

## Il menù per l'Anno Scolastico 2016/2017

Il presente menù è stato elaborato sulla base dei contenuti delle Linee di Indirizzo Nazionali per la ristorazione scolastica e delle Linee Guida della Regione Toscana, che indicano i principi nutrizionali su cui costruire un menù che sia equilibrato e bilanciato rispetto alle esigenze alimentari dei bambini in età scolare e che promuova la varietà, la stagionalità e la tipicità degli alimenti.

Il menù è stato creato considerando anche il gradimento da parte dei bambini per i piatti proposti durante lo scorso anno scolastico, le osservazioni degli insegnanti che partecipano quotidianamente al momento mensa e dei genitori che hanno effettuato gli assaggi, nonché delle rilevazioni della Dietista incaricata dal Comune.

Grazie alla collaborazione con la Ditta di Ristorazione che si occupa della produzione e distribuzione dei pasti, sono state individuate le criticità e realizzate soluzioni alternative.

A seguito dell'iniziativa promossa dai genitori della Commissione Mensa durante lo scorso anno, che ha previsto a cadenza settimanale la sostituzione di un pasto con un piatto unico complesso dal punto di vista nutrizionale, sono stati selezionati i piatti unici che hanno riscosso maggiore apprezzamento e ne è stato previsto l'inserimento nel nuovo menù (individuabile dal colore rosso). In base alle valutazioni emerse al termine della fase sperimentale, è stato previsto che il progetto quest'anno sia rivolto soltanto alla Scuola Primaria; i piccoli della Scuola dell'Infanzia nelle stesse giornate riceveranno un pasto comunque composto da un primo e da un secondo piatto.

Lun 26 sett	Mart 27 sett	Merc 28 sett	Giov 29 sett	Ven 30 sett
pasta all'olio tacchino agli aromi fagiolini all'olio frutta fresca	pasta al pomodoro mozzarella carote file' frutta fresca	pasta al pesto di zucchine crocchette di pesce patate lesse frutta fresca	riso alla parmigiana Prosciutto cotto insalata mista frutta fresca	pasta al pomodoro e ricotta Manzo Arrosto spinaci all'olio frutta fresca

Lun 3 ott	Mart 4 ott	Merc 5 ott	Giov 6 ott	Ven 7 ott
pasta al pesto frittata di patate carote file' frutta fresca	passato di verdura con riso pollo arrosto pisellini all'olio frutta fresca	tortelli di patate al ragu'/pasta al ragu' x mat stracchino x materne insalata verde frutta fresca	risotto primavera arista agli aromi patate all'olio frutta fresca	pasta all'olio crocchette di pesce fagiolini all'olio frutta fresca

Lun 10 ott	Mart 11 ott	Merc 12 ott	Giov 13 ott	Ven 14 ott
pasta alle melanzane Tacchino al forno	pasta al burro polpette di manzo al pomodoro	pasta al pesto Pecorino	crema di carote con pasta pizza	riso al pomodoro pepite di mare
insalata con mais frutta fresca	bietola saltata frutta fresca	finocchi crudite' frutta fresca	frutta fresca	Carote all'olio frutta fresca

lun 17 ott	mart 18 ott	merc 19 ott	giov 20 ott	ven 21 ott
minestra in brodo vegetale con pasta	ravioli ricotta e spinaci al ragu'/pasta al ragu' x mat	risotto ai porri	pasta all'olio	pasta al pomodoro
pollo arrosto pisellini all'olio frutta fresca	mozzarella x materne insalata mista frutta fresca	arista agli agrumi pure' di patate frutta fresca	prosciutto cotto carote file' frutta fresca	hamburger di pesce fagiolini all'olio frutta fresca

lun 24 ott	mart 25 ott	merc 26 ott	giov 27 ott	ven 28 ott
pasta all'olio tacchino agli aromi insalata con mais frutta fresca	pasta al pomodoro mozzarella carote file' frutta fresca	pasta al pesto di zucchine crocchette di pesce patate lesse frutta fresca	riso alla parmigiana Prosciutto cotto insalata mista frutta fresca	pasta al pomodoro e ricotta Manzo arrosto spinaci all'olio frutta fresca

Lun 31 ott	Mart 1 nov	Merc 2 nov	Giov 3 nov	Ven 4 nov
pasta all'olio prosciutto cotto carote file' frutta fresca	<b>festa</b>	riso al pomodoro omelette al formaggio pisellini all'olio frutta fresca	lasagne al ragu' mozzarella x mat insalata frutta fresca	pasta alla pizzaiola sformato di pesce frutta fresca

lun 7 nov	mart 8 nov	merc 9 nov	giov 10 nov	ven 11 nov
passato di verdura con pasta pizza frutta fresca	pasta e patate manzo arrosto fagiolini all'olio frutta fresca	risotto alla zucca pecorino insalata verde frutta fresca	pasta al al pomodoro bocc. di pollo al latte spinaci saltati dolcetto/frutta fresca	pasta al burro bastoncini di pesce patate e carote all'olio frutta fresca

lun 14 nov	mart 15 nov	merc 16 nov	giovedì 17 nov	ven 18 nov
pasta al pomodoro e ricotta hamburger al limone insalata verde con mais frutta fresca	vellutata di piselli carote e patate con riso frittata di patate spinaci al vapore frutta fresca	pasta all'olio prosciutto cotto carote file' frutta fresca	tortelli di patate al ragu'/pasta al ragu' x mat mozzarella x mat insalata verde frutta fresca	pastina in brodo vegetale Tacchino agli aromi Purè di patate frutta fresca

lun 21 nov	mart 22 nov	merc 23 nov	giovedì 24 nov	ven 25 nov
risotto alla parmigiana Stracchino Insalata con carote file' frutta fresca	pasta al pomodoro hamburger di pesce carote all'olio frutta fresca	minestra in brodo vegetale con pasta Petto di pollo alla mugnaia/alla salvia piselli all'olio frutta fresca	pasta al burro arista al forno fagiolini saporiti frutta fresca	pasta pasticciata /pasta al ragu' x mat prosc. cotto x mat insalata mista frutta fresca

Lun 28 nov	Mart 29 nov	Merc 30 nov	Giovedì 1 dic	Ven 2 dic
riso al pomodoro Pollo arrosto Insalata mista frutta fresca	pastina in brodo bastoncini di pesce Purè di patate frutta fresca	lasagne al ragu' mozzarella x mat insalata frutta fresca	crema di ceci con pasta omelette al formaggio bietola all'olio frutta fresca	pasta al burro hamburger purè di patate frutta fresca

Lun 5 dic	Mart 6 dic	Merc 7 dic	Giovedì 8 dic	Ven 9 dic
passato di verdura con pasta pizza frutta di stagione	pasta e patate manzo arrosto fagiolini all'olio frutta di stagione	risotto alla zucca pecorino insalata verde frutta di stagione	<b>FESTA</b>	pasta all'olio prosciutto cotto carote file' frutta di stagione

lun 12 dic	mart 13 dic	merc 14 dic	giovedì 15 dic	ven 16 dic
pasta al pomodoro e ricotta hamburger al limone insalata verde con mais frutta fresca	vellutata di piselli carote e patate con riso frittata di patate spinaci al vapore frutta fresca	pasta all'olio prosciutto cotto carote file' frutta fresca	tortelli di patate al ragu'/pasta al ragu' x mat mozzarella x mat insalata verde frutta fresca	pastina in brodo vegetale Tacchino agli aromi Purè di patate frutta fresca

lun 19 dic	mart 20 dic	merc 21 dic	giovedì 22 dic Menù di Natale	ven 23 dic
risotto alla parmigiana Stracchino Insalata con carote file' frutta fresca	pasta al pomodoro hamburger di pesce carote all'olio frutta fresca	pasta al burro Petto di pollo alla mugnaia/alla salvia piselli all'olio frutta fresca	Tortellini in brodo Arista al forno Purè di patate/Patate arrosto Dolce	pasta pasticciata /pasta al ragu' x mat prosc. cotto x mat insalata mista frutta fresca

Lun 9 genn	Mart 10 genn	Merc 11 genn	Giov 12 genn	Ven 13 gen
pasta all'olio Prosciutto cotto Carote file' frutta fresca	pastina in brodo crocchette di pesce Purè di patate frutta fresca	lasagne al ragu' mozzarella x mat insalata frutta fresca	crema di ceci con pasta omelette al formaggio bietola all'olio frutta fresca	pasta alla pizzaiola Arista arrosto Fagiolini all'olio frutta fresca

lun 16 genn	mart 17 genn	merc 18 genn	giovedì 19 genn	ven 20 genn
passato di verdura con pasta pizza frutta fresca	pasta e patate manzo arrosto fagiolini all'olio frutta fresca	risotto alla zucca pecorino insalata verde frutta fresca	Gnocchi al pomodoro bocc. di pollo al latte spinaci saltati dolcetto/frutta fresca	pasta al burro hamburger di pesce patate e carote all'olio frutta fresca

lun 23 genn	mart 24 genn	merc 25 genn	giovedì 26 genn	ven 27 genn
pasta al pomodoro e ricotta	ravioli ricotta e spinaci al ragu' / pasta al ragu' x mat	pasta all'olio	riso e piselli	pasta al pomodoro
pepite di mare	prosciutto cotto x mat	fagioli all'uccelletto con salsiccia di pollo	polpettone di manzo al pomodoro	rotolini dorati
pisellini all'olio	insalata mista		Carote file'	finocchi crudite'
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

lun 30 genn	mart 31 genn	merc 1 febb	giovedì 2 febb	ven 3 febb
risotto alla parmigiana	passato di verdure con pasta	tortelli di patate al ragu' /pasta al ragu' x mat	pasta al al pomodoro	pasta all'olio
bocconcini di pollo al tegame	prosciutto cotto	frittata al formaggio x mat	arista al forno	polpette di legumi
insalata con mais	spinaci saltati	insalata e finocchi crudite'	fagiolini saporiti	bietola saltata
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

Lun 6 febb	Mart 7 febb	Merc 8 febb	Giovedì 9 febb	Ven 10 febb
Tagliatelle al pomodoro	pasta all'olio	polenta al ragu'	Risotto alle carote	passato di verdura con orzo
arista arrosto	omelette al formaggio	prosciutto cotto	polpette di manzo	pizza
insalata con mais	bietola saltata	insalata mista	pure' di patate	
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

lun 13 febb	mart 14 febb	merc 15 febb	giovedì 16 febb	ven 17 febb
Pasta al burro	Pastina in brodo	pasta al pomodoro	lasagne al forno	crema di fagioli cannellini con pasta
mozzarella	polpette vegetali	bocc. di pollo al latte	stracchino x materne	sformato di pesce
spinaci saltati	carote al tegame	fagiolini all'olio	insalata e finocchi	<b>senza contorno</b>
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

lun 20 febb	mart 21 febb	merc 22 febb	giov 23 febb	ven 24 febb
pasta al pomodoro e ricotta	ravioli ricotta e spinaci al ragu'/ pasta al ragu' x mat	pasta all'olio	riso e piselli	pasta al pomodoro
Tacchino arrosto	prosciutto cotto x mat	fagioli all'ucelletto con salsiccia di pollo	polpettone di manzo al pomodoro	Rotolini dorati
pisellini all'olio	insalata mista	frutta fresca	carote file'	finocchi crudite'
frutta fresca	frutta fresca		frutta fresca	frutta fresca

lun 27 feb	mart 28 feb	merc 1 mar	giov 2 mar	ven 3 mar
risotto alla parmigiana	passato di verdure con pasta	tortelli di patate al pomodoro /pasta al pomodoro x mat	pasta al al pomodoro	pasta all'olio
prosciutto cotto	bocconcini di pollo al tegame	frittata al formaggio x mat	arista al forno	mozzarella
insalata con mais	purè di patate/patate arrosto	insalata e finocchi crudite'	fagiolini saporiti	bietola saltata
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

