



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2024 - 2025 **1° settimana**

<i><u>Lunedì</u></i> <i>Vellutata di ceci con pasta</i> <i>Stracchino</i> <i>Zucchine trifolate</i> <i>Frutta di stagione</i>			<i><u>Martedì</u></i> <i>Pasta al pesto</i> <i>Tacchino arrosto</i> <i>Fagiolini saltati</i> <i>Frutta di stagione</i>			<i><u>Mercoledì</u></i> <i>Ravioli al pomodoro</i> <i>Arista</i> <i>Patate arrosto</i> <i>Frutta di stagione</i>			<i><u>Giovedì</u></i> <i>Risotto al pomodoro</i> <i>Frittata di zucchine e fiori</i> <i>Carote filè</i> <i>Frutta di stagione</i>			<i><u>Venerdì</u></i> <i>Pasta con fonduta al</i> <i>parmigiano</i> <i>Platessa panata</i> <i>Insalata e pomodori</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	50	Pasta	70	80	Ravioli	70	120	Riso	70	80	Pasta	70	80
Ceci	20	30	Basilico	Qb	Qb	Pomodoro	25	30	Pomodoro	25	35	Parmigiano	20	30
Odori	Qb	Qb	Pinoli	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Latte	Qb	Qb
Olio	5	5	Parmigiano	5	10	Olio	5	5	Olio	5	5	Salvia	Qb	Qb
Stracchino	40	60	Olio	5	5	Arista	60	100	Uova	N°1	N°2	Burro	5	5
Zucchine	150	200	Tacchino	60	100	Aromi	Qb	Qb	Zucchine e			Platessa	80	150
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	fiori	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	10	Patate	120	180	Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
Pane	50	70	Fagiolini	150	200	Aromi	Qb	Qb	Carote	150	200	Olio	5	5
Frutta	150	150	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Olio	5	5	Insalata	20	40
			Olio	5	5	Pane	50	70	Pane	50	70	Pomodori	50	100
			Pane	50	70	Frutta	150	150	Frutta	150	150	Olio	5	10
			Frutta	150	150							Pane	50	70
												Frutta	150	150

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2024 - 2025 **2° settimana**

<u>Lunedì</u> <i>Lasagne al ragù di lenticchie</i> <i>Ricotta</i> <i>Bietola all'agro</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Martedì</u> <i>Pasta all'olio</i> <i>Platessa alla mugnaia</i> <i>Fagiolini all'olio</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì</u> <i>Vellutata di carote</i> <i>Omelette autunnale</i> <i>Purè</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Giovedì</u> <i>Passato di fagioli con pasta</i> <i>Stracchino</i> <i>Pinzimonio (carote e finocchi)</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Venerdì</u> <i>Risotto al pomodoro</i> <i>Fesa di tacchino con rosmarino e salvia</i> <i>Broccoli e cavoletti di bruxelles gratinati</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	50	80	Pasta	70	80	Carote	120	150	Pasta	30	50	Riso	70	80
Besciamell	40	50	Olio	5	5	Patate	50	70	Fagioli	20	30	Pomodoro	25	35
Odori	Qb	Qb	Platessa	100	150	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Farina	Qb	Qb	Burro	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5
Lenticchie secche	30	40	Pangrattato	Qb	Qb	Uova	N°1	N° 2	Stracchino	40	60	Tacchino	60	100
Olio	5	5	Olio	5	5	Parmigiano	10	20	Verdure	150	200	Rosmarino e salvia	Qb	Qb
Ricotta	50	100	Fagiolini	150	200	Verdure	Qb	Qb	Olio	5	10	Farina	Qb	Qb
Bietola	150	200	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Pane	50	70	Olio	5	10
Limone	Qb	Qb	Olio	5	10	Patate	120	180	Frutta	150	150	Cavoli	150	200
Olio	5	5	Pane	50	70	Latte	Qb	Qb				Pangrattato	Qb	Qb
Pane	50	70	Frutta	150	150	Burro	5	5				Olio	5	5
Frutta	150	150				Pane	50	70				Pane	50	70
						Frutta	150	150				Frutta	150	150

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2024 - 2025 **3° settimana**

<u>Lunedì</u>			<u>Martedì</u>			<u>Mercoledì</u>			<u>Giovedì</u>			<u>Venerdì</u>		
<i>Passato di verdura con farro</i>			<i>Pasta al pomodoro</i>			<i>Risotto alla zucca gialla</i>			<i>Pasta all'olio</i>			<i>Passato di verdura con orzo</i>		
<i>Bocconcini di pollo al limone</i>			<i>Pecorino toscano</i>			<i>Polpette di pesce e patate</i>			<i>Frittata</i>			<i>Ricotta</i>		
<i>Purè</i>			<i>Insalata mista</i>			<i>Insalata di mais e carote</i>			<i>Fagiolini all'olio</i>			<i>Patate lesse</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Pere cotte al miele e cannella</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Verdure	Qb	Qb	Pasta	70	80	Riso	70	80	Pasta	70	80	Orzo	30	50
Farro	30	50	Odori	Qb	Qb	Zucca	25	35	Olio	5	5	Verdura	Qb	Qb
Olio	5	5	Pomodoro	25	35	Odori	Qb	Qb	Uova	N° 1	N° 2	Olio	5	5
Pollo	60	100	Olio	5	5	Parmigiano	5	10	Olio	5	5	Ricotta	50	100
Limone	Qb	Qb	Pecorino	30	50	Olio	5	5	Fagiolini	150	200	Patate	120	180
Farina	Qb	Qb	Insalata	40	40	Platessa	100	150	Olio	5	10	Olio	5	10
Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Patate	25	35	Pane	50	70	Pane	50	70
Olio	5	5	Pane	50	70	Farina	Qb	Qb	Frutta	150	150	Frutta	150	150
Patate	120	180	Pere	150	150	Pangrattato	Qb	Qb						
Latte	Qb	Qb	Miele	Qb	Qb	Uovo	Qb	Qb						
Burro	5	5	Cannella	Qb	Qb	Olio	5	5						
Pane	50	70				Mais	30	50						
Frutta	150	150				Carote	100	100						
						Fagiolini	20	50						
						Olio	5	10						
						Pane	50	70						
						Frutta	150	150						

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2024 - 2025 **4° settimana**

<u>Lunedì</u> <i>Pasta all'olio</i> <i>Sformato di zucca gialla</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta di stagione</i> <i>Torta di mele</i>			<u>Martedì</u> <i>Crema di lenticchie con</i> <i>quadrucchi</i> <i>Platessa panata</i> <i>Patate arrosto</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì</u> <i>Pizza margherita</i> <i>Bocconcini di parmigiano</i> <i>Carote filè</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Giovedì</u> <i>Pasta alle verdure</i> <i>Petto di pollo in umido</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Venerdì</u> <i>Riso al pomodoro</i> <i>Frittata</i> <i>Cavolfiore gratinato</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Quadrucchi	30	50	Impasto	150	200	Pasta	70	80	Riso	70	80
Olio	5	5	Lenticchie	60	80	Pomodoro	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Pomodoro	25	35
Zucca	70	100	Panna	5	10	Aromi	Qb	Qb	Verdure	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Patate	30	40	Odori	Qb	Qb	Mozzarella	30	40	Olio	5	5	Olio	5	5
Ricotta	10	20	Olio	5	5	Olio	5	10	Pollo	60	100	Uova	N° 1	N° 2
Uova	Qb	Qb	Platessa	100	150	Parmigiano	30	50	Pomodoro	Qb	Qb	Olio	5	5
Parmigiano	10	20	Pangrattato	Qb	Qb	Carote	150	200	Aromi	Qb	Qb	Cavolfiore	150	200
Pangrattato	Qb	Qb	Olio	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5	Ricotta	10	15
Olio	5	10	Patate	120	180	Frutta	150	150	Insalata	40	40	Latte	Qb	Qb
Insalata	40	40	Aromi	Qb	Qb				Olio	5	5	Uovo	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5				Pane	50	70	Parmigiano	5	10
Pane	20	40	Pane	50	70				Frutta	150	150	Pecorino	5	10
Frutta	150	150	Frutta	150	150							Pangrattato	Qb	Qb
Torta	50	80										Pane	50	70
												Frutta	150	150

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2024 - 2025 **5° settimana**

<u>Lunedì</u>			<u>Martedì</u>			<u>Mercoledì</u>			<u>Giovedì</u>			<u>Venerdì</u>		
<i>Risotto ai porri</i>			<i>Polenta al pomodoro</i>			<i>Passato di verdura con pasta</i>			<i>Pasta ricotta e noce moscata</i>			<i>Pasta al pesto</i>		
<i>Polpette di pesce</i>			<i>Polpettone</i>			<i>Petto di pollo all'olio</i>			<i>Polpette di lenticchie</i>			<i>Platessa panata</i>		
<i>Finocchi in pinzimonio</i>			<i>Fagiolini all'olio</i>			<i>Patate lesse</i>			<i>Spinaci salati</i>			<i>Piselli all'olio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	70	80	Farina di mais	70	80	Pasta	30	50	Pasta	70	80	Pasta	70	80
Odori	Qb	Qb	Pomodoro	25	35	Verdure	Qb	Qb	Ricotta	20	25	Basilico	Qb	Qb
Porri	25	35	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb	Pinoli	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5	Pollo	60	100	Olio	5	5	Parmigiano	5	10
Merluzzo	100	150	Carne			Olio	5	5	Lenticchie	50	70	Olio	5	5
Patate	25	35	macinata	60	80	Patate	120	180	Patate	50	70	Platessa	100	150
Farina	Qb	Qb	Uovo	10	20	Olio	5	10	Parmigiano	5	5	Pangrattato	Qb	Qb
Pangrattato	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Pane	50	70	Uova	Qb	Qb	Olio	5	5
Uovo	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb	Frutta	150	150	Pangrattato	Qb	Qb	Piselli	60	70
Olio	5	10	Olio	5	10				Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Finocchi	150	200	Fagiolini	150	200				Olio	5	5	Pane	50	70
Olio	5	5	Olio	5	5				Spinaci	150	200	Frutta	150	150
Pane	50	70	Pane	50	70				Aromi	Qb	Qb			
Frutta	150	150	Frutta	150	150				Olio	5	10			
									Pane	50	70			
									Frutta	150	150			

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2024 - 2025 **6° settimana**

<u>Lunedì</u> <i>Pasta al pomodoro</i> <i>Sformato di spinaci</i> <i>Carote lesse</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Martedì</u> <i>Passato di fagioli con farro</i> <i>Stracchino</i> <i>Insalata di finocchi e arance</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì</u> <i>Pasta alla crema di</i> <i>radicchio e parmigiano</i> <i>Platessa panata</i> <i>Piselli all'olio</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Giovedì</u> <i>Gnocchetti sardi alle erbe</i> <i>aromatiche</i> <i>Spezzatino di tacchino</i> <i>Cavolfiore rifatto</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Venerdì</u> <i>Riso all'olio</i> <i>Scaloppina alla pizzaiola</i> <i>Spinaci saltati</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Farro	30	50	Pasta	70	80	Pasta	70	80	Riso	70	80
Odori	Qb	Qb	Fagioli	20	30	Radicchio	30	40	Erbette	25	35	Olio	5	5
Pomodoro	25	35	Odori	Qb	Qb	Parmigiano	10	15	Parmigiano	5	5	Scaloppina	60	100
Olio	5	5	Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5		Pomodoro	Qb
Spinaci	80	100	Stracchino	40	60	Olio	5	5	Tacchino	60	100	Aromi	Qb	Qb
Parmigiano	10	10	Arance	50	80	Platessa	100	150	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Uovo	Qb	Qb	Finocchi	100	120	Pangrattato	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb	Spinaci	150	200
Pangrattato	Qb	Qb	Olio	5	10	Olio	5	5	Olio	5	10		Aromi	Qb
Carote	150	200	Pane	50	70	Piselli	60	70	Cavolfiore	150	200	Olio	5	10
Olio	5	5	Frutta	150	150	Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Pane	50	70
Pane	50	70				Olio	5	5	Farina	Qb	Qb	Frutta	150	150
Frutta	150	150				Pane	50	70	Pomodoro	Qb	Qb			
						Frutta	150	150	Olio	5	5			
									Pane	50	70			
									Frutta	150	150			

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Menù AUTUNNO per la scuola dell'infanzia e la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>1° SETTIMANA</u>	Vellutata di ceci con pasta Stracchino Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta al pesto Tacchino arrosto Fagiolini saltati Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro Arista Patate arrosto Frutta di stagione	Risotto al pomodoro Frittata di zucchine e fiori Carote filè Frutta di stagione	Pasta con fonduta al parmigiano reggiano Platessa panata Insalata e pomodori Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Minestra in brodo vegetale Pollo all'olio Zucchine lesse Banana	Pasta all'olio Tacchino all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Platessa all'olio Patate lesse Mela	Riso all'olio Fettina all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Platessa all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Pollo all'olio	Pasta all'olio	Pasta al pomodoro	Frittata di zucchine e fiori senza latte e derivati	Pasta all'olio
NO POMODORO	Vellutata di ceci no pomodoro	Fagiolini saltati no pomodoro	Ravioli all'olio	Riso all'olio	Solo insalata
NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno	Pasta al pomodoro	Fettina all'olio	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Pollo all'olio



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Vellutata di ceci con pasta no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pesto previsto dal prontuario Pane no glutine	Ravioli no glutine al pomodoro Pane no glutine	Riso cotto a parte al pomodoro Frittata senza farina o simili Pane no glutine	Pasta no glutine con fonduta al parmigiano Platessa con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE (LATTO-OVO VEGETARIANA)	Menù del giorno	Lenticchie stufate	Platessa all'olio (Fagioli all'olio)	Menù del giorno	Pecorino toscano
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Pasta all'olio	Pasta al pomodoro	Menù del giorno	Platessa no preimpanata
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno	Platessa all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Menù AUTUNNO per la scuola dell'infanzia e la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>2° SETTIMANA</u>	Lasagne al ragù di lenticchie Bietola all'agro Frutta di stagione Ricotta con miele	Pasta all'olio Platessa alla mugnaia Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Vellutata di carote Omelette autunnale Purè Frutta di stagione	Passato di fagioli con pasta Stracchino Pinzimonio (carote e finocchi) Frutta di stagione	Riso al pomodoro Fesa di tacchino con rosmarino e salvia Broccoli e cavoletti di bruxelles gratinati Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Mela	Platessa all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela	Minestra in brodo vegetale Pollo all'olio Carote lesse Mela	Riso all'olio Tacchino all'olio Carote lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Pasta al ragù Fettina all'olio Torta vegana o dolce senza latte e derivati	Menù del giorno	Omelette no latte e formaggio e no prosciutto Patate lesse	Pollo all'olio	Menù del giorno
NO POMODORO	Pasta all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Riso all'olio
NO UOVO	Pasta al ragù	Menù del giorno	Pollo all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Prosciutto cotto	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Lasagne no glutine al ragù Pane no glutine	Pasta no glutine all'olio Platessa con farina e pangrattato no glutine Pane no glutine	Omelette no farina o simili Pane no glutine	Passato di fagioli con pasta no glutine Pane no glutine	Riso cotto a parte al pomodoro Tacchino con farina no glutine Verdure gratinate con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE (LATTO-OVO VEGETARIANA)	Menù del giorno	Menù del giorno (burger di soia)	Omelette no prosciutto	Menù del giorno	Uovo sodo
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno	Omelette no prosciutto	Menù del giorno	Menù del giorno

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Menù AUTUNNO per la scuola dell'infanzia e la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>3° SETTIMANA</u>	Passato di verdura con farro Bocconcini di pollo al limone Purè Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Pecorino toscano Insalata mista Frutta di stagione	Risotto alla zucca gialla Polpette di pesce e patate Insalata di mais e carote Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Passato di verdura con orzo Patate lesse Frutta di stagione Ricotta con miele
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Banana	Riso all'olio Platessa all'olio Carote lesse Mela	Pollo all'olio Carote lesse	Riso all'olio Pollo all'olio Banana
NO LATTE E DERIVATI	Patate lesse	Fettina all'olio	Risotto alla zucca gialla no latte e formaggio Polpette di pesce no latte e derivati	Menù del giorno	Fettina all'olio (no ricotta)
NO POMODORO	Passato di verdura no pomodoro con farro	Pasta all'olio Insalata mista no pomodoro	Menù del giorno	Menù del giorno	Passato di verdura no pomodoro con orzo
NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno	Platessa all'olio	Pollo all'olio	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno	Pollo all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Passato di verdura con riso Bocconcini di pollo con farina no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Pane no glutine	Risotto cotto a parte alla zucca gialla Polpette di pesce e patate con farina o pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine all'olio Pane no glutine	Passato di verdura cotto a parte con riso Pane no glutine
NO CARNE (LATTO-OVO VEGETARIANA)	Frittata	Menù del giorno	Menù del giorno (cotoletta di soia)	Menù del giorno	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Menù AUTUNNO per la scuola dell'infanzia e la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>4° SETTIMANA</u>	Pasta all'olio Sformato di zucca gialla Insalata Frutta di stagione Torta di mele	Crema di lenticchie con quadrucci Platessa impanata Patate arrosto Frutta di stagione	Pizza margherita Bocconcini di parmigiano Carote file' Frutta di stagione	Pasta alle verdure Petto di pollo in umido Insalata mista Frutta di stagione	Riso al pomodoro Frittata Cavolfiore gratinato Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pollo all'olio Carote lesse Mela	Minestra in brodo vegetale Platessa all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela	Riso all'olio Fettina di vitellone all'olio Carote lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Pollo all'olio Torta no latte e derivati o torta vegana	Crema di lenticchie con pasta no panna	Pizza con solo pomodoro Prosciutto cotto senza tracce di lattosio	Menù del giorno	Cavolfiore gratinato senza parmigiano
NO POMODORO	Menù del giorno	Crema di lenticchie no pomodoro	Focaccia con mozzarella no pomodoro	Pasta alle verdure no pomodoro Petto di pollo all'olio Insalata mista no pomodoro	Riso all'olio
NO UOVO	Pollo all'olio Torta no uovo o torta vegana	Crema di lenticchie con pasta Platessa con impanatura no uovo	Menù del giorno	Menù del giorno	Fettina di vitellone all'olio



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO PESCE	Menù del giorno	Prosciutto cotto	Menù del giorno	Pasta al pomodoro	Menù del giorno
NO GLUTINE	Pasta no glutine all'olio Sformato di zucca gialla con pangrattato o farina no glutine Pane no glutine Torta no glutine	Crema di lenticchie con pasta ripiena da minestra no glutine prevista dal prontuario Platessa impanata con farina o pangrattato no glutine Pane no glutine	Impasto per pizza no glutine previsto dal prontuario	Pasta no glutine alle verdure Pane no glutine	Riso cotto a parte al pomodoro Cavolfiore gratinato con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE (LATTO OVO-VEGETARIANA)	Menù del giorno	Crema di lenticchie con pasta (ricotta)	Menù del giorno	Fagioli al pomodoro	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Crema di lenticchie con pasta o con quadrucci senza carne suino	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Menù AUTUNNO per la scuola dell'infanzia e la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>5° SETTIMANA</u>	Risotto ai porri Polpette di pesce Finocchi in pinzimonio Frutta di stagione	Polenta al pomodoro Polpettone Fagiolini all'olio Frutta di stagione	Passato di verdura con pasta Petto di pollo all'olio Patate lesse Frutta di stagione	Pasta ricotta e noce moscata Polpette di lenticchie Spinaci saltati Frutta di stagione	Pasta al pesto Platessa impanata Piselli all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Platessa all'olio Finocchi lessi Mela	Polenta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Banana	Pasta all'olio Pollo all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Platessa all'olio Patate lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Riso senza tracce di latte e formaggio	Polpettone senza latte e derivati	Menù del giorno	Pasta all'olio Polpette di lenticchie senza latte e derivati o platessa all'olio	Pasta all'olio
NO POMODORO	Menù del giorno	Polenta all'olio	Passato di verdura senza pomodoro con pasta	Polpette di lenticchie in bianco	Menù del giorno
NO UOVO	Polpette di pesce no uovo o platessa all'olio	Fettina all'olio	Menù del giorno	Polpette di lenticchie senza uova o platessa all'olio	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO PESCE	Petto di pollo all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Stracchino
NO GLUTINE	Riso cotto a parte ai porri Polpette di pesce con farina e pangrattato no glutine Pane no glutine	Polenta di sola farina di mais al pomodoro Polpettone con farina o pangrattato no glutine Pane no glutine	Passato di verdura cotto a parte con pasta no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine alla ricotta e noce moscata Polpette di lenticchie con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pesto previsto dal prontuario Platessa impanata con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE (LATTO-OVO VEGETARIANA)	Menù del giorno (fagioli all'olio)	Stracchino	Pecorino toscano	Menù del giorno	Menù del giorno (uovo sodo)
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Pasta alla ricotta senza noce moscata	Pasta all'olio
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Polpettone senza carne suino	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Menù AUTUNNO per la scuola dell'infanzia e la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>6° SETTIMANA</u>	Pasta al pomodoro Sformato di spinaci Carote lesse Frutta di stagione	Passato di fagioli con farro Stracchino Insalata di finocchi e arance Frutta di stagione	Pasta alla crema di radicchio e parmigiano Platessa impanata Piselli all'olio Frutta di stagione	Gnocchetti sardi alle erbe aromatiche Spezzatino di tacchino Cavolfiore rifatto Frutta di stagione	Riso all'olio Scaloppina alla pizzaiola Spinaci saltati Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Fettina all'olio Mela	Minestra in brodo vegetale Pollo all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Platessa all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Tacchino all'olio Carote lesse Banana	Fettina all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Sformato di spinaci senza latte e formaggio	Pollo all'olio	Pasta alla crema di radicchio no parmigiano o pasta alle verdure o all'olio	Gnocchetti sardi alle erbe aromatiche no formaggio	Menù del giorno
NO POMODORO	Pasta all'olio	Passato di fagioli no pomodoro	Insalata mista no pomodoro	Tacchino all'olio Cavolfiore rifatto no pomodoro	Fettina all'olio
NO UOVO	Fettina all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO PESCE	Pasta all'olio	Menù del giorno	Pollo all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Pasta no glutine al pomodoro Sformato di spinaci no glutine Pane no glutine	Passato di fagioli con riso Pane no glutine	Pasta no glutine radicchio e speck Platessa con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine alle erbe aromatiche Pane no glutine	Riso cotto a parte all'olio Pane no glutine
NO CARNE (LATTO-OVO VEGETARIANA)	Menù del giorno	Menù del giorno	Pasta all'olio (burger di soia)	Uovo sodo	Pecorino toscano
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Platessa no preimpanata	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno	Pasta all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola dell'infanzia**

Anno scolastico 2024 - 2025 **1° settimana**

<u>Lunedì</u> <i>Vellutata di ceci con pasta Stracchino Zucchine trifolate Frutta di stagione</i>			<u>Martedì</u> <i>Pasta al pesto Tacchino arrosto Fagiolini saltati Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì</u> <i>Ravioli al pomodoro Arista Patate arrosto Frutta di stagione</i>			<u>Giovedì</u> <i>Risotto al pomodoro Frittata di zucchine e fiori Carote filè Frutta di stagione</i>			<u>Venerdì</u> <i>Pasta con fonduta al parmigiano Platessa panata Insalata e pomodori Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	50	Pasta	50	80	Ravioli	50	120	Riso	50	80	Pasta	50	80
Ceci	20	30	Basilico	Qb	Qb	Pomodoro	20	30	Pomodoro	20	35	Parmigiano	15	30
Odori	Qb	Qb	Pinoli	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Latte	Qb	Qb
Olio	5	5	Parmigiano	5	10	Olio	5	5	Olio	5	5	Salvia	Qb	Qb
Stracchino	40	60	Olio	5	5	Arista	50	100	Uova	N°1	N°2	Burro	5	5
Zucchine	100	200	Tacchino	50	100	Aromi	Qb	Qb	Zucchine e			Platessa	70	150
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	fiori	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	10	Patate	120	180	Olio	5	5	Pangrattato	Qb	Qb
Pane	40	70	Fagiolini	100	200	Aromi	Qb	Qb	Carote	100	200	Olio	5	5
Frutta	100	150	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Olio	5	5	Insalata	20	40
			Olio	5	5	Pane	40	70	Pane	40	70	Pomodori	50	100
			Pane	40	70	Frutta	100	150	Frutta	100	150	Olio	5	10
			Frutta	100	150							Pane	40	70
												Frutta	100	150

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola dell'infanzia**

Anno scolastico 2023 - 2024 **2° settimana**

<u>Lunedì</u> <i>Lasagne al ragù di lenticchie</i> <i>Bietola all'agro</i> <i>Frutta di stagione</i> <i>Ricotta con miele</i>			<u>Martedì</u> <i>Pasta all'olio</i> <i>Platessa alla mugnaja</i> <i>Fagiolini all'olio</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì</u> <i>Vellutata di carote</i> <i>Omelette autunnale</i> <i>Purè</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Giovedì</u> <i>Passato di fagioli con pasta</i> <i>Stracchino</i> <i>Pinzimonio (carote e finocchi)</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Venerdì</u> <i>Risotto al pomodoro</i> <i>Fesa di tacchino con rosmarino e salvia</i> <i>Broccoli e cavoletti di bruxelles gratinati</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	40	80	Pasta	50	80	Carote	100	150	Pasta	30	50	Riso	50	80
Besciamell	40	50	Olio	5	5	Patate	50	70	Fagioli	20	30	Pomodoro	20	35
Odori	Qb	Qb	Platessa	70	150	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Farina	Qb	Qb	Burro	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5
Carne macinata	30	40	Pangrattato	Qb	Qb	Uova	N°1	N° 2	Stracchino	40	60	Tacchino	50	100
Olio	5	5	Olio	5	5	Parmigiano	10	20	Verdure	100	200	Rosmarino e salvia	Qb	Qb
Ricotta	40	100	Fagiolini	100	200	Prosciutto	15	20	Olio	5	10	Farina	Qb	Qb
Bietola	100	200	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Pane	40	70	Olio	5	10
Limone	Qb	Qb	Olio	5	10	Patate	120	180	Frutta	100	150	Verdure	100	200
Olio	5	5	Pane	40	70	Latte	Qb	Qb				Pangrattato	Qb	Qb
Pane	40	70	Frutta	100	150	Burro	5	5				Olio	5	5
Frutta	100	150				Pane	40	70				Pane	40	70
						Frutta	100	150				Frutta	100	150

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola dell'infanzia**

Anno scolastico 2024 - 2025 **3° settimana**

<u>Lunedì</u>			<u>Martedì</u>			<u>Mercoledì</u>			<u>Giovedì</u>			<u>Venerdì</u>		
<i>Passato di verdura con farro</i>			<i>Pasta al pomodoro</i>			<i>Risotto alla zucca gialla</i>			<i>Pasta all'olio</i>			<i>Passato di verdura con orzo</i>		
<i>Bocconcini di pollo al limone</i>			<i>Pecorino toscano</i>			<i>Polpette di pesce e patate</i>			<i>Frittata</i>			<i>Ricotta</i>		
<i>Purè</i>			<i>Insalata mista</i>			<i>Insalata di mais e carote</i>			<i>Fagiolini all'olio</i>			<i>Patate lesse</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Pere cotte al miele e cannella</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Farro	30	50	Pasta	50	80	Riso	50	80	Pasta	50	80	Orzo	30	50
Verdure	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Zucca	20	35	Olio	5	5	Verdura	Qb	Qb
Olio	5	5	Pomodoro	20	35	Odori	Qb	Qb	Uova	N° 1	N° 2	Olio	5	5
Pollo	50	100	Olio	5	5	Parmigiano	5	10	Olio	5	5	Ricotta	40	100
Limone	Qb	Qb	Pecorino	20	50	Olio	5	5	Fagiolini	100	200	Patate	120	180
Farina	Qb	Qb	Insalata	40	40	Platessa	70	150	Olio	5	10	Olio	5	10
Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Patate	25	35	Pane	40	70	Pane	40	70
Olio	5	5	Pane	40	70	Farina	Qb	Qb	Frutta	100	150	Frutta	100	150
Patate	120	180	Pere	100	150	Pangrattato	Qb	Qb						
Latte	Qb	Qb	Miele	Qb	Qb	Uovo	Qb	Qb						
Burro	5	5	Cannella	Qb	Qb	Olio	5	5						
Pane	40	70				Mais	30	50						
Frutta	100	150				Carote	70	100						
						Fagiolini	20	50						
						Olio	5	10						
						Pane	40	70						
						Frutta	100	150						

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola dell'infanzia**

Anno scolastico 2024- 2025 **4° settimana**

<u>Lunedì</u> <i>Pasta all'olio</i> <i>Sformato di zucca gialla</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta di stagione</i> <i>Torta di mele</i>			<u>Martedì</u> <i>Crema di lenticchie con</i> <i>quadrucchi</i> <i>Platessa panata</i> <i>Patate arrosto</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì</u> <i>Pizza margherita</i> <i>Bocconcini di parmigiano</i> <i>Carote filè</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Giovedì</u> <i>Pasta alle verdure</i> <i>Petto di pollo in umido</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Venerdì</u> <i>Riso al pomodoro</i> <i>Frittata</i> <i>Cavolfiore gratinato</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	50	80	Quadrucchi	30	50	Impasto	100	200	Pasta	50	80	Riso	50	80
Olio	5	5	Lenticchie	60	80	Pomodoro	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Pomodoro	20	35
Zucca	50	100	Panna	5	10	Aromi	Qb	Qb	Verdure	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Patate	20	40	Odori	Qb	Qb	Mozzarella	20	40	Olio	5	5	Olio	5	5
Ricotta	10	20	Olio	5	5	Olio	5	10	Pollo	50	100	Uova	N° 1	N° 2
Uova	Qb	Qb	Platessa	70	150	Parmigiano	20	50	Pomodoro	Qb	Qb	Olio	5	5
Parmigiano	10	20	Pangrattato	Qb	Qb	Carote	100	200	Aromi	Qb	Qb	Cavolfiore	100	200
Pangrattato	Qb	Qb	Olio	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5	Ricotta	10	15
Olio	5	10	Patate	120	180	Frutta	100	150	Insalata	40	40	Latte	Qb	Qb
Insalata	40	40	Aromi	Qb	Qb				Olio	5	5	Uovo	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5				Pane	40	70	Parmigiano	5	10
Pane	20	40	Pane	40	70				Frutta	100	150	Pecorino	5	10
Frutta	100	150	Frutta	100	150							Pangrattato	Qb	Qb
Torta	50	80										Pane	40	70
												Frutta	100	150

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola dell'infanzia**

Anno scolastico 2024 - 2025 **5° settimana**

<i><u>Lunedì</u></i>			<i><u>Martedì</u></i>			<i><u>Mercoledì</u></i>			<i><u>Giovedì</u></i>			<i><u>Venerdì</u></i>		
<i>Risotto ai porri</i>			<i>Polenta al pomodoro</i>			<i>Passato di verdura con pasta</i>			<i>Pasta ricotta e noce moscata</i>			<i>Pasta al pesto</i>		
<i>Polpette di pesce</i>			<i>Polpettone</i>			<i>Petto di pollo all'olio</i>			<i>Polpette di lenticchie</i>			<i>Platessa panata</i>		
<i>Finocchi in pinzimonio</i>			<i>Fagiolini all'olio</i>			<i>Patate lesse</i>			<i>Spinaci salati</i>			<i>Piselli all'olio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	50	80	Farina di			Pasta	30	50	Pasta	50	80	Pasta	50	80
Odori	Qb	Qb	mais	40	70	Verdure	Qb	Qb	Ricotta	15	25	Basilico	Qb	Qb
Porri	20	35	Pomodoro	20	35	Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb	Pinoli	Qb	Qb
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb	Pollo	50	100	Olio	5	5	Parmigiano	5	10
Merluzzo	70	150	Olio	5	5	Olio	5	5	Lenticchie	50	70	Olio	5	5
Patate	25	35	Carne			Patate	120	180	Patate	50	70	Platessa	70	150
Farina	Qb	Qb	macinata	50	80	Olio	5	10	Parmigiano	5	5	Pangrattato	Qb	Qb
Pangrattato	Qb	Qb	Uovo	10	20	Pane	40	70	Uova	Qb	Qb	olio	5	5
Uovo	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Frutta	100	150	Pangrattato	Qb	Qb	Piselli	40	60
Olio	5	10	Pangrattato	Qb	Qb				Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Finocchi	100	200	Olio	5	10				Olio	5	5	Pane	40	70
Olio	5	5	Fagiolini	100	200				Spinaci	40	70	Frutta	100	150
Pane	40	70	Olio	5	5				Aromi	100	150			
Frutta	100	150	Pane	40	70				Olio					
			Frutta	100	150				Pane					
									Frutta					

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castellina in Chianti

Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola dell'infanzia**

Anno scolastico 2024 - 2025 **6° settimana**

<i><u>Lunedì</u></i>			<i><u>Martedì</u></i>			<i><u>Mercoledì</u></i>			<i><u>Giovedì</u></i>			<i><u>Venerdì</u></i>		
<i>Pasta al pomodoro</i>			<i>Passato di fagioli con farro</i>			<i>Pasta alla crema di</i>			<i>Gnocchetti sardi alle erbe</i>			<i>Riso all'olio</i>		
<i>Sformato di spinaci</i>			<i>Stracchino</i>			<i>radicchio e parmigiano</i>			<i>aromatiche</i>			<i>Scaloppina alla pizzaiola</i>		
<i>Carote lesse</i>			<i>Insalata di finocchi e arance</i>			<i>Platessa panata</i>			<i>Spezzatino di tacchino</i>			<i>Spinaci saltati</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Piselli all'olio</i>			<i>Cavolfiore rifatto</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	50	80	Farro	30	50	Pasta	50	80	Pasta	50	80	Riso	50	80
Odori	Qb	Qb	Fagioli	20	30	Radicchio	20	35	Erbette	20	35	Olio	5	5
Pomodoro	20	35	Odori	Qb	Qb	Parmigiano	5	10	Parmigiano	5	5	Scaloppina	50	100
Olio	5	5	Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5		Pomodoro	Qb
Spinaci	60	100	Stracchino	40	60	Olio	5	5	Tacchino	50	100	Aromi	Qb	Qb
Parmigiano	10	10	Arance	30	50	Platessa	70	150	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Uovo	Qb	Qb	Finocchi	70	100	Pangrattato	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb	Spinaci	100	200
Pangrattato	Qb	Qb	Olio	5	10	Olio	5	5	Olio	5	10		Aromi	Qb
Carote	100	200	Pane	40	70	Piselli	40	70	Cavolfiore	100	200	Olio	5	10
Olio	5	5	Frutta	100	150	Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Pane	40	70
Pane	40	70				Olio	5	5	Farina	Qb	Qb		Frutta	100
Frutta	100	150				Pane	40	70	Pomodoro	Qb	Qb			
						Frutta	100	150	Olio	5	5			
									Pane	40	70			
									Frutta	100	150			

N.b. Ogni giorno, verrà distribuito il parmigiano reggiano grattugiato, come condimento da aggiungere al primo piatto, per quei bambini che ne fanno richiesta.

Ottobre 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali