



GUSTANDO SI IMPARA

a rispettare, assaporare, non sprecare!


CIRFOOD
EDUCATION



COMUNE DI POGGIBONSI

Nido e scuola d'infanzia



LA CULTURA DELLA RISTORAZIONE



CIRFOOD propone una ristorazione scolastica che si qualifica attraverso la ricerca di modalità nutrizionali vicine alle esigenze dei bambini, rispettose della loro salute ma soprattutto che li sostiene nella formazione di un corretto approccio col cibo, attraverso la sperimentazione di nuovi gusti e la composizione equilibrata dei sapori. Una ristorazione scolastica che promuove la cultura dell'alimentazione sana e del benessere che è cura del corpo e conoscenza di se stessi rispetto alla fruizione del cibo.

La corretta alimentazione è parte integrante di uno stile di vita salutare.

Da anni **CIRFOOD** ha aperto un dialogo con genitori e insegnanti degli oltre 200.000 ragazzi delle scuole che gestisce, per creare un modello di comportamento e di vita, un'educazione e un'alimentazione sana e consapevole.

Nel concreto offre attività didattiche per genitori, insegnanti e bambini che valorizzano le migliori caratteristiche dell'appalto (prodotti biologici, equo e solidali, provenienti dalle terre confiscate alla mafia).

LA QUALITÀ DEL SERVIZIO

La scoperta e la valorizzazione della diversità è per **CIRFOOD** un importante filo conduttore nell'ambito delle iniziative educative. Il momento del pasto è un'occasione importante per sensibilizzare i bambini a osservare e gustare piatti diversi, legati alle tradizioni alimentari locali ed etniche. Per questo motivo siamo sempre disponibili a realizzare sperimentazioni e innovazioni nei menu, negli ambienti, nel servizio, in collaborazione con la commissione mensa (e ristoratori), genitori, insegnanti e ASL.

In questa nuova avventura abbiamo privilegiato la filiera corta, che verrà utilizzata per alcuni prodotti nei periodi in cui saranno reperibili sul mercato.

DIETE SPECIALI

Se i bambini presentano patologie particolari, la ristorazione scolastica può preparare diete differenziate. La dietista elabora i menu sostitutivi per patologia attenendosi il più possibile al menu di base. Ogni pasto è confezionato in contenitori singoli nominativi. La dieta speciale verrà fornita a seguito di presentazione di certificato medico che andrà rinnovato a inizio di ogni anno scolastico.

DIETE ETICO/RELIGIOSE

A seguito di autocertificazione, verranno forniti pasti alternativi rispettosi delle scelte religiose e/o culturali.

In caso di sciopero del personale dell'impresa appaltatrice, quest'ultima fornirà un cestino in modo che tale pasto possa essere consumato in classe.

LA PIRAMIDE ALIMENTARE

CONSUMO AL MINIMO
CARNE ROSSA, INSACCATI

CONSUMO AL MINIMO
DOLCIUMI, BEVANDE GASSATE,
FRITTURA, CONDIMENTI

2 PORZIONI SETTIMANALI DI
FORMAGGI

1/2 PORZIONI SETTIMANALI DI
UOVA, TUBERI, RADICI

MAX. 3 PORZIONI SETTIMANALI
DI CARNE BIANCA
MAIALE MAGRO, AGNELLO,
CONIGLIO, ANATRA

3/4 PORZIONI SETTIMANALI DI PESCE
ALICI, SARDE, CALAMARI,
MERLUZZO, GAMBERI, ECC.

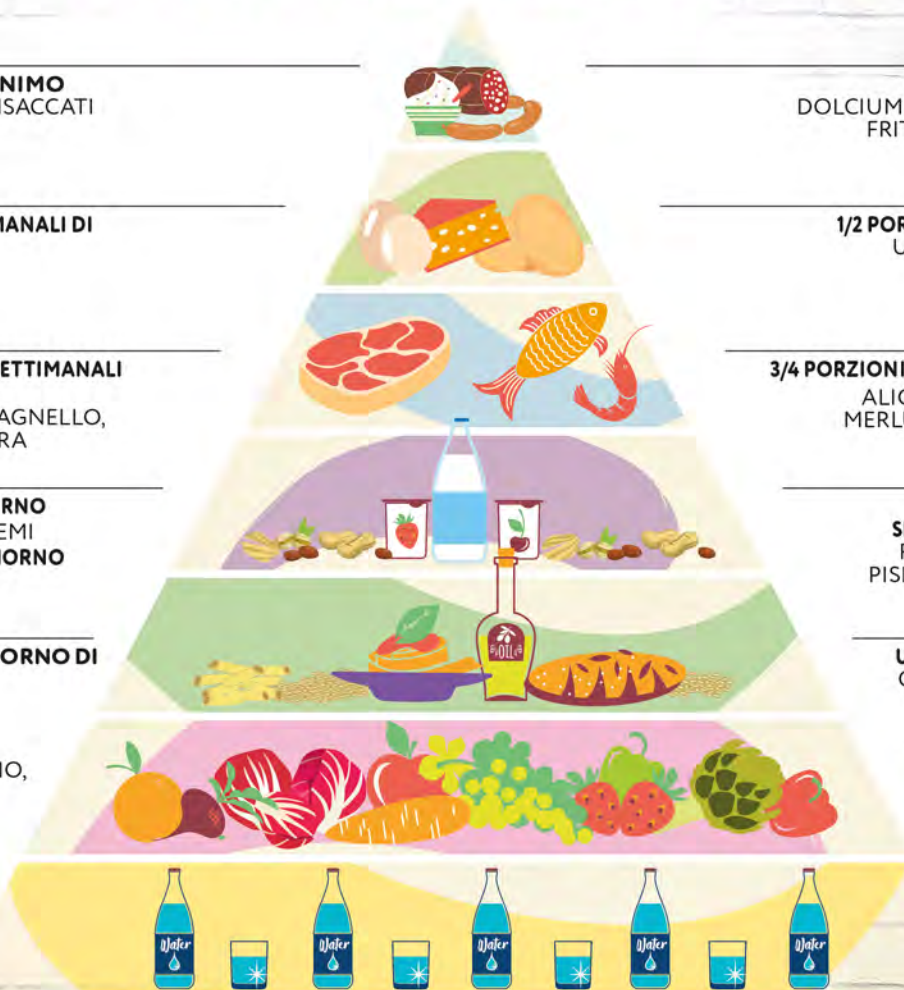
1 PORZIONE AL GIORNO
FRUTTA SECCA, SEMI
1/2 PORZIONE AL GIORNO
LATTE E YOGURT

4/5 PORZIONI
SETTIMANALI DI LEGUMI
FAGIOLI, LENTICCHIE,
PISELLI, CECI, SOIA, FAVE

3/5 PORZIONI AL GIORNO DI
CEREALI
GRANO, MAIS,
FARRO, ORZO,
SORGO, MIGLIO,
GRANO SARACENO,
QUINOA, RISO
PARBOILED.
PREFERIRE
CEREALI
INTEGRALI

UTILIZZO GIORNALIERO
OLIO EXTRA VERGINE
D'OLIVA

3/5 PORZIONI AL
GIORNO DI FRUTTA
E VERDURA
MEGLIO SE
DI STAGIONE
VARIANDO
COLORI E
CONSISTENZE



ACQUA: assunzione giornaliera adeguata; SALE: moderarne sempre l'utilizzo nei pasti
FAVORIRE convivialità, biodiversità e stagionalità, prodotti locali ed ecologici.

TROPPO BUONO PER ESSERE SPRECO

Il cibo non è fatto per andare nella spazzatura, ecco perché quest'anno, **mese per mese**, scopriremo come ridurre gli scarti alimentari, fare una corretta differenziata e in generale attuare quei **piccoli grandi gesti** che possono far bene alla natura che ci circonda.

Parti alla salvaguardia dell'ambiente anche tu!



NON RIFIUTARE il cibo se credi non ti
piaccia e **NON ECCEDERE** se ti fa gola:
cerca sempre di mettere nel piatto la
GIUSTA PORZIONE per evitare sprechi!



MENU AUTUNNALE NIDO



Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

RISOTTO AGLI SPINACI
SFORNATO CON
PROSCIUTTO COTTO
INSALATA

M: SCHIACCIATA

PASTA AL RAGÙ
PURÈ DI CECI
VERDURE MISTE AL
FORNO

M: YOGURT ALLA FRUTTA

PASTA AL POMODORO
FILETTI DI PESCE AL
FORNO
FINOCCHI CRUDI

M: FRUTTA DI STAGIONE

PASSATO DI FAGIOLI
CON PASTA
MOZZARELLA
CAROTE CRUDE

M: PIZZETTA

MINESTRA IN BRODO
VEGETALE
SCALOPPINA ALLA
SALVIA
PURÈ

M: PANE E OLIO

2
Set

PASTA AL POMODORO
TACCHINO AL FORNO
CAROTE ALL'OLIO

M: CROSTATA ALLA
FRUTTA

PASTA ALL'OLIO
MERLUZZO ALLA
LIVORNESE
BROCCOLI SALTATI

M: FRUTTA DI STAGIONE

CREMA DI CECI CON RISO
SFORNATO DI SPINACI

M: PANE E OLIO

PASTA ALLA ZUCCA
ARROSTO DI MANZO
FAGIOLINI AL LIMONE

M: YOGURT ALLA FRUTTA

RISOTTO ALLA
PARMIGIANA
CROCCHETTE DI
LENTICCHIE
VERDURE MISTE AL
FORNO

M: PANE E MARMELLATA

3
Set

CREMA DI ZUCCA GIALLA
SCALOPPINA ALLA
PIZZAIOLA
CAVOLFIORÈ ALL'OLIO

M: POLPA DI FRUTTA

PASSATO DI VERDURE
CON CROSTINI DI PANE
POLLO AL LIMONE
CAROTE ALL'OLIO

M: SCHIACCIATA

RISO ALLE VERDURE
HALIBUT ALL'OLIO
PATATE LESSE

M: PANE E OLIO

PASTA E FAGIOLI
PECORINO FRESCO
FAGIOLINI ALL'OLIO

M: FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
FRITTATA ALLE ERBETTE

M: TORTA ALLO YOGURT

4
Set

VELLUTATA DI ZUCCA
CON ORZO
PETTO DI TACCHINO AL
LIMONE
CAVOLO ALL'OLIO

M: PIZZETTA

CREMA DI LENTICCHIE
CON PASTA
STRACCHINO
VERDURE AL VAPORE

M: PANE E OLIO

PASTA ALLA PIZZAIOLA
ARISTA
BIETOLE ALL'OLIO

M: FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO ALLE VERDURE
NASELLO AL FORNO
PURÈ

M: PANE E MARMELLATA

TORTELLINI AL
POMODORO
CAROTE E FINOCCHI
FILANGÈ

M: YOGURT ALLA FRUTTA

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi, soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Frutta acerba e verdura insapore? Forse non è stagione! **SCEGLI PRODOTTI DI STAGIONE** per gustarli al massimo di **GUSTO E POTERE NUTRITIVO.**



MENU INVERNALE NIDO

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

PASTA POMODORO E
RICOTTA
FILETTI DI MERLUZZO AL
FORNO
SPINACI ALL'OLIO
M: PIZZETTA

PASSATO DI LENTICCHIE
CON CROSTINI DI PANE
PROSCIUTTO COTTO
PINZIMONIO
M: PANE E OLIO

PASTA AL RAGÙ VEGETALE
SFORNATO DI
CAVOLFOIRE
PECORINO FRESCO
CAVOLFOIRE ALL'OLIO
M: FRUTTA DI STAGIONE

CREMA DI ZUCCA CON
PASTINA
ARROSTO DI MANZO
PATATE ARROSTO
M: YOGURT ALLA FRUTTA

PASSATO DI VERDURE
CON RISO
UOVO SODO
CAROTE CRUDE
M: DOLCE CON
MARMELLATA

2
Set

PASSATO DI VERDURE
CON CROSTINI DI PANE
BOCCONCINI DI POLLO
ALLE VERDURE
M: FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO AGLI SPINACI O
CARCIOFI
MOZZARELLA
CAROTE E FAGIOLINI
ALL'OLIO
M: PANE E MARMELLATA

MINISTRA IN BRODO
VEGETALE
SCALOPPINA ALLA
PIZZAIOLA
FAGIOLINI ALL'OLIO
M: YOGURT ALLA FRUTTA

PASTA AL POMODORO
POLPETTE DI PESCE
SPINACI ALL'OLIO
M: SCHIACCIATA

PASTA ALL'OLIO
FRITTATA
CAVOLFOIRE ALL'OLIO
M: POLPA DI FRUTTA

3
Set

CREMA DI VERDURE
FILETTI DI PESCE AL
POMODORO
PATATE LESSE
M: PANE E OLIO

PASTA AL PESTO
INVERNALE
SENZA PINOLI
ARISTA AL LATTE
FAGIOLINI OLIO
M: PANE E MARMELLATA

RISOTTO AI PORRI
BRASATO
BIETOLE SALTATE
M: YOGURT ALLA FRUTTA

PASSATO DI FAGIOLI CON
PASTA
SFORNATO DI VERDURE
M: FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
STRACCHINO
MISTO DI VERDURE AL
FORNO
M: TORTA ALLO YOGURT

4
Set

RISO ALLE VERDURE
PROSCIUTTO COTTO
FINOCCHI CRUDI O COTTI
M: PANE E OLIO

PASTA E CECI
TORTINO DI VERDURE E
PATATE
M: SCHIACCIATA

PASTA AI BROCCOLI
SCALOPPINA DI
VITELLONE ALLA SALVIA
PURE
M: FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO ALLA
PARMIGIANA
PETTO DI POLLO
IMPANATO
BIETOLE SALTATE
M: YOGURT ALLA FRUTTA

PASTA AL POMODORO
BURGER DI PESCE
CAROTE PREZZEMOLATE
M: PANE E MARMELLATA

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi, soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Preferisci **PRODOTTI DEL TERRITORIO**:
sono tipici della tua regione, sempre freschi
e super ecologici perché per arrivare da te
devono fare **CHILOMETRI ZERO!**



MENU ESTIVO NIDO

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

PASTA AL PESTO
PETTO DI POLLO AGLI
AROMI
VERDURE AL VAPORE
M: PIZZETTA

RISOTTO ALLE ZUCCHINE
FILETTO DI MERLUZZO AL
FORNO/
CROCCETTE DI PESCE
POMODORI
M: PANE E OLIO

MINISTRA D'ORZO
SCALOPPINA DI
VITELLONE AL
POMODORO
PISELLI
M: POLPA DI FRUTTA

PASTA ALLA RICOTTA
PROSCIUTTO COTTO
PINZIMONIO
M: CROSTATA ALLA
FRUTTA

PASTA AL POMODORO E
BASILICO
FRITTATA DI ZUCCHINE
M: FRUTTA DI STAGIONE

2
Set

PASSATO DI VERDURE
CON PASTA
TACCHINO AL FORNO
PURÉ
M: SCHIACCIATA

PASTA ALLE ZUCCHINE
MOZZARELLA
POMODORI
M: FRUTTA DI STAGIONE

PASTA POMODORO E
RICOTTA
POLPETTE DI FAGIOLI
ZUCCHINE ALL'OLIO
M: PANE E POMODORO

PASTA ALL'OLIO
SCALOPPINE DI MAIALE
AL LIMONE
CAROTE FILANGÉ
M: TORTA ALLO YOGURT

RISOTTO CON VERDURE
MERLUZZO ALLA
LIVORNESE
FAGIOLINI ALL'OLIO
M: YOGURT

3
Set

PASTA ALL'UOVO AL
RAGÙ
POLPETTE DI PISELLI
M: PANE E POMODORO

PASTA AL PESTO
FILETTI DI PESCE
ALL'ISOLANA
INSALATA
M: FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO DI VERDURE
PARMIGIANO REGGIANO
VERDURE MISTE AL
VAPORE
M: SCHIACCIATA

PASTA AL POMODORO
FRESCO E BASILICO
ARROSTO DI MANZO
CAROTE ALL'OLIO
M: POLPA DI FRUTTA

PASTA ALL'OLIO
PROSCIUTTO COTTO
ZUCCHINE TRIFOLATE
M: PIZZETTA

4
Set

PASTA AL POMODORO
FRESCO (CALDO)
FETTINE DI TACCHINO
ALLA PIZZAIOLA
INSALATA
M: PANE E OLIO

RISOTTO CON PISELLI
RICOTTA
FAGIOLINI AL LIMONE
M: POLPA DI FRUTTA

PASTA ALLE MELANZANE
TORTINO DI ZUCCHINE
FAGIOLINI
M: CROSTATA ALLA
FRUTTA

PASSATO DI VERDURE
CON RISO
ARISTA AL FORNO
VERDURE MISTE AL
FORNO
M: PANE E POMODORO

ORZOTTO ALLE VERDURE
(CALDO)
NASELLO AL FORNO
PISELLI
M: FRUTTA DI STAGIONE

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi; soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Bucce, torsoli, cibo avanzato, ma anche pane raffermo, gusci d'uovo e fiori secchi: **TUTTO NELL'UMIDO!** Potrà diventare compost prezioso per l'agricoltura.

COLAZIONI E MERENDE AUTUNNALI SCUOLA DELL'INFANZIA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

COLAZIONE:
LATTE BIANCO

MERENDA:
SCHIACCIATA

COLAZIONE:
POLPA DI FRUTTA

MERENDA:
YOGURT ALLA FRUTTA

COLAZIONE:
SCHIACCIATA
O FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
BISCOTTI

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
PIZZETTA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PANE E MIELE

2
Set

COLAZIONE:
CRACKERS

MERENDA:
CROSTATA DI FRUTTA

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
BISCOTTI

COLAZIONE:
BISCOTTI SECCHI

MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PIZZETTA

COLAZIONE:
SCHIACCIATA
O YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
PANE E MARMELLATA

3
Set

COLAZIONE:
POLPA DI FRUTTA

MERENDA:
BISCOTTI

COLAZIONE:
LATTE BIANCO

MERENDA:
SCHIACCIATA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PANE E MARMELLATA

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
CROSTATA DI FRUTTA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PANE E OLIO

4
Set

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
PIZZETTA

COLAZIONE:
CROSTATA O BANANA

MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
SUCCO DI FRUTTA

COLAZIONE:
LATTE BIANCO

MERENDA:
PANE E MARMELLATA

COLAZIONE:
POLPA DI FRUTTA

MERENDA:
YOGURT ALLA FRUTTA

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi, soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Non essere indifferente alla **DIFFERENZIATA**:
SEPARA plastica, vetro, carta, alluminio e
RIPONILI nei contenitori adatti.
È il primo passo verso un riciclo Super OK!



MENU AUTUNNALE SCUOLA DELL'INFANZIA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

RISOTTO AGLI SPINACI
SFORNATO CON
PROSCIUTTO COTTO
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL RAGÙ
CECI ALL'OLIO
VERDURE MISTE AL
FORNO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
FILETTI DI PLATESSA AL
FORNO
FINOCCHI CRUDI
FRUTTA DI STAGIONE

PASSATO DI FAGIOLI CON
PASTA
MOZZARELLA
CAROTE CRUDE
FRUTTA DI STAGIONE

MINESTRA IN BRODO
SCALOPPINA ALLA
SALVIA
PURÉ
FRUTTA DI STAGIONE

2
Set

GNOCCHETTI SARDI AL
POMODORO
TACCHINO ARROSTO
CAROTE ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AI 4 FORMAGGI
MERLUZZO ALLA
LIVORNESE
BROCCOLI SALTATI
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA E CECI
SFORNATO DI SPINACI
FINOCCHI FILANGÉ
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA ALLA ZUCCA
GIALLA
ROAST-BEEF
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO ALLA
PARMIGIANA
CROCCHETTE DI
LENTICCHIE
FAGIOLINI ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

3
Set

PASTA ALL'OLIO
SCALOPPINA ALLA
PIZZAIOLA
CAVOLFOIORE ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

PASSATO DI VERDURE
CON RISO
PETTO DI POLLO AL
LIMONE
CAROTE FILANGÉ
FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO ALLE VERDURE
(CAROTE, POMODORI E
PISELLI)
HALIBUT AL FORNO
PATATE LESSE
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA E FAGIOLI
PECORINO FRESCO
FAGIOLINI ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
FRITTATA
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

4
Set

VELLUTATA DI ZUCCA
CON ORZO
PETTO DI TACCHINO
AL LIMONE
CAVOLO ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

ZUPPA DI LENTICCHIE
CON PASTA
STRACCHINO
INSALATA MISTA
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA ALLA PIZZAIOLA
ARISTA
BIETOLA ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

RISO ALLE VERDURE
NASELLO AL FORNO
PURÉ
FRUTTA DI STAGIONE

RAVIOLI BURRO E SALVIA
PARMIGIANO REGGIANO
CAROTE E FINOCCHI
FILANGÉ
FRUTTA DI STAGIONE

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi; soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Chips di buccia di patate, torta di pane raffermo, frittata di pasta: sono tantissime **LE RICETTE** che puoi realizzare con ciò che sembra uno **SCARTO**.
Ci credi? Sì chef!

COLAZIONI E MERENDE INVERNALI SCUOLA DELL'INFANZIA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

COLAZIONE:
LATTE BIANCO

MERENDA:
PIZZETTA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
PANE E MIELE

COLAZIONE:
SUCCO DI FRUTTA

MERENDA:
BISCOTTI SECCHI

COLAZIONE:
SCHIACCIATA
O FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
CROSTATA ALLA FRUTTA

2
Set

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
BISCOTTI SECCHI

COLAZIONE:
LATTE BIANCO

MERENDA:
PANE E MARMELLATA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
SCHIACCIATA ALL'OLIO

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
POLPA DI FRUTTA

3
Set

COLAZIONE:
BISCOTTI SECCHI

MERENDA:
SCHIACCIATA ALL'OLIO

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
PANE E MARMELLATA

COLAZIONE:
SCHIACCIATA
O CRACKERS

MERENDA:
BISCOTTI SECCHI

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE

MERENDA:
TORTA ALLO YOGURT

4
Set

COLAZIONE:
POLPA DI FRUTTA

MERENDA:
PANE E CIOCCOLATO

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA

MERENDA:
SCHIACCIATA ALL'OLIO

COLAZIONE:
LATTE E BISCOTTI

MERENDA:
PANE E MARMELLATA

COLAZIONE:
BANANA

MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
CRACKERS

MERENDA:
PIZZETTA

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi, soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...)



Anche quando ti sembra troppo **AMMACCATA**
O MATURA, la frutta non si butta: usala per frullati,
centrifugati, marmellate, ghiaccioli, gelati!



MENU INVERNALE SCUOLA DELL'INFANZIA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

PASTA POMODORO E
RICOTTA
FILETTI DI MERLUZZO AL
FORNO
SPINACI ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

ZUPPA DI LENTICCHIE
CON PASTA
PROSCIUTTO COTTO
PINZIMONIO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL RAGÙ
VEGETALE
PECORINO FRESCO
CAVOLFIORRE ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

RISO ALLA CREMA DI
ZUCCA GIALLA
ROAST-BEEF
PATATE ARROSTO
FRUTTA DI STAGIONE

MINISTRONE DI
VERDURE CON RISO
UOVA SODE CON SALSA
VERDE
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

2
Set

PASSATO DI VERDURE
CON RISO
PETTO DI POLLO AL
LIMONE
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO AGLI SPINACI
O CARCIOFI
MOZZARELLA
CAROTE E FAGIOLINI
ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

MINESTRA IN BRODO
VEGETALE
SCALOPPINE ALLA
PIZZAIOLA
FAGIOLINI ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
POLPETTE DI PESCE
SPINACI
FRUTTA DI STAGIONE

PIZZA MARGHERITA
PINZIMONIO
FRUTTA SCIROPATA

3
Set

MINESTRA IN BRODO
VEGETALE
PALOMBO AL
POMODORO E ORIGANO
PATATE LESSE
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL PESTO
INVERNALE
ARISTA AL LATTE
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AI PORRI
BRASATO
BIETOLE SALTATE
FRUTTA DI STAGIONE

ZUPPA DI FAGIOLI
CANNELLINI
CON PASTA
SFORNATO DI VERDURE
FRUTTA DI STAGIONE

GNOCCHETTI SARDI AL
POMODORO
STRACCHINO
MISTO DI VERDURE AL
FORNO
FRUTTA DI STAGIONE

4
Set

PASTA ALLE VERDURE
BRESAOLA
FINOCCHI CRUDI O COTTI
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA E CECI
FRITTATA DI VERDURE
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

LASAGNE AL RAGÙ
BIETOLE ALL'AGRO
FRUTTA DI STAGIONE

RISO AI BROCCOLI
PETTO DI POLLO
IMPANATO
PURE
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
BURGER DI PESCE
PANATO AL FORNO
CAROTE FILANGÈ E MAIS
FRUTTA DI STAGIONE

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi; soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



E ALLORA...

MUOVITI MUOVITI!

LASCIA A CASA l'auto o il motorino: preferisci una bella passeggiata, un giro in bici o sullo skate. **RIDUCI LE EMISSIONI** e ti mantieni **ATTIVO E IN FORMA!**



COLAZIONI E MERENDE ESTIVE SCUOLA DELL'INFANZIA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
PIZZETTA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE
MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
POLPA DI FRUTTA

COLAZIONE:
BISCOTTI SECCHI
MERENDA:
CROSTATÀ

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE
MERENDA:
PANE E MARPELLATA

2
Set

COLAZIONE:
POLPA DI FRUTTA
MERENDA:
SCHIACCIATA

COLAZIONE:
SCHIACCIATA
O CRACKERS
MERENDA:
CROSTATÀ ALLA FRUTTA

COLAZIONE:
BANANA
MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
BISCOTTI

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE
MERENDA:
PANE E MIELE

3
Set

COLAZIONE:
LATTE E BISCOTTI
MERENDA:
PANE E POMODORO

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
CRACKERS

COLAZIONE:
SUCCO DI FRUTTA
MERENDA:
SCHIACCIATA

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE
MERENDA:
POLPA DI FRUTTA

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
PIZZETTA

4
Set

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
PANE E OLIO

COLAZIONE:
FRUTTA DI STAGIONE
MERENDA:
POLPA DI FRUTTA

COLAZIONE:
LATTE BIANCO
MERENDA:
CROSTATÀ ALLA FRUTTA

COLAZIONE:
YOGURT ALLA FRUTTA
MERENDA:
PANE E POMODORO

COLAZIONE:
POLPA DI FRUTTA
MERENDA:
SCHIACCIATA

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi, soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Hai sete? **APRI IL RUBINETTO!** L'acqua del rubinetto o dei distributori è buona e sana. **DICIAMO BASTA** alle bottigliette di plastica che inquinano la terra e il mare.



MENU ESTIVO

SCUOLA DELL'INFANZIA

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1
Set

PASTA AL PESTO
PETTO DI POLLO AGLI
AROMI
POMODORI
FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO ALLE ZUCCHINE
POLPETTE DI PESCE
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

MINISTRA D'ORZO
SCALOPPINA DI
VITELLONE AL
POMODORO
PISELLI
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AI 4 FORMAGGI
PROSCIUTTO COTTO
CAROTE E CETRIOLI IN
PINZIMONIO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO E
BASILICO
FRITTATA DI ZUCCHINE
FRUTTA DI STAGIONE

2
Set

FARRO PESTO E
POMODORINI
TACCHINO AL FORNO
PURE
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA ALLE ZUCCHINE
MOZZARELLA
INSALATA E POMODORI
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA POMODORO E
RICOTTA
INSALATA DI FAGIOLI
CANNELLINI E POMODORI
FRUTTA DI STAGIONE

MINISTRA IN BRODO
VEGETALE
SCALOPPINA DI MAIALE
AL LIMONE
CAROTE FILANGÉ
FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO CON VERDURE
MERLUZZO ALLA
LIVORNESE
FAGIOLINI ALL'OLIO
FRUTTA DI STAGIONE

3
Set

RISOTTO DELL'ORTO
(POMODORI, PEPPERONI,
PISELLI)
PARMIGIANO REGGINO
VERDURE MISTE AL
VAPORE
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL PESTO
FILETTI DI PESCE
ALL'ISOLANA
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

TAGLIATELLE AL RAGÙ
POLPETTE DI PISELLI
MISTO DI VERDURE AL
FORNO
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
FRESCO E BASILICO
ROAST-BEEF
CAROTE FILANGÉ
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA ALL'OLIO
ZUCCHINE ALLA
PARMIGIANA
BANANA

4
Set

PASTA FREDDA
POMODORO E BASILICO
FETTINA DI TACCHINO
ALLA PIZZAIOLA
INSALATA
FRUTTA DI STAGIONE

RISOTTO CON PISELLI
MOZZARELLA
POMODORI
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA ALLA CREMA DI
MELANZANE
FRITTATA DI ZUCCHINE
FAGIOLINI
FRUTTA DI STAGIONE

PASTA AL POMODORO
ARISTA
POMODORI E CETRIOLI
FRUTTA DI STAGIONE

ORZOTTO ALLE VERDURE
(CALDO O FREDDO)
NASELLO AL FORNO
INSALATA MISTA
FRUTTA DI STAGIONE

NB: Spuntino di metà mattina con frutta di stagione o caffè d'orzo.

Si informano i consumatori che i pasti prodotti possono contenere, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni (cereali contenenti glutine, crostacei; uova, pesce, arachidi, soia, latte incluso lattosio, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini, molluschi). Si invitano i consumatori allergici a comunicarlo al personale addetto al servizio di ristorazione o al "Centro Cottura" (eventualmente indicare quale, n. telefono, dietista, ecc...).



Hai adottato **PICCOLI GRANDI GESTI** per salvaguardare l'ambiente? **CONDIVIDILI** con amici e parenti. **L'AMORE PER LA NATURA**, facciamolo diventare virale!

INFORMATIVA AGLI UTENTI

Si informano gli utenti che gli alimenti indicati nel menu possono contenere, anche se non espressamente indicati nella denominazione del piatto, tracce di uno o più dei seguenti allergeni (ai sensi del Reg. CE 1169/2011, D.Lgs 109/92, 88/2009 e s.m.i.).

Si invitano i consumatori ALLERGICI/INTOLLERANTI a uno o più allergeni sopra riportati a comunicarlo all'Ufficio Scuola del Comune tramite un certificato.



CEREALI CONTENENTI GLUTINE

grano, segale, farro, orzo, avena, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati



FRUTTA A GUSCIO

mandorle, nocciole, noci comuni, noci di anacardi, noci pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e prodotti derivati



**LATTE
E PRODOTTI DERIVATI**



**UOVA
E PRODOTTI DERIVATI**



**PESCE
E PRODOTTI DERIVATI**



**MOLLUSCHI
E PRODOTTI DERIVATI**



**CROSTACEI
E PRODOTTI DERIVATI**



**SOIA
E PRODOTTI DERIVATI**



**SENAPE
E PRODOTTI DERIVATI**



**SESAMO
E PRODOTTI DERIVATI**



**LUPINI
E PRODOTTI DERIVATI**



**ARACHIDI
E PRODOTTI DERIVATI**



**ANIDRIDE SOLFOROSA
E PRODOTTI DERIVATI**











































































































**SEDANO
E PRODOTTI DERIVATI**

ORTAGGI DI STAGIONE

	GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO	LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
AGLIO												
ASPARAGO												
BARBABIETOLA												
BIETOLA												
BROCCOLO												
CARCIOFO												
CARDO												
CAROTA												
CAVOLO												
CAVOLFIORE												
CAVOLO DI BRUXELLES												
CETRIOLO												
CICORIA												
CIME DI RAPA												
CIPOLLINE												
CIPOLLA												
FAGIOLI												
FAGIOLINI												
FAVE/BACCELLI												
FINOCCHIO												
INDIVIA												
LATTUGA												
MELANZANA												
PATATA												
PEPERONE												
PISELLI												
POMODORO												
PORRO												
RADICCHIO												
RAPA												
RAVANELLO												
RUCOLA												
SCALOGNO												
SCAROLA												
SCORZONERA												
SEDANO												
SPINACI												
TOPINAMBUR												
ZUCCA												
ZUCCHINA												

FRUTTA DI STAGIONE

	GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO	LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
ALBICOCCA												
ANGURIA												
ARANCIA												
CACHI/DIOSPERO												
CASTAGNE												
CILIEGIE												
FICO												
FICO D'INDIA												
FRAGOLA												
KIWI												
LAMPONE												
LIMONE												
MANDARINO												
MELA												
MELOGRANA												
MELONE												
MIRTILLO												
MORA												
NESPOLA												
PERA												
PESCA												
POMPELMO												
PRUGNA												
RIBES												
SORBA												
SUSINA												
UVA									