta senza glutine	Polpette di melanzane senza glutine e latticini	Schiacciata al pomodoro fresco senza glutine
<b>No latticini</b>			Carne bianca ai ferri	Polpette di melanzane senza glutine e latticini	
<b>No uovo</b>				Carne bianca ai ferri	
<b>No frutta a guscio</b>					
<b>No pomodoro</b>		Pesce al vapore	Pasta all'olio, carote	Riso all'olio	Schiacciata all'olio



# MENÙ AUTUNNALE 2023

Infanzia, Primaria, Secondaria e Adulti

## ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

2 SETTIMANA	25-29 SETTEMBRE / 23-27 OTTOBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
<b>Menù del giorno</b>	Pasta agli aromi Scaloppina di tacchino al limone Carote filo	Minestrone di verdura con farro Pizza margherita	Risotto agli spinaci Frittata Fagiolini all'olio	Pasta e piselli Polpettone Insalata e pomodori	Pasta al ragù di pesce Ricotta Composta di verdure
<b>Vegetariano (no carne no pesce)</b>	Lenticchie			Polpettone di verdure	Pasta all'olio
<b>No carne si pesce</b>	Lenticchie			Polpettone di verdure	
<b>No maiale</b>				Hamburger di manzo	
<b>No glutine</b>	Pasta senza glutine agli aromi Scaloppina di tacchino senza glutine	Minestrone di verdura con riso Pizza senza glutine		Pasta senza glutine e piselli Polpettone senza glutine	Pasta senza glutine al ragù di pesce
<b>No latticini</b>		Pizza rossa	Frittata solo uovo	Hamburger di manzo	Cecina
<b>No uovo</b>			Pesce al vapore	Hamburger di manzo	
<b>No frutta a guscio</b>				Pasta all'olio	
<b>No pomodoro</b>		Pasta all'olio Formaggio Patate al vapore		Insalata verde	Pasta all'olio

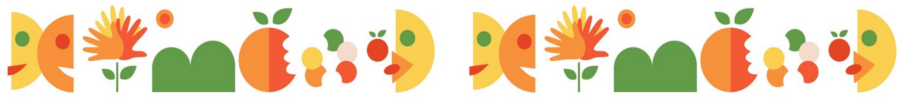


# MENÙ AUTUNNALE 2023

Infanzia, Primaria, Secondaria e Adulti

## ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

3 SETTIMANA	02-06 OTTOBRE / 30 OTTOBRE-03 NOVEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
<b>Menù del giorno</b>	Pasta integrale al pomodoro  Stracchino  Fagiolini all'olio	Riso al burro  Uova strapazzate  Patate arrosto	Crema di carote e lenticchie rosse con crostini Bocconcini di pollo fritto Zucchine prezzemolate	Pasta al sugo finto  Burger di pesce  Insalata mista	Pasta al pesto di zucchine  Arista  Erbette all'olio
<b>Vegetariano (no carne no pesce)</b>			Formaggio	Burger vegetale	Cecina
<b>No carne si pesce</b>			Formaggio		Cecina
<b>No maiale</b>					Cecina
<b>No glutine</b>	Pasta integrale senza glutine al pomodoro		Crema di carote e lent. rosse con crostini senza glutine Bocconcini pollo senza glutine	Pasta al sugo finto senza glutine Burger di pesce senza glutine	Pasta al pesto di zucchine senza glutine
<b>No latticini</b>	Lenticchie	Riso all'olio  Uova strapazzate no latticini			Pasta all'olio
<b>No uovo</b>		Cecina		Pesce al vapore	
<b>No frutta a guscio</b>					Pasta all'olio
<b>No pomodoro</b>	Pasta integrale all'olio			Pasta all'olio	



# MENÙ AUTUNNALE 2023

Infanzia, Primaria, Secondaria e Adulti

## ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

4 SETTIMANA	09-13 OTTOBRE / 06-10 NOVEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
<b>Menù del giorno</b>	Crema di zucchini con orzo  Caciotta  Crudità	Tagliatelle al pomodoro  Bruschetta con fagioli  Spinaci all'olio	Pasta agli aromi  Merluzzo al forno  Carote brasate	Pasta al pesto di melanzane  Gateau di patate  Piselli saltati	Risotto al radicchio  Tacchino arrosto  Insalata mista
<b>Vegetariano (no carne no pesce)</b>			Cecina		Formaggio
<b>No carne si pesce</b>					Formaggio
<b>No maiale</b>					
<b>No glutine</b>	Crema di zucchini con riso	Tagliatelle senza glutine al pomodoro Bruschetta senza glutine con fagioli	Pasta senza glutine agli aromi Merluzzo al forno senza glutine	Pasta senza glutine al pesto di melanzane Gateau di patate senza glutine	
<b>No latticini</b>	Hamburger			Pasta all'olio Frittata solo uovo	Riso all'olio
<b>No uovo</b>		Pasta di semola al pomodoro		Hamburger di manzo	
<b>No frutta a guscio</b>				Pasta all'olio	
<b>No pomodoro</b>		Tagliatelle all'olio			





## MENÙ AUTUNNALE 2023

### 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.

### 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 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.