Lun 6 mar	Mart 7 mar	Merc 8 mar	Giov 9 mar	Ven 10 mar
pasta al pesto	bruschetta al pomodoro	polenta al ragu'	riso al pomodoro	passato di verdura con orzo
Pollo arrosto	omelette al formaggio	prosciutto cotto	Hamburger di manzo	pizza
piselli all'olio	carote saltate	insalata mista	bietola saltata	
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

lun 13 mar	mart 14 mar	merc 15 mar	giov 16 mar	ven 17 mar
risotto allo zafferano/ai porri	pasta all'olio	pasta al pomodoro	lasagne al forno	crema di fagioli cannellini con pasta
mozzarella	polpette vegetali	bocconcini di pollo al latte	stracchino x materne	sformato di pesce
spinaci saltati	carote al tegame	fagiolini all'olio	insalata e finocchi	<b>senza contorno</b>
frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca

lun 20 mar	mart 21 mar	merc 22 mar	giovedì 23 mar	ven 24 mar
pasta al pomodoro e ricotta Tacchino agli aromi pisellini all'olio frutta fresca	ravioli ricotta e spinaci al ragu'/ pasta al ragu' x mat prosciutto cotto x mat  insalata mista frutta fresca	pasta all'olio fagioli all'uccelletto con salsiccia di pollo  frutta fresca	pasta al pomodoro arista al rosmarino purè di patate frutta fresca	pastina in brodo pecorino insalata e finocchi frutta fresca

lun 27 mar	mar 28 mar	merc 29 mar	giovedì 30 mar	ven 31 mar
pasta all'olio bocconcini di pollo al tegame insalata con mais frutta fresca	passato di verdure con pasta prosciutto cotto spinaci saltati frutta fresca	tortelli di patate al ragu'/pasta al ragu' frittata al formaggio x mat. insalata e finocchi crudite' frutta fresca	risotto alla parmigiana Arrosti di manzo carote file' frutta fresca	pasta alle verdure di stagione pepate di mare bietola saltata frutta fresca

Lun 3 apr	Mart 4 apr	Merc 5 apr	Giovedì 6 apr	Ven 7 apr
passato di verdura con pasta pizza  frutta fresca	pasta al burro Petto di pollo alla salvia patate lesse frutta fresca	bruschetta al pomodoro bocc. mozzarella insalata verde frutta fresca	pasta al pomodoro e ricotta rotolini dorati fagiolini all'olio frutta fresca	risotto di carote pepate di mare carote file' frutta fresca

lun 10 apr	mart 11 apr	merc 12 apr		
pasta al pesto Tacchino arrosto insalata mista frutta fresca	pasta al pomodoro pecorino piselli saporiti frutta di stagione	<b>vacanze pasqua</b>	<b>vacanze pasqua</b>	<b>vacanze pasqua</b>

		merc 19 apr	giovedì 20 apr	ven 21 apr
<b>vacanze pasqua</b>	<b>vacanze pasqua</b>	pasta all'olio prosciutto cotto carote file' frutta di stagione	pasta al pesto arista al rosmarino purè di patate frutta fresca	riso e piselli mozzarella insalata verde con mais frutta fresca

lun 24 apr	mart 25 apr	merc 26 apr	giovedì 27 apr	ven 28 apr
	<b>festa</b>	pasta al burro pecorino insalata con carote file' frutta fresca	risotto alle verdure crocchette di pesce fagiolini al pomodoro frutta fresca	pasta al pomodoro hamburger di pollo e tacchino pisellini saporiti frutta fresca

Lun 1 mag	Mart 2 mag	Merc 3 mag	Giovedì 4 mag	Ven 5 mag
<b>FESTA</b>	pasta all'olio prosciutto cotto carote file' frutta fresca	pasta al pesto tacchino arrosto bietola all'olio frutta di stagione	bruschetta al pomodoro mozzarella insalata verde frutta fresca	pastina in brodo sformato di pesce frutta di stagione

Lun 8 mag	Mart 9 mag	Merc 10 mag	Giovedì 11 mag	Ven 12 mag
pasta al pomodoro Arista agli agrumi Carote al pomodoro frutta fresca	pasta al sugo di pesce omelette al formaggio Pisellini all'olio frutta di stagione	crema di verdure estive con pasta pizza frutta fresca	risotto alle carote Polpette di manzo insalata mista frutta fresca	pasta al pesto di zucchine petto di pollo alla salvia pure' di patate frutta fresca

Lun 15 mag	Mart 16 mag	Merc 17 mag	Giovedì 18 mag	Ven 19 mag
minestra in brodo vegetale con pasta prosciutto cotto pomodori frutta fresca	<b>gnocchi di patate al ragu'/pasta al ragu' x mat frittata x mat insalata verde frutta fresca</b>	riso al pomodoro mozzarella pisellini saporiti frutta fresca	pasta al pesto tacchino agli aromi carote file' frutta fresca	pasta alle melanzane pepite di mare patate all'olio frutta fresca



Lun 22 mag	Mart 23 mag	Merc 24 mag	Giov 25 mag	Ven 26 mag
pasta al pomodoro arista arrosto carote all'olio frutta fresca	pasta al burro polpette di legumi insalata mista frutta fresca	pasta al pesto di zucchine pecorino Fagiolini all'olio frutta fresca	riso alla parmigiana rotolini dorati insalata e pomodori frutta fresca	crema di carote con pasta hamburger di pollo spinaci all'olio frutta fresca
Lun 29 mag	Mar 30 mag	Merc 31 mag	Giov 1 giu	Ven 2 giu
passato di verdura con pasta riso pizza frutta di stagione	pasta all'olio pollo arrosto piselli saporiti frutta fresca	pasta al pesto Polpette o burger di pesce carote file' frutta di stagione	bruschetta al pomodoro mozzarella insalata verde frutta fresca	<b>FESTA</b>
Lun 5 giu	Mart 6 giu	Merc 7 giu	Giov 8 giu	Ven 9 giu
pasta al pomodoro e ricotta Crocchette di pesce Carote al pomodoro frutta fresca	risotto alla parmigiana omelette al formaggio Pisellini all'olio frutta di stagione	crema di verdure estive con pasta pizza frutta fresca	pasta all'olio Polpette di manzo insalata mista frutta fresca	pasta al pesto di zucchine petto di pollo alla salvia pure' di patate frutta fresca
Lun 12 giu	Mart 13 giu	Merc 14 giu	Giov 15 giu	Ven 16 giu
pasta pomodoro e basilico Prosciutto cotto insalata frutta fresca	pasta al ragu' tacchino agli aromi fagiolini all'olio frutta fresca	crema di verdure estiva con crostini frittata di zucchine piselli saporiti frutta fresca	pasta al pesto mozzarella pomodori frutta fresca	pasta alle melanzane pepite di mare carote file' frutta fresca

Lun 19 giu	Mart 20 giu	Merc 21 giu	Giov 22 giu	Ven 23 giu
pasta al pomodoro arista arrosto carote all'olio frutta fresca	pasta all'olio Frittata Pisellini all'olio frutta fresca	pasta al pesto di zucchine Stracchino pomodori frutta fresca	riso al pomodoro bastoncini di pesce insalata verde frutta fresca	minestrone di verdura con pasta hamburger di pollo fagiolini all'olio frutta fresca
Lun 26 giu	Mart 27 giu	Merc 28 giu	Gio 29 giu	Gio 30 giu
pasta al pesto prosciutto cotto pomodori frutta di stagione	pasta all'olio pollo arrosto carote file' frutta fresca	bruschetta al pomodoro mozzarella insalata verde frutta fresca	risotto primavera sformato di pesce frutta di stagione	pasta al pomodoro Rotolini dorati fagiolini all'olio frutta di stagione