

MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2022/2023 (ottobre ad aprile)

SERVIZIO RISTORAZIONE SCOLASTICA - Comune di Capannoli e Palaia

ASILO NIDO

Sett.	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1°	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al pomodoro• Fagioli cannellini lessi• Finocchi gratinati• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Risotto al pomodoro• Arrosto di vitello• Fagiolini• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso all'olio e parmigiano• Pisellini primavera al forno• Spinaci• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdura con riso/pastina/orzo/crostini• Cuori di merluzzo al forno• Bietola• Dolce casalingo	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di lombarda• Uovo sodo• Carote al vapore• Frutta di stagione
2°	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdure• Pollo e patate al forno• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta all'olio• Filetto di merluzzo dorato al forno• Spinaci all'olio• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Lasagne al ragù di carne bovina• Insalata mista• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al pesto• Tacchino/ Coniglio disossato al forno• Cavolfiore gratinato• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Polenta di mais al pomodoro• Fagioli lessi• Carote julienne• Frutta di stagione
3°	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di verdure e legumi con cereali• Uova al pomodoro• Carote al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Risotto al pomodoro• Lenticchie in umido• Finocchi julienne• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdura• Pizza margherita• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Crema di zucca e patate con riso/pastina/orzo/crostini• Brasato di vitellone• Bietola• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Risotto alla verza• Cuori di merluzzo al pomodoro• Fagiolