A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **asilo nido**

Anno scolastico 2023 – 2024 **1° settimana**

Lunedì *Pasta al pomodoro* *Arista* *Cavolfiore rifatto* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Risotto allo zafferano* *Merluzzo panato* *Carote all'olio* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Pasta al ragù* *Fagioli all'uccelletto* *Insalata mista* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Crema di ceci con pasta* *Finocchi e carote all'olio* *Frutta di stagione* *Ricotta con miele*			*Venerdì* *Pasta all'olio* *Sformato di porri e formaggio* *Piselli all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	80	Riso	30	80	Pasta	30	80	Pasta	20	50	Pasta	30	80
Pomodoro	15	35	Zafferano	Qb	Qb	Carne	10	25	Ceci	15	30	Olio	3	5
Odori	Qb	Qb	Olio	3	5	Pomodoro	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb			
Olio	3	5				Odori	Qb	Qb	Olio	3	5	Uova	N°1/2	N°1 ½
			Merluzzo	50	120	Olio	3	5				Formaggio	10	20
Arista	30	100	Pangrattato	Qb	Qb				Verdure	70	200	Porri	15	30
Aromi	Qb	Qb	Olio	3	5	Fagioli			Olio	3	5	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	3	5				secchi	30	60				Olio	3	5
			Carote	70	200	Aromi	Qb	Qb	Pane	20	70			
Cavolfiore	70	200	Olio	3	5	Pomodoro	Qb	Qb	Frutta	50	150	Piselli	20	60
Aromi	Qb	Qb				Olio	3	5				Olio	3	5
Olio	3	5	Pane	20	70				Ricotta	40	100			
			Frutta	50	150	Insalata	20	50	Miele	Qb	Qb	Pane	20	70
Pane	20	70				Olio	3	5				Frutta	50	150
Frutta	50	150												
						Pane	20	70						
						Frutta	50	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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **asilo nido**

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

Lunedì *Pizza margherita* *Bocconcini di parmigiano* *Insalata mista* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Riso all'olio* *Petto di pollo alla salvia* *Bietola all'agro* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Pasta al pomodoro* *Merluzzo panato al forno* *Fagiolini al pomodoro* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Crema di piselli e patate* *Cotoletta alla milanese* *Finocchi e carote in pinzimonio* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Crema di lenticchie con quadrucci* *Mozzarella* *Carote all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Impasto	80	200	Riso	30	80	Pasta	30	80	Piselli	70	150	Quadrucci	20	50
Pomodoro	Qb	Qb	Olio	3	5	Pomodoro	15	35	Patate	20	70	Lenticchie	30	80
Aromi	Qb	Qb				Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Panna	5	10
Mozzarella	10	40	Pollo	30	100	Olio	3	5	Olio	3	5	Odori	Qb	Qb
Olio	3	10	Salvia	Qb	Qb							Olio	3	5
			Olio	3	5	Merluzzo	50	120	Vitellone	30	100			
Parmigian	20	50				Pangrattato	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb	Mozzarella	30	100
o			Bietola	70	200	Olio	3	5	Olio	3	5			
	20	50	Limone	Qb	Qb							Carote	20	200
Insalata	5	5	Olio	3	5	Fagiolini	70	200	Verdure	70	200	Olio	3	5
Olio						Olio	3	10	Olio	3	5			
	50	150	Pane	20	70							Pane	20	70
Frutta			Frutta	50	150	Pane	20	70	Pane	20	70	Frutta	50	150
						Frutta	50	150	Frutta	50	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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **asilo nido**

