



margherita+
COOPERATIVA SOCIALE

MENÙ RISTORAZIONE COLLETTIVA ANNO 2025-26

Il pasto a scuola



Comune di Poppi

INTRODUZIONE

Il pasto a scuola costituisce un momento importantissimo per **promuovere abitudini alimentari e stili di vita salutari**: educare il gusto, mangiare un po' di tutto, scandire il ritmo dei pasti secondo orari regolari evitando di mangiare di continuo e limitare il consumo di snack e dolci ad alta densità calorica e a bassa qualità nutrizionale.

Per facilitare la digestione è importante mangiare adagio, non introdurre alimenti troppo caldi o troppo freddi, consumare il pasto in un ambiente tranquillo, e non drammatizzare se, qualche volta, il bambino non ha appetito e mangia meno, il giorno dopo si regolarizzerà.



I pasti nella giornata scolastica

35-40%
delle calerie
nel giorno

Spuntino di metà mattina per Infanzia e Nido

5%
delle calerie
nel giorno

La merenda di metà mattina si limita ad un piccolo spuntino per fornire una **piccola quantità di energia**.

Per la merenda del mattino si preferisce il consumo di **frutta fresca di stagione**, che può essere alternata a diversi spuntini di facile digestione come pane olio o marmellata, biscotti secchi e/o yogurt.

Consumare alimenti con troppi grassi e zuccheri o sale (brioche, pizzette, patatine, ecc.) oltre a fornire un elevato apporto calorico richiede un lungo periodo di digestione che può compromettere la capacità di prestare attenzione.

Vanno inoltre evitati succhi di frutta, la bevanda ottimale anche negli spuntini è l'acqua naturale.

Il pranzo

Il pranzo rappresenta il pasto principale della giornata ed è composto da un **primo a base di cereali**, un **secondo piatto che fornisca proteine** (carne, pesce, legumi, uova o formaggio), un **contorno a base di verdura** accompagnati da **pane e frutta**.

Per impostare correttamente le abitudini alimentari del bambino è stato introdotto in questo menù il piatto unico (pasta e legumi, Ragù o pizza) che sostituisce il "classico" primo e secondo, sempre accompagnato da verdura e frutta.

Tutti gli alimenti vengono cucinati in maniera semplice e facilmente digeribili.

Spuntini

Alimenti	Qt.	Freq.
Frutta Fresca	80gr	2
Pane olio o marmellata	20gr + 5gr	1/2
yogurt - nei mesi invernali	100gr	1
Dolce preparato in cucina	30/40gr	1/mese

La tabella dietetica

Il menù si rivolge ai:

Bambini dai 12 ai 36 mesi NIDO

Bambini dai 3 ai 6 anni SCUOLA DELL'INFANZIA

Bambini dai 6 ai 10-11 anni SCUOLA PRIMARIA

Bambini dagli 11 ai 14 anni SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO



Sono previsti due menù: **autunno/inverno** e **primavera/estate**.

Entrambi i menù sono composti da 5 settimane a rotazione.



La Tabella dietetica è stata formulata secondo le indicazioni:

- Livelli Raccomandati di Assunzione e Nutrienti" (LARN) Rev.5 2024
- Linee Guida Refezione Scolastica della Regione Toscana anno 2016
- Linee Guida Nazionali per la Ristorazione scolastica, assistenziale, ospedaliera (Ottobre 2021)

La pianificazione delle tabelle dietetiche è a cura della dott.ssa Sandra Bonannini - dietista

Informazioni generali sulla tabella dietetica

Il menu proposto si caratterizza per la ricerca della qualità e per il rispetto dei sapori e delle tradizioni del territorio.

Si ispira alla modello della dieta mediterranea, per cui viene valorizzato il consumo di cereali, verdure , frutta , legumi pesce e olio extravergine di oliva.

E' incentivato l'uso di verdura proposta non solo come contorno ma anche come ingrediente base di primi e secondi piatti.

Alcuni dei prodotti utilizzati sono provenienti da coltivazioni e allevamenti biologici ,locali , filiera corta.

Si utilizzano solo alimenti prodotti certificati e nazionali .



La cottura dei cibi

Tutti gli alimenti vengono cotti al mattino dello stesso giorno in cui verranno consumati, vengono privilegiate le TECNICHE di COTTURA che mantengono inalterati i caratteri organolettici e nutrizionali dei cibi



- E' assolutamente vietato l'uso di ingredienti o alimenti geneticamente modificati (O.G.M.) come previsto dalla L.G. del 26/04/2000.
- E' assolutamente vietato il riciclo delle pietanze avanzate e/o parti di esse non utilizzate
- E' vietato l'uso di prodotti preconfezionate e/o precotti: hamburger, polpette sono preparati giornalmente presso il centro cottura ecc...
- E' vietato l'uso di grassi idrogenati, olio di colza e palma, esaltatori di sapidità, dadi anche se vegetali ed estratti di carne
- E' escluso l'uso di margarina, di panna, lardo, strutto; il burro è limitato alla preparazione della besciamella per le lasagne ed al condimento del primo piatto
- Per insaporire le pietanze si utilizzano aromi freschi ed ortaggi: prezzemolo, basilico, rosmarino, salvia, carota, sedano, aglio, cipolla, secondo la disponibilità e stagionalità



I pasti speciali

Garantiamo la corretta esecuzione e il corretto bilanciamento nutrizionale per le diete speciali richieste dalle famiglie.

La richiesta del pasto con dieta speciale per motivi di salute deve essere fatta all'ufficio scuola accompagnata da certificato medico e con autocertificazione per la dieta etico/religiosa. Il centro cottura ha a disposizione 3 giorni per organizzarsi per la preparazione del pasto speciale.

DIETA SPECIALE PER MOTIVI I SALUTE - VITTO IN BIANCO

Se la richiesta è **inferiore ai 7 giorni** anche non consecutivi il pasto viene erogato senza presentazione del certificato medico, se la richiesta **supera i 7 giorni** è necessario presentare certificazione medica.

Il pasto comprende:

- primo: pasta o riso all'olio, minestrina in brodo vegetale (senza aggiunta di formaggio)
- secondo: carne di pollo, vitello, tacchino, arista magra, cucinati in modo semplice senza aggiunta di condimenti cotti
- contorno: patate e/o carote lesse condite con olio extravergine a crudo.
- pane toscano
- frutta: solo mela (se non diversamente specificato sul certificato)

Nel caso di bambini con dieta vegetariana il 2° piatto ed il contorno sarà rappresentato da un misto di patate e carote lesse

DIETA SPECIALE PER MOTIVI ETICI/RELIGIOSI

No Suino:

Il secondo piatto a base carne di maiale o di prosciutto crudo e cotto saranno sostituiti con: carni bianche, legumi (intesi come secondo piatto) o latticini

No Vitello:

I primi piatti conditi con carne di vitello sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio o condimenti a base di verdura.

Il secondo piatto a base di vitello saranno sostituiti con: carni bianche, legumi (intesi come secondo piatto) o latticini

Vegetariani:

I primi piatti conditi con ragù di carne sono sostituiti con pasta comune o risotti al pomodoro, all'olio o condimenti a base di verdura .

Il secondo piatto a base carne sara, legumi (intesi come secondo piatto) o latticini

Vegani:

Primo: pasta senza uovo, riso; besciamella preparata con latte vegetale, ragù di verdure o legumi

Il piatto a base di proteine animali sarà sostituito con legumi tali e quali (2° piatto) o trasformati in hamburger o tortini e verdure.

Se nel menu sono già previsti i legumi , si aggiunge un doppio contorno di verdure tipo carote lesse, o insalat



I pasti speciali

SENZA GLUTINE

E' garantito il solito menu, preparato **con prodotti privi di glutine.**

INTOLLERANTI AL LATTOSIO - PROTEINE DEL LATTE

Si escludono tutti i prodotti derivati dal latte compreso i cibi che dichiarano in etichetta **"privi di lattosio"** a meno che il certificato non ne consenta l'utilizzo. Se il medico ha autorizzato l'uso del grana per il condimento del primo piatto questo verrà inviato direttamente dal centro cottura, in busta monodose abbinata al pasto speciale. Lasagne, besciamella preparata con latte vegetale il formaggio sarà sostituito da carne di vitello o pollo, tacchino, pesce o uovo

INTOLLERANTI AL POMODORO

Tutte le preparazioni che prevedono il pomodoro saranno proposte in bianco o con ragù di verdure di stagione

INTOLLERANTI ALL'UOVO

Si esclude l'uovo dalle varie preparazioni: la frittata sarà sostituita con carne di vitello pollo o tacchino, prosciutto crudo o cotto, pesce o formaggio; lasagne sono preparate con pasta senza uovo.
NO GRANA sia come condimento del primo piatto sia come ingrediente della ricetta

NO FRUTTA SECCA

Non è mai prevista come ingrediente ma per un eccesso di attenzione, nella preparazione del pesto (estivo ed invernale) per il nido e la scuola dell'infanzia sono stati esclusi i pinoli

INTOLLERANTI NIKEL

Seguire le indicazioni suggerite dal medico specialista. Permessi : zucca, finocchi, zucchine e melanzane.

INTOLLERANTI AL PESCE

Tutte le proposte del menu a base di pesce saranno sostituite con formaggio tipo mozzarella stracchino, pecorino, ricotta, formaggio spalmabile monodose, carne di pollo o tacchino di vitello, prosciutto crudo o cotto, uova sode o frittatva, legumi (intesi come secondo piatto)



La tabella delle stagioni

	Gen	Feb	Mar	Apr	Mag	Giu	Lug	Ago	Set	Ott	Nov	Dic
Aglio 	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Asparagi 			■	■	■	■						
Barbabietole rosse 							■	■	■	■		
Basilico 						■	■	■	■			
Bietola fresca 		■		■	■	■	■	■	■	■	■	■
Cime di rapa 	■	■	■							■	■	■
Carote 	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Cavolfiore 	■	■	■	■						■	■	■
Cavolocappuccio 	■	■	■	■						■	■	■
Cavolo verza 	■	■	■	■						■	■	■
Cetrioli 				■	■	■	■	■	■			
Cipolla 	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Finocchi 	■	■	■	■						■	■	■
Insalate 	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Melanzane 				■	■	■	■	■	■	■		
Pomodori 						■	■	■	■			
Porri 	■	■	■	■						■	■	■
Prezzemolo 	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Zucca gialla 	■	■						■	■	■	■	■
Zucchine 		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	

Ogni verdura ha la sua ragione d'essere, e il nostro organismo ha bisogno di specifici nutrienti in base alla stagione.

Consumare frutta e verdura di stagione significa assecondare i ritmi naturali del corpo, favorendo il benessere durante tutto l'anno.





Menù Autunno / Inverno

da ottobre a marzo

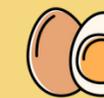
	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<p>dal 06/10 al 10/10 dal 10/11 al 14/11 dal 15/12 al 19/12 dal 19/01 al 23/01 dal 23/02 al 27/02 dal 30/03 al 03/04</p>	<p>PASTA ALL'OLIO ED ERBETTE AROMATICHE 1</p> <p>FRITTATA 3,7</p> <p>CAROTE E PISELLI</p>	<p>PASTA AL ROSE' 1,7,9</p> <p>*BASTONCINI TOTANI CROCCANTI 1,3,14</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*NIDO - Platessa al Forno 1,3,4</p>	<p>CREMA DI VERDURA CON CROSTINI - 1,6,7,8,10</p> <p>POLPETTINE DI VITELLO IN BIANCO - 1,3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL POMODORO 1,9</p> <p>COSCIA DI POLLO AL FORNO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>RISOTTO AL PARMIGIANO 7</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>
<p>dal 13/10 al 17/10 dal 17/11 al 21/11 dal 22/12 al 26/12 dal 26/01 al 30/01 dal 02/03 al 06/03</p>	<p>PASTA AL RAGÙ 1,9</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL PESTO 1,7,8</p> <p>HAMBURGER DI TACCHINO 1</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>RISO AL POMODORO 7,9</p> <p>FRITTATA ALLE VERDURE DI STAGIONE 3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASSATO DI LEGUMI CON PASTINA 1,7</p> <p>FILETTO DI PESCE IMPANATO E COTTO AL FORNO - 1,3,4</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA ALL'ARRABBIATA 1</p> <p>CROCCHETTE (PATATE E VERDURE) 1,3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>
<p>dal 20/10 al 24/10 dal 24/11 al 28/11 dal 29/12 al 02/01 dal 02/02 al 06/02 dal 09/03 al 13/03</p>	<p>PASTA AL PESTO 1,7,8</p> <p>FESA DI TACCHINO AL FORNO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>BRODO VEGETALE CON RISO 9</p> <p>CROCCHETTE AL FORMAGGIO 1,3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>LASAGNA AL POMODORO 1,3,7,9,10,11,13</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL ROSE' 1,7,9</p> <p>FILETTO IMPANATO E COTTO AL FORNO - 1,3,4</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL RAGÙ DI VERDURE 1,9</p> <p>BOCCONCINI DI POLLO CROCCANTI 1</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>



1. glutine



2. crostacei



3. uova



4. pesce



5. arachidi



6. soia



7. latte



8. frutta a guscio



9. sedano



10. senape



11. sesamo



12. solfiti



13. lupini



14. molluschi





Menù Autunno / Inverno

da ottobre a marzo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<p>dal 27/10 al 31/10</p> <p>dal 01/12 al 05/12</p> <p>dal 05/01 al 09/01</p> <p>dal 09/02 al 13/02</p> <p>dal 16/03 al 20/03</p>	<p>PASSATO DI VERDURA CON PASTINA 1,9</p> <p>POLPETTE DI VERDURA 1,3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL RAGÙ 1,9</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL PESTO 1,7,8</p> <p>*BASTONCINI DI TOTANI CROCCANTI 1,2,3,7,14</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*NIDO - FILETTO DI MERLUZZO OLIO E LIMONE 4</p>	<p>RISO ALL'OLIO</p> <p>HAMBURGER DI TACCHINO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA ROSE' 1,7</p> <p>FRITTATA DI PATATE 3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>
<p>dal 03/11 al 07/11</p> <p>dal 08/12 al 12/12</p> <p>dal 12/01 al 16/01</p> <p>dal 16/02 al 20/02</p> <p>dal 23/03 al 27/03</p>	<p>*RAVIOLI BURRO E SALVIA 1.2.4.7.8.9.14</p> <p>BURGER DI PESCE 1,4</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*NIDO - PASTA AL POMODORO E RICOTTA 1,7,10,11,13</p>	<p>RISO AL POMODORO 9</p> <p>ARISTA AL FORNO</p> <p>PISELLI</p>	<p>PASTA ALL'OLIO 1</p> <p>COSCIA DI POLLO AL FORNO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>LASAGNA AL POMODORO 1,3,7,10,11,13</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>*BRODO DI VERDURA CON RISO 9</p> <p>CROCCHETTE 1,3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*BADIA - PASTA AL POMODORO</p>



1. glutine



2. crostacei



3. uova



4. pesce



5. arachidi



6. soia



7. latte



8. frutta a guscio



9. sedano



10. senape



11. sesamo



12. solfiti



13. lupini



14. molluschi

PER IL NIDO tutti i giorni e secondo richiesta sono disponibili verdure cotte
Tutti i pesti sono fatti senza pinoli

PER TUTTI

Contorno di verdura di stagione cruda o cotta (fresca o surgelata)

Pane Toscano 1.6.7.8.10

Frutta fresca di stagione

Condimento olio extravergine d'oliva e formaggio grana

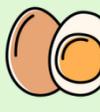




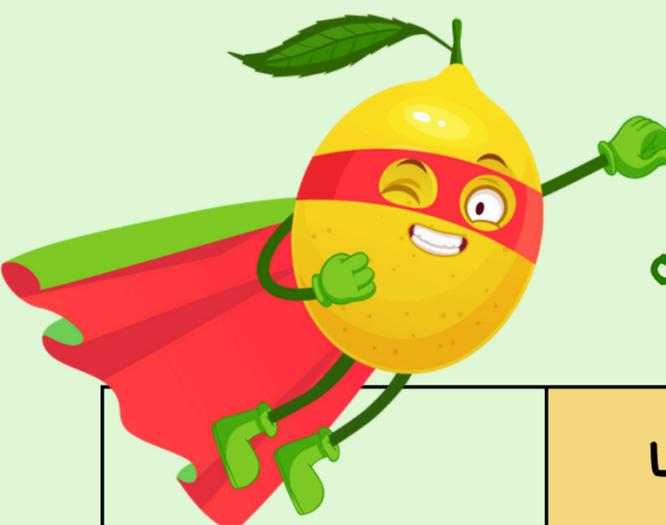
Menù Primavera / Estate

da aprile a settembre

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<p>dal 06/04 al 10/04 dal 11/05 al 15/05 dal 15/06 al 19/06 dal 20/07 al 24/07 dal 31/08 al 04/09</p>	<p>*BRODO VEGETALE CON RISO 9</p> <p>**BASTONCINI DI TOTANI CROCCANTI 1,2,3,14</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*da maggio a settembre pasta alla pomarola</p> <p>**NIDO filetto di merluzzo olio e limone</p>	<p>FARRO O PASTA AL PESTO 1.7.8.10.11.13</p> <p>ARROSTO DI TACCHINO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>RISO AL POMODORO</p> <p>OMELETTE 3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL RAGÙ DI VERDURA 1.9.10.11.13</p> <p>SCALOPPINA DI MAIALE MAGRO AGLI AROMI 1</p> <p>LEGUMI ALL'OLIO</p>	<p>RAVIOLI BURRO E SALVIA 1.2.4.7.8.9.14</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>
<p>dal 13/04 al 17/04 dal 18/05 al 22/05 dal 22/06 al 26/06 dal 27/07 al 31/07 dal 07/09 al 11/09</p>	<p>PASTA ALLA PIZZAIOLA 1.10.11.13</p> <p>TORTINO DI VERDURA 3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>*CREMA DI VERDURA CON RISO</p> <p>BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO CROCCANTI</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*maggio -settembre riso freddo con verdure julienne</p>	<p>PASTA AL PESTO 1,7,8</p> <p>BURGER DI PESCE 1,4</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>*LASAGNE AL POMODORO 1.3.7.10.11.13</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*da maggio a settembre pasta alla pomarola</p>	<p>RISO ALL'OLIO ED ERBETTE DELL'ORTO</p> <p>POLPETTE DI VERDURE 1,3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>
<p>dal 20/04 al 24/04 dal 25/05 al 29/05 dal 29/06 al 03/07 dal 14/09 al 18/09</p>	<p>PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE 1,7,8</p> <p>ARISTA AL FORNO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL POMODORO 1.9.10.11.13</p> <p>TORTINO DI VERDURE 3,7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL RICOTTA E POMODORO 1.7.9.10.11.13</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>FARRO O RISO PRIMAVERA 1</p> <p>FILETTO DI PESCE AGLI AROMI 1,3,4</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>*PASSATO DI VERDURA CON RISO</p> <p>POLLO AL FORNO</p> <p>PATATE AL FORNO</p> <p>*da maggio a settembre pasta alla pomarola</p>

-  1. glutine
-  2. crostacei
-  3. uova
-  4. pesce
-  5. arachidi
-  6. soia
-  7. latte
-  8. frutta a guscio
-  9. sedano
-  10. senape
-  11. sesamo
-  12. solfiti
-  13. lupini
-  14. molluschi

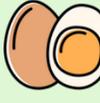




Menù Primavera / Estate

da aprile a settembre

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<p>dal 27/04 al 01/05</p> <p>dal 01/06 al 05/06</p> <p>dal 06/07 al 10/07</p> <p>dal 21/09 al 25/09</p>	<p>RISO AL POMODORO 9</p> <p>ARROSTO DI TACCHINO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL PESTO 1,7,8</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL POMODORO 1.9..10.11.13</p> <p>POLPETTE DI VERDURA 1.3.7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA ALL'OLIO AL BASILICO 1.10.11.13</p> <p>BOCCONCINI DI PETTO DI POLLO AL LIMONE 1.3</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA ALLA PIZZAIOLA 1.10.11.13</p> <p>*BASTONCINI DI TOTANI DORATI 1.3.14</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*NIDO filetto di merluzzo olio e limone</p>
<p>dal 04/05 al 08/05</p> <p>dal 08/06 al 12/06</p> <p>dal 13/07 al 17/07</p> <p>dal 28/09 al 02/10</p>	<p>RAVIOLI BURRO E SALVIA 1.2.3.7.14</p> <p>PIATTO FREDDO 7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA ALLE ZUCCHINE 1.7.8.10.11.13</p> <p>POLPETTA DI PESCE 1.3.4.7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>FARRO O RISO PRIMAVERA 1.9</p> <p>HAMBURGER DI VITELLO 1</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>PASTA AL POMODORO FRESCO E BASILICO 1.10.11.13</p> <p>FRITTATA DI VERDURA DI STAGIONE 1.3.7</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p>	<p>*PASTA ALL'OLIO E PEPERONCINO 1.10.11.13</p> <p>ARROSTO DI TACCHINO</p> <p>CONTORNO DI VERDURA COTTA O CRUDA</p> <p>*NIDO- INFANZIA pasta all'olio 1.10.11.13</p> <p>*MAGGIO -SETTEMBRE PASTA ALLE MELANZANE</p>

- 1. glutine 
- 2. crostacei 
- 3. uova 
- 4. pesce 
- 5. arachidi 
- 6. soia 
- 7. latte 
- 8. frutta a guscio 
- 9. sedano 
- 10. senape 
- 11. sesamo 
- 12. solfiti 
- 13. lupini 
- 14. molluschi 

PER IL NIDO tutti i giorni e secondo richiesta sono disponibili verdure cotte
Tutti i pesti sono fatti senza pinoli

PER TUTTI
Contorno di verdura di stagione cruda o cotta (fresca o surgelata)
Pane Toscano 1.6.7.8.10
Frutta fresca di stagione
Condimento olio extravergine d'oliva e formaggio grana

