

Menu Scuole Autunno

(OTTOBRE)
(NOVEMBRE)
(DICEMBRE)

Comune di
Chitignano
—
Scuole di
Chitignano



1ª SETTIMANA

Dal 02/10/23 al 06/10/23 - dal 06/11/23 al 10/11/23 - dal 04/12/23 al 08/12/23

LUNEDÌ

Risotto alla zucca
Rotolo di frittata
Spinaci saltati

MARTEDÌ

Pasta rosè
Arista in forno
Verdura di stagione

MERCOLEDÌ

Lasagne alle verdure
Mozzarella
Insalata

GIOVEDÌ

Passato di verdure con
crostini di pane
Cosci di pollo
Patate

VENERDÌ

Pasta all'olio
Polpettine di pesce
Carote lesse

2ª SETTIMANA

Dal 09/10/23 al 13/10/23 - dal 06/11/23 al 10/11/23 - dal 11/12/23 al 15/12/23

LUNEDÌ

Minestra in brodo vegetale
Fettina al rosmarino
Fagioli all'olio

MARTEDÌ

Ravioli burro e salvia
Primo sale
Verdura di stagione

MERCOLEDÌ

Pasta ai piselli
Tacchino al limone
Carote julienne

GIOVEDÌ

Risotto allo Zafferano
Pesce impanato
Verdura di stagione

VENERDÌ

Pasta al pomodoro
Frittata in forno
Insalata

3ª SETTIMANA

Dal 16/10/23 al 20/10/23 - dal 13/11/23 al 17/11/23 - dal 18/12/23 al 22/12/23

LUNEDÌ

Tortellini in brodo
Polpette vegetali
Insalata

MARTEDÌ

Pasta pesto autunnale
Pollo impanato
Verdura di stagione

MERCOLEDÌ

Riso all'olio
Filetto di pesce al limone
Bietole all'agro

GIOVEDÌ

Pasta al ragù
Frittata/Uovo sodo
Verdura di stagione

VENERDÌ

Minestra di verdure/cereali
Roast beef
Purè di patate

4ª SETTIMANA

Dal 23/10/23 al 27/10/23 - dal 20/11/23 al 24/11/23 - dal 25/12/23 al 29/12/23

LUNEDÌ

Crema di verdura
Petto di pollo al rosmarino
Piselli

MARTEDÌ

Riso allo zafferano
Pesce impanato
Carote

MERCOLEDÌ

Pasta al pomodoro
Frittata
Verdura di stagione

GIOVEDÌ

Pizza
Prosciutto crudo*
Insalata

VENERDÌ

Pasta alla crema di zucca
Ricotta
Verdura di stagione

5ª SETTIMANA

Dal 30/10/23 al 03/11/23 - dal 27/11/23 al 01/12/23

LUNEDÌ

Pasta rosè
Platessa alla mugnaia
Piselli

MARTEDÌ

Pasta al ragù vegetale
Frittata
Insalata

MERCOLEDÌ

Minestra di verdure
Hamburger
Patate lesse

GIOVEDÌ

Gnocchi al pomodoro
Stracchino
Verdura di stagione

VENERDÌ

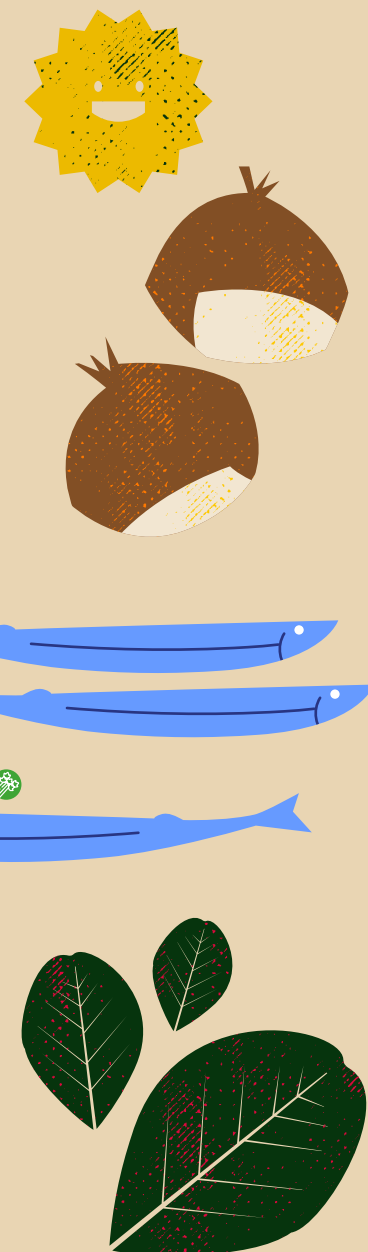
Riso alla parmigiana
Tacchino al forno
Finocchi gratinati

ANNO SCOLASTICO
2022/2023

*prosciutto cotto
per nido e scuola dell'infanzia

Due volte alla settimana verranno servite verdure fresche
di stagione, tagliate a bastoncino, come antipasto

Menù validati dall'Azienda USL Toscana sud-est



TUTTIGIORNI
RISTORAZIONE
COLLETTIVA

Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze



FRUTTA A GUSCIO (NUTS)

Mandorle (*Amigdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan (*Carya illinoensis* (Wangenh) K. Koch), noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia temifolia*) noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia temifolia*) e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.



SEDANO (CELERY)

E prodotti a base di sedano.



SENAPE (MUSTARD)

E prodotti a base di senape.



SEMI DI SESAMO (SESAME)

E prodotti a base di semi di sesamo.



ANIDRIDE SOLFOROSA (SULPHUR DIOXIDE SULPHITES)

E solfiti in concentrazioni superiori a 10mg/kg o 10mg/l espressi in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.



LUPINI (PUPIN)

E prodotti a base di lupini.



MOLLUSCHI (MOLLUSCS)

E prodotti a base di molluschi.



GLUTINE (CEREALS CONTAINING WHEAT)

(grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati, tranne: Sciroppi di glucosio a base di grano. incluso destrosio; Molto dostrino a base di grano; Sciroppi di glucosio e base di orzo; Cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.



CROSTACEI (CRUSTACEANS)

E prodotti a base di crostacei.



UOVA (EGGS)

E prodotti a base di uova. (sono compreso le uova di tutte lo specie di animali ovipari)



PESCE (FISH)

E prodotti a base di pesce, tranne: gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi; gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra o nel vino.



ARACHIDI (PEANUTS)

E prodotti a base di arachidi.



SOIA (SOYA)

E prodotti a base di soia, tranne: olio o grasso di soia raffinato; tocoloroli misti naturali (E306). tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale. tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia; oli vegetali derivati da fitosteroli e litosteroli esteri a base di soia; estero di stanalo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.



LATTE (MILK)

E prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne: siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici. incluso l'alcol etilico di origine agricola; lattiolio. (sono compresi latte bovino. caprino. ovino. e ogni tipo di prodotto da essi derivato).

Menu Scuole Autunno Sostituzioni

(OTTOBRE)
(NOVEMBRE)
(DICEMBRE)



 : NO Latte
 : NO Uovo
 : Vegetariano

1ª SETTIMANA Dal 02/10/23 al 06/10/23 - dal 06/11/23 al 10/11/23 - dal 04/12/23 al 08/12/23

LUNEDÌ

Risotto alla zucca
Rotolo di frittata
Uovo sodo
Formaggio stagionato
Spinaci saltati

MARTEDÌ

Pasta rosè
Pasta al pomodoro
Arista in forno
Polpette vegetali
Verdura di stagione

MERCOLEDÌ

Lasagne alle verdure
Pasta alle verdure
Pasta alle verdure
Mozzarella
Legumi
Insalata

GIOVEDÌ

Crema di verdura
Cosci di pollo
Legumi
Patate

VENERDÌ

Pasta all'olio
Polpettine di pesce
Formaggio stagionato
Carote lesse

2ª SETTIMANA Dal 09/10/23 al 13/10/23 - dal 06/11/23 al 10/11/23 - dal 11/12/23 al 15/12/23

LUNEDÌ

Minestra in brodo vegetale
Fettina al rosmarino
Hamburger vegetale
Patate lesse

MARTEDÌ

Ravioli burro e salvia
Pasta all'olio
Pasta all'olio
Primo sale
Affettato
Verdura di stagione

MERCOLEDÌ

Pasta con verdure
Tacchino al limone
Legumi
Carote julienne

GIOVEDÌ

Risotto allo Zafferano
Risotto senza formaggio
Pesce impanato
Formaggio stagionato
Verdura di stagione

VENERDÌ

Pasta al pomodoro
Sfornato verdure di stagione
Sfornato di verdure senza latte
Sfornato di verdure senza latte
Insalata

3ª SETTIMANA Dal 16/10/23 al 20/10/23 - dal 13/11/23 al 17/11/23 - dal 18/12/23 al 22/12/23

LUNEDÌ

Tortellini in brodo
Minestrina in brodo vegetale
Minestrina in brodo vegetale
Polpette vegetali
Polpette senza formaggio
Insalata

MARTEDÌ

Pasta pesto autunnale
Pasta al pesto senza formaggio
Pollo impanato
Polpette vegetali
Verdura di stagione

MERCOLEDÌ

Riso all'olio
Filetto di pesce al limone
Legumi
Bietole all'agro

GIOVEDÌ

Pasta/polenta al ragù
Pasta al ragù vegetale
Frittata/Uovo sodo
Frittata senza formaggio e latte
Formaggio
Verdura di stagione

VENERDÌ

Minestra di verdure/cereali
Roast beef
Formaggio
Purè di patate
Patate lesse

4ª SETTIMANA Dal 23/10/23 al 27/10/23 - dal 20/11/23 al 24/11/23 - dal 25/12/23 al 29/12/23

LUNEDÌ

Crema di verdura
Petto di pollo al rosmarino
Legumi
Piselli

MARTEDÌ

Riso allo zafferano
Risotto senza formaggio
Pesce impanato
Hamburger vegetale
Carote

MERCOLEDÌ

Pasta al pomodoro
Frittata
Frittata senza latte
Formaggio stagionato
Verdura di stagione

GIOVEDÌ

Pizza
Pizza rossa
Prosciutto crudo*
Formaggio stagionato
Insalata

VENERDÌ

Pasta alla crema di zucca
Ricotta
Hamburger vegetale senza formaggio
Verdura di stagione

5ª SETTIMANA Dal 30/10/23 al 03/11/23 - dal 27/11/23 al 01/12/23

LUNEDÌ

Pasta rosè
Pasta al pomodoro
Platessa alla mugnaia
Platessa senza latte
Polpettine vegetali
Piselli

MARTEDÌ

Pasta al ragù vegetale
Frittata
Frittata senza latte
Farinfrittata
Insalata

MERCOLEDÌ

Minestra di verdure
Hamburger
Hamburger vegetale
Patate arrosto

GIOVEDÌ

Gnocchi al pomodoro
Pasta al pomodoro
Stracchino
Polpette vegetali
Verdura di stagione

VENERDÌ

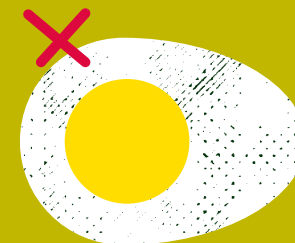
Riso alla parmigiana
Riso all'olio
Tacchino al forno
Legumi
Finocchi gratinati
finocchi lessi

ANNO SCOLASTICO
2022/2023

*prosciutto cotto senza lattosio
per nido e scuola dell'infanzia

Due volte alla settimana verranno servite verdure fresche
di stagione, tagliate a bastoncino, come antipasto

Menù validati dall'Azienda USL Toscana sud-est



RISTORAZIONE
COLLETTIVA

Grammature



PIETANZE	ASILO NIDO	SCUOLA DELL'INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA INFERIORE
Pasta o riso asciutti	40	50/60	70/80	90/100
Pasta, riso, orzo o simili in brodo vegetale	30	40	50	60
Pasta per lasagne	40	50	60	90
Gnocchi di patate	120	150	180	220
Tortellini in brodo	30	40	80	100
Ravioli	70	80	120	140
Farina di mais per polenta	40	50	70	90
Patate per contorno	80	100	150	200
Patate per creme/passati	30	40	70	100
Crostini per minestre	30	40	50	60
Pane	20	40	50	60
Legumi secchi per creme/passato Carne bianca o rossa	10	20	30	40
Pesce	40	50	60	80
Uova	50	70	100	120
Formaggi freschi	1	1	1	1 e 1/2
Formaggi semi-stagionati	40	40	50	60
Salumi affettati	30	30	40	50
Verdura a foglia cruda	30	30	40	60
Verdura da consumare cotta	40	40	50	50
Frutta fresca	150	150	150	200
Olio evo per pietanza	120	120	150	200
Formaggio grattugiato per pietanza	5	5	5	7
Sugo con base di pomodoro	5	5	5	5 - 10
Sugo al pesto o di carne	20	20	30	50
	10	10	15	15

Il peso degli alimenti si riferisce al crudo e al netto degli scarti.
Le grammature sono tratte da:
“LARN – 2014”,
“Linee di indirizzo regionali per la ristorazione scolastica - 2016”
e “Linee guida per una sana alimentazione 2018 – CREA”

Porzione (grammi o ml)