Anno scolastico 2023 - 2024 **3° settimana**

Lunedì *Lasagne al ragù di lenticchie* *Ricotta* *Zucchine trifolate* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Risotto ai porri* *Roast beef* *Spinaci saltati* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Minestrone di verdura con farro* *Polpette di vitellone al pomodoro* *Patate arrosto* Frutta di stagione			*Giovedì* *Pasta al pomodoro* *Merluzzo panato* *Finocchi e carote all'olio* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Passato di fagioli con pasta Robiola* *Carote all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	80	Riso	30	80	Farro	20	50	Pasta	30	80	Pasta	20	50
Besciamell	20	50	Odori	Qb	Qb	Verdura	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb	Fagioli	20	30
Pomodoro	Qb	Qb	Porri	15	35	Olio	3	5	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Lenticchie			Olio	3	5				Olio	3	5	Olio	5	5
secche	20	40				Vitellone	30	70						
Odori	Qb	Qb	Vitellone	30	100	Manzo	Qb	Qb	Merluzzo	50	120	Robiola	40	80
Olio	3	5	Aromi	Qb	Qb	Uovo	5	15	Pangrattato	Qb	Qb			
			Olio	3	5	Parmigiano	Qb	Qb	Olio	3	5	Carote	70	200
Ricotta	40	100				Pangrattato	Qb	Qb				Olio	3	5
			Spinaci	70	200	Pomodoro	Qb	Qb	Verdure	70	200			
Zucchine	70	200	Aromi	Qb	Qb	Aromi	3	5	Olio	5	5	Pane	20	70
Aromi	Qb	Qb	Olio	3	5	Olio						Frutta	50	150
Olio	3	5					80	180	Pane	20	70			
			Pane	20	70	Patate	Qb	Qb	Frutta	50	150			
Pane	20	70	Frutta	50	150	Aromi	3	5						
Frutta	50	150				Olio								
							20	70						
						Pane	50	150						
						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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **asilo nido**

Anno scolastico 2023 - 2024 **4° settimana**

Lunedì *Pasta carote e ricotta* *Uovo sodo* *Verdure a buglione* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Pasta al pomodoro* *Polpettone* *Spinaci saltati* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Risotto agli asparagi* *Petto di pollo alla salvia* *Carote filè* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Crema di carote e patate* *Frittata* *Insalata mista* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Pasta all'olio* *Merluzzo alla livornese* *Fagiolini all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	80	Pasta	30	80	Riso	30	80	Carote	40	100	Pasta	30	80
Carote	10	35	Pomodoro	15	35	Aromi	Qb	Qb	Patate	20	100	Olio	3	5
Ricotta	10	20	Odori	Qb	Qb	Asparagi	15	35	Odori	Qb	Qb			
Olio	3	5	Olio	3	5	Olio	3	5	Olio	3	5	Merluzzo	50	120
												Pomodoro	Qb	Qb
Uova	N. 1/2	N. 1 ½	Carne			Pollo	30	100	Uova	N°1/2	N°1 ½	Aromi	Qb	Qb
			macinata	30	80	Aromi	Qb	Qb	Olio	3	5	Olio	3	5
Verdure	70	200	Uovo	Qb	Qb	Olio	3	5						
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb				Insalata	10	50	Fagiolini	70	200
Pomodoro	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb	Carote	70	200	Olio	3	5	Olio	3	5
Olio	3	5	Parmigiano	5	15	Latte	3	5						
			Olio	3	5	Olio			Pane	20	70	Pane	20	70
Pane	20	70					20	70	Frutta	50	150	Frutta	50	150
Frutta	50	150	Spinaci	70	200	Pane	50	150						
			Aromi	Qb	Qb	Frutta								
			Olio	3	5									
			Pane	20	70									
			Frutta	50	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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **asilo nido**

Anno scolastico 2023 - 2024 **5° settimana**

Lunedì *Risotto agli spinaci* *Pollo arrosto* *Piselli all'olio* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Crema di asparagi con quadrucci* *Merluzzo panato al forno* *Purè di patate* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Pasta al pomodoro* *Polpette di ceci* *Barchette di finocchi gratinati* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Pasta all'olio* *Sformato di formaggio e cavolfiore* *Fagiolini al pomodoro* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Passato di verdura con orzo* *Spezzatino di vitellone con patate* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	30	80	Quadrucci	20	50	Pasta	30	80	Pasta	30	80	Orzo	20	50
Aromi	Qb	Qb	Asparagi	50	100	Pomodoro	15	25	Olio	3	5	Verdure	Qb	Qb
Spinaci	15	35	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb				Odori	Qb	Qb
Olio	3	5	Panna	Qb	Qb	Olio	3	5	Uova	N°1/2	N°1	Olio	3	5
			Olio	3	5				Parmigiano	10	20			
Pollo	30	100				Ceci secchi	30	60	Cavolfiore	15	30	Vitellone	30	80
Aromi	Qb	Qb	Merluzzo	50	120	Uova	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb	Uovo	Qb	qb
Olio	3	5	Pangrattato	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Olio	3	5	Pomodoro	Qb	Qb
			Olio	3	5	Pangrattato	Qb	Qb				Aromi	Qb	Qb
Piselli	30	60				Olio	3	5	Fagiolini	70	200	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	3	5	Patate	80	180				Pomodoro	Qb	Qb	Patate	80	180
			Latte	Qb	Qb	Finocchi	70	200	Aromi	Qb	Qb	Olio	3	10
Pane	20	70	Burro	3	5	Parmigiano	5	15	Olio	3	5			
Frutta	50	150				Pangrattato	Qb	Qb				Pane	20	70
			Pane	20	70	Olio	3	5	Pane	20	70	Frutta	50	150
			Frutta	50	150				Frutta	50	150			
						Pane	20	70						
						Frutta	50	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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **asilo nido**

Anno scolastico 2023 - 2024 **6° settimana**

Lunedì			*Martedì*			*Mercoledì*			*Giovedì*			*Venerdì*		
Minestra in brodo vegetale			*Risotto ai carciofi*			*Riso al pomodoro*			*Pasta pomodoro*			*Pasta al pomodoro fresco e basilico*		
Fesa di tacchino arrosto			*Polpette di vitellone alla pizzaiola*			*Polpette di platessa e patate*			*Frittata di patate*			*Bocconcini di parmigiano*		
Zucchine trifolate			*Insalata di mais e carote*			*Insalata e pomodori*			*Spinaci saltati*			*Bietola all'agro*		
Frutta di stagione			*Frutta di stagione*			Frutta di stagione			*Frutta di stagione*			*Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	20	50	Riso	30	80	Riso	30	80	Pasta	30	80	Pasta	30	80
Brodo	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Pomodoro	15	35	Pomodoro	15	35	Pomodoro	20	40
Olio	3	5	Carciofi	15	35	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Basilico	Qb	Qb
			Olio	3	5	Olio	3	5	Olio	3	5	Olio	3	5
Tacchino	30	100												
Aromi	Qb	Qb	Vitellone	30	80	Platessa	50	120	Uovo	N°1/2	N°1 ½	Parmigiano	20	50
Olio	3	5	Uovo	Qb	Qb	Uova	Qb	Qb	Patate	20	40			
			Pangrattato	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Olio	3	5	Bietola	70	200
Zucchine	70	200	Pomodoro	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb				Limone	Qb	Qb
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Olio	3	5	Spinaci	70	200	Olio	3	5
Olio	3	5	Olio	3	5				Aromi	Qb	Qb			
						Insalata	10	30	Olio	3	5	Pane	20	70
Pane	20	70	Mais	10	50	Pomodori	30	100				Frutta	50	150
Frutta	50	150	Carote	30	100	Olio	3	5	Pane	20	70			
			Fagiolini	10	50				Frutta	50	150			
			Olio	3	10	Pane	20	70						
						Frutta	50	150						
			Pane	20	70									
			Frutta	50	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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **scuola dell'infanzia**
Anno scolastico 2023 - 2024 **1° settimana**

