

# menù PRIMAVERA

31 marzo - 24 aprile

Nidi

# menu Nidi

31 MARZO - 4 APRILE

LUNEDÌ

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

MARTEDÌ

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

MERCOLEDÌ

Riso agli spinaci\*  
Cecina\*  
Lattughino con mais  
Frutta

GIOVEDÌ

Penne di grani antichi al pesto  
di basilico  
Frittata con porri  
Spinaci\* all'olio  
Frutta

VENERDÌ

Crema di verdure\* con pastina  
Merluzzo\* con panatura  
agli aromi  
Fagiolini\* all'olio  
Frutta

SETTIMANA

1

7-11 APRILE

LUNEDÌ

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

MARTEDÌ

Riso agli asparagi\*  
Salsiccia al forno  
Spinaci\* all'olio  
Frutta

MERCOLEDÌ

Fusilli agli aromi  
Uovo sodo  
Pisellini\* all'olio  
Frutta

GIOVEDÌ

**MENU GREEN FOOD WEEK**  
Quadrucci al ragù  
di lenticchie  
Lattughino con carote e mais  
Tortino ai fichi<sup>1</sup>



VENERDÌ

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

SETTIMANA

2

14-16 APRILE

LUNEDÌ

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

MARTEDÌ

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

MERCOLEDÌ

Pasta e ceci  
Torta salata\*<sup>2</sup>  
Carote filangé  
Colomba



23-24 APRILE

LUNEDÌ



MARTEDÌ



MERCOLEDÌ

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

GIOVEDÌ

Caserecce al pesto di basilico  
Halibut\* olio e limone  
Carote baby\* all'olio  
Frutta

VENERDÌ



SETTIMANA

3

SETTIMANA

4

# 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

I quadrucci sono prodotti 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 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.



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!