Lunedì *Risotto allo zafferano* *Merluzzo panato* *Carote all'olio* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Pasta al pomodoro* *Arista* *Cavolfiore rifatto* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Pasta al ragù* *Polpette di ceci* *Insalata mista* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Crema di ceci con pasta* *Finocchi e carote all'olio* *Frutta di stagione* *Ricotta con miele*			*Venerdì* *Pasta all'olio* *Sformato di porri e formaggio* *Piselli all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	50	70	Pasta	50	70	Pasta	50	70	Pasta	30	50	Pasta	50	70
Zafferano	Qb	Qb	Pomodoro	20	35	Carne	15	25	Ceci	20	30	Olio	5	5
Olio	5	5	Odori	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb			
			Olio	5	5	Odori	Qb	Qb	Olio	5	5	Uova	N°1/2	N°1
Merluzzo	70	100				Olio	5	5				Formaggio	15	20
Pangrattat	Qb	Qb	Arista	50	80				Verdure	100	200	Porri	25	30
o	5	5	Aromi	Qb	Qb	Ceci secchi	20	50	Olio	5	5	Pangrattato	Qb	Qb
Olio			Olio	5	5	Uova	Qb	Qb				Olio	5	5
	100	200				Aromi	Qb	Qb	Pane	40	70			
Carote	5	5	Cavolfiore	100	200	Pangrattato	Qb	Qb	Frutta	100	150	Piselli	40	60
Olio			Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Ricotta	25	80	Olio	5	5
	40	70	Olio	5	5				Miele	Qb	Qb			
Pane	100	150				Insalata	40	50				Pane	40	70
Frutta			Pane	40	70	Olio	5	5				Frutta	100	150
			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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **scuola dell'infanzia**
Anno scolastico 2023 - 2024 **2° settimana**

Lunedì *Riso all'olio* *Petto di pollo alla salvia* *Bietola all'agro* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Pizza margherita* *Bocconcini di parmigiano* *Insalata mista* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Pasta al pomodoro* *Merluzzo panato al forno* *Fagiolini al pomodoro* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Crema di piselli e patate* *Cotoletta alla milanese* *Finocchi e carote in pinzimonio* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Crema di lenticchie con quadrucci* *Mozzarella* *Carote all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	50	70	Impasto	100	200	Pasta	50	70	Piselli	100	150	Quadrucci	30	50
Olio	5	5	Pomodoro	Qb	Qb	Pomodoro	20	35	Patate	50	70	Lenticchie	60	80
			Aromi	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Panna	5	10
Pollo	50	80	Mozzarella	20	40	Olio	5	5	Olio	5	5	Odori	Qb	Qb
Salvia	Qb	Qb	Olio	5	10							Olio	5	5
Olio	5	5				Merluzzo	70	100	Cotoletta	50	80			
			Parmigiano	20	50	Pangrattato	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb	Mozzarella	50	70
Bietola	100	200				Olio	5	5	Olio	5	5			
Limone	Qb	Qb	Insalata	40	50							Carote	100	200
Olio	5	5	Olio	5	5	Fagiolini	100	200	Verdure	100	200	Olio	5	10
						Olio	5	10	Olio	5	5			
Pane	40	70	Frutta	100	150							Pane	40	70
Frutta	100	150				Pane	40	70	Pane	40	70	Frutta	100	150
						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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

Anno scolastico 2023 - 2024 **3° settimana**

Lunedì *Risotto ai porri* *Roast beef* *Spinaci saltati* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Lasagne al ragù di lenticchie* *Zucchine trifolate* *Frutta di stagione* *Ricotta con miele*			*Mercoledì* *Minestrone di verdura con farro* *Polpette di vitellone al pomodoro* *Patate arrosto* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Pasta al pomodoro* *Merluzzo panato* *Finocchi e carote all'olio* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Passato di fagioli con pasta Robiola* *Carote all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	50	70	Pasta	40	70	Farro	30	50	Pasta	50	70	Pasta	30	50
Odori	Qb	Qb	Besciamella	40	50	Verdura	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb	Fagioli	20	30
Porri	20	35	Pomodoro	Qb	Qb	Olio	5	5	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Olio	5	5	Lenticchie secche	30	40	Vitellone	40	70	Olio	5	5	Olio	5	5
Carne	50	80	Odori	Qb	Qb	Uovo	Qb	Qb	Merluzzo	70	100	Robiola	50	80
Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Parmigiano	10	15	Pangrattato	Qb	Qb			
Olio	5	5				Pangrattato	Qb	Qb	Olio	3	5	Carote	100	180
			Mozzarella	50	70	Pomodoro	Qb	Qb				Olio	5	5
Spinaci	100	200				Aromi	Qb	Qb	Verdure	100	200			
Aromi	Qb	Qb	Zucchine	100	200	Olio	5	5	Olio	5	5	Pane	40	70
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb							Frutta	100	150
			Olio	5	5	Patate	120	180	Pane	40	70			
Pane	40	70				Aromi	Qb	Qb	Frutta	100	150			
Frutta	100	150	Pane	40	70	Olio	5	5						
			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.

San Gimignano, marzo 2024 La Dietista

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **scuola dell'infanzia**
Anno scolastico 2023 - 2024 **4° settimana**

Lunedì *Pasta con crema di carote e ricotta* *Uovo sodo con salsa verde* *Misto di verdura a buglione* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Pasta al pomodoro* *Polpettone* *Spinaci saltati* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Risotto agli asparagi* *Spezzatino di tacchino* *Carote filè* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Crema di carote e patate* *Frittata* *Insalata mista* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Pasta all'olio* *Merluzzo alla livornese* *Fagiolini all'olio* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	50	70	Pasta	50	70	Riso	50	70	Carote	60	100	Pasta	50	70
Carote	20	35	Pomodoro	20	35	Aromi	Qb	Qb	Patate	60	100	Olio	5	5
Ricotta	10	20	Odori	Qb	Qb	Asparagi	20	35	Odori	Qb	Qb			
Olio	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5	Merluzzo	70	100
												Pomodoro	Qb	Qb
Uova	N. 1	N. 1	Carne			Tacchino	50	80	Uova	N°1	N°1	Aromi	Qb	Qb
Prezzemol	qb	Qb	macinata	40	60	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Olio	5	5
Olio	5	5	Uovo	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb						
			Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Insalata	40	50	Fagiolini	100	200
Verdure	100	200	Pangrattato	Qb	Qb				Olio	5	5	Olio	5	5
Aromi	Qb	Qb	Parmigiano	10	15	Carote	100	200						
Pomodoro	Qb	Qb	Olio	5	5	Olio	5	5	Pane	40	70	Pane	40	70
Olio	5	5							Frutta	100	150	Frutta	100	150
			Spinaci	100	200	Pane	40	70						
Pane	40	70	Aromi	Qb	Qb	Frutta	100	150						
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.

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **scuola dell'infanzia**
Anno scolastico 2023 - 2024 **5° settimana**

Lunedì *Risotto agli spinaci* *Pollo arrosto* *Piselli all'olio* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Crema di asparagi con quadrucci* *Merluzzo panato al forno* *Purè di patate* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Pasta al pomodoro* *Barchette di finocchi gratinati* *Frutta di stagione* *Crostata con confettura di pomodori*			*Giovedì* *Pasta all'olio* *Sformato di formaggio e cavolfiore* *Fagiolini al pomodoro* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Passato di verdura con orzo* *Spezzatino di vitellone con patate* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	50	70	Quadrucci	30	50	Pasta	50	70	Pasta	50	70	Orzo	30	50
Aromi	Qb	Qb	Asparagi	70	100	Pomodoro	15	25	Olio	5	5	Verdure	Qb	Qb
Spinaci	20	35	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb				Odori	Qb	Qb
Olio	5	5	Panna	Qb	Qb	Olio	5	5	Uova	N°1/2	N°1	Olio	5	5
			Olio	5	5				Parmigiano	15	20			
Pollo	50	80				Finocchi	100	200	Cavolfiore	25	30	Manzo	50	80
Aromi	Qb	Qb	Merluzzo	70	100	Parmigiano	10	15	Pangrattato	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb
Olio	5	5	Pangrattato	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb	Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
			Olio	5	5	Olio	5	5				Patate	120	180
Piselli	40	60							Fagiolini	100	200	Olio	5	10
Olio	5	5	Patate	120	180	Pane	40	70	Pomodoro	Qb	Qb			
			Latte	Qb	Qb	Frutta	100	150	Aromi	Qb	Qb	Pane	40	70
Pane	40	70	Burro	5	5	Crostata	50	80	Olio	5	5	Frutta	100	150
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.

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **primavera** per **scuola dell'infanzia**
Anno scolastico 2023 – 2024 **6° settimana**

Lunedì *Risotto ai carciofi* *Polpette alla pizzaiola* *Insalata di mais e carote* *Frutta di stagione*			*Martedì* *Minestra in brodo vegetale* *Fesa di tacchino arrosto* *Zucchine trifolate* *Frutta di stagione*			*Mercoledì* *Riso al pomodoro* *Polpette di platessa e patate* *Insalata e pomodori* *Frutta di stagione*			*Giovedì* *Pasta al pomodoro* *Frittata di patate* *Spinaci saltati* *Frutta di stagione*			*Venerdì* *Pasta al pomodoro fresco e basilico* *Bocconcini di parmigiano* *Bietola all'agro* *Frutta di stagione*		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	50	70	Pasta	30	50	Riso	50	70	Pasta	50	70	Pasta	50	70
Aromi	Qb	Qb	Brodo	Qb	Qb	Pomodoro	20	35	Pomodoro	20	35	Basilico	Qb	Qb
Carciofi	20	35	Olio	5	5	Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb	Pomodoro	20	50
Olio	5	5				Olio	5	5	Olio	5	5	Olio	5	5
			Tacchino	50	80									
Carne	40	70	Aromi	Qb	Qb	Platessa	70	100	Uovo	N°1/2	N°1	Parmigiano	30	50
Uovo	Qb	Qb	Olio	5	5	Uova	Qb	Qb	Patate	30	40			
Pangrattat	Qb	Qb				Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Bietola	100	200
o	Qb	Qb	Zucchine	100	200	Pangrattato	Qb	Qb				Limone	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5	Spinaci	100	200	Olio	5	5
Aromi	5	5	Olio	5	5				Aromi	Qb	Qb			
Olio						Insalata	20	30	Olio	5	5	Pane	40	70
	30	50	Pane	40	70	Pomodori	70	100				Frutta	100	150
Mais	70	100	Frutta	100	150	Olio	5	5	Pane	40	70			
Carote	20	50							Frutta	100	150			
Fagiolini	5	10				Pane	40	70						
Olio						Frutta	100	150						
	40	70												
Pane	100	150												
Frutta														

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

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

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per l'asilo nido
DIETE SPECIALI
Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	Risotto allo zafferano Merluzzo panato Carote all'olio Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Arista Cavolfiore rifatto Frutta di stagione	Pasta al ragù Polpette di ceci Insalata mista Frutta di stagione	Crema di ceci con pasta Finocchi e carote all'olio Frutta di stagione Ricotta con miele	Pasta all'olio Sformato di porri e formaggio Piselli all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Merluzzo all'olio Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Banana	Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Fettina all'olio	Frittata di porri no latte e derivati
NO POMODORO	Menù del giorno	Pasta all'olio Cavolfiore rifatto no pomodoro	Pasta al ragù in bianco Insalata mista no pomodoro	Menù del giorno	Menù del giorno

NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno	Petto di pollo all'olio	Menù del giorno	Petto di pollo all'olio
NO PESCE	Fettina all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte allo zafferano Merluzzo panato con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Pane no glutine	Pasta no glutine al ragù Polpette di ceci con pangrattato no glutine Pane no glutine	Crema di ceci con pasta no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine all'olio Sformato di porri e formaggio con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Polpette di miglio	Frittata	Pasta al pomodoro	Menù del giorno	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Merluzzo no preimpanato	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Frittata o fettina all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per l'asilo nido
DIETE SPECIALI
Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
2° SETTIMANA	Riso all'olio Petto di pollo alla salvia Bietola all'agro Frutta di stagione	Pizza margherita Bocconcini di parmigiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Merluzzo panato al forno Fagiolini al pomodoro Frutta di stagione	Crema di piselli e patate Cotoletta alla milanese Finocchi e carote in pinzimonio Frutta di stagione	Crema di lenticchie con quadrucci Mozzarella Carote all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Patate lesse Banana	Pasta all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Merluzzo all'olio Patate lesse Banana	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Pizza al pomodoro no mozzarella Prosciutto cotto senza tracce di latte e derivati sulla superficie	Menù del giorno	Crema di piselli e patate no latte e derivati	Crema di lenticchie e quadrucci no panna Bresaola
NO POMODORO	Menù del giorno	Focaccia bianca solo mozzarella	Pasta all'olio Fagiolini all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno

NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Cotoletta impanata no uovo	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno	Uovo sodo	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte all'olio Pane no glutine	Impasto per pizza no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Merluzzo con pangrattato no glutine Pane no glutine	Cotoletta impanata prevista dal prontuario Pane no glutine	Crema di lenticchie con pasta no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Fagioli al pomodoro	Menù del giorno	Piselli all'olio	Uovo sodo	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Merluzzo no preimpanato	Cotoletta no preimpanata	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Platessa all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per l'asilo nido
DIETE SPECIALI
Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3° SETTIMANA	Risotto ai porri Roast beef Spinaci saltati Frutta di stagione	Lasagne al ragù di lenticchie Zucchine trifolate Frutta di stagione Ricotta con miele	Minestrone di verdura con farro Polpette di vitellone al pomodoro Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Merluzzo panato Finocchi e carote all'olio Frutta di stagione	Passato di fagioli con pasta Robiola Carote all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Banana	Pasta all'olio Merluzzo all'olio Carote all'olio Banana	Pasta all'olio Platessa all'olio Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Pasta al ragù di lenticchie Prosciutto cotto senza tracce di lattosio	Polpette senza latte e derivati	Menù del giorno	Platessa all'olio
NO POMODORO	Menù del giorno	Lasagne al ragù di lenticchie no pomodoro	Minestrone no pomodoro Polpette di manzo in bianco	Pasta all'olio	Menù del giorno
NO UOVO	Menù del giorno	Pasta al ragù di lenticchie	Polpette no uovo	Menù del giorno	Menù del giorno

NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Pollo all'olio	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte ai porri Pane no glutine	Lasagne no glutine al ragù di lenticchie Pane no glutine	Minestrone di verdura con riso Polpette di manzo con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Merluzzo panato con pangrattato no glutine Pane no glutine	Passato di fagioli con pasta no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Frittata	Menù del giorno	Pecorino toscano	Fagioli al pomodoro	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Merluzzo no preimpanato	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per l'asilo nido
DIETE SPECIALI
Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4° SETTIMANA	Pasta con crema di carote e ricotta Uovo sodo (salsa verde all'infanzia) Misto di verdura a buglione Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Polpettone Spinaci saltati Frutta di stagione	Risotto agli asparagi Spezzatino di tacchino Carote filè Frutta di stagione	Crema di carote e patate Frittata Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Merluzzo alla livornese Fagiolini all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Filetto di platessa all'olio Patate lesse Banana	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela	Riso all'olio Tacchino all'olio Carote lesse Banana	Fettina all'olio Patate lesse Mela	Merluzzo all'olio Carote lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Pasta con crema di carote no ricotta	Polpettone no latte e derivati	Menù del giorno	Crema di carote e patate no latte e derivati Frittata no latte e derivati	Menù del giorno
NO POMODORO	Misto di verdure a buglione no pomodoro	Pasta all'olio Polpettone in bianco	Bocconcini di tacchino agli aromi in bianco	Insalata mista no pomodoro	Merluzzo all'olio

NO UOVO	Platessa all'olio	Polpettone no uovo o fettina all'olio	Menù del giorno	Fettina all'olio	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Fettina all'olio
NO GLUTINE	Pasta no glutine alla crema di carote e ricotta Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Polpettone con pangrattato no glutine Pane no glutine	Riso cotto a parte agli asparagi Pane no glutine	Pane no glutine	Pasta no glutine al burro Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Menù del giorno	Emmental	Mozzarella	Menù del giorno	Fagioli al pomodoro Insalata
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Salsa verde no frutta secca	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

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per l'asilo nido
DIETE SPECIALI
Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
5° SETTIMANA	Risotto agli asparagi Pollo arrosto Piselli all'olio Frutta di stagione	Crema di asparagi con quadrucci Merluzzo panato al forno Purè di patate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Barchette di finocchi gratinati Crostata con confettura di pomodori	Pasta all'olio Sformato di formaggio e cavolfiore Fagiolini al pomodoro Frutta di stagione	Passato di verdura con orzo Spezzatino di vitellone con patate Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Merluzzo all'olio Patate lesse Banana	Pasta all'olio Pollo all'olio Carote lesse Mela	Fettina all'olio Patate lesse Mela	Riso all'olio Fettina all'olio Patate lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Crema di asparagi no panna Patate lesse	Finocchi gratinati no formaggio	Frittata	Menù del giorno
NO POMODORO	Menù del giorno	Menù del giorno	Pasta all'olio Crostata con confettura di frutta	Fagiolini all'olio	Passato di verdura con orzo no pomodoro Spezzatino con patate in bianco

NO UOVO	Menù del giorno	Merluzzo con impanatura no uovo	Menù del giorno	Emmental	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Fettina all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte agli spinaci Pane no glutine	Crema di asparagi con pasta no glutine Merluzzo con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Finocchi gratinati con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine all'olio Pane no glutine	Passato di verdura con riso Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Uovo al pomodoro	Ricotta	Menù del giorno	Menù del giorno	Ceci al pomodoro
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Merluzzo no preimpanata	Crostata no frutta secca e no olio di semi o di arachidi	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per l'asilo nido

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
6° SETTIMANA	Risotto ai carciofi Polpette di vitellone alla pizzaiola Insalata di mais e carote Frutta di stagione	Minestra in brodo vegetale Fesa di tacchino arrosto Zucchine trifolate Frutta di stagione	Riso al pomodoro Polpette di platessa e patate Insalata e pomodori Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata di patate Spinaci saltati Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco e basilico Bocconcini di parmigiano Bietola all'agro Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela	Petto di tacchino all'olio Zucchine lesse Banana	Riso all'olio Merluzzo all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Patate lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Polpette senza tracce di latte e derivati	Menù del giorno	Menù del giorno	Frittata no latte e derivati	Pollo all'olio
NO POMODORO	Polpette in bianco	Minestra in brodo vegetale no pomodoro	Riso all'olio Solo insalata	Pasta all'olio	Pasta all'olio

NO UOVO	Fettina all'olio	Menù del giorno	Merluzzo all'olio	Fettina all'olio	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno	Fettina all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte ai carciofi Polpette con pangrattato o farina no glutine Pane no glutine	Minestra in brodo vegetale con pastina no glutine Pane no glutine	Riso cotto a parte al pomodoro Polpette di platessa e patate con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro fresco e basilico Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Uovo al pomodoro	Pecorino toscano	Polpette di ceci	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	Polpette di sola carne di vitellone	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Bresaola

San Gimignano, marzo 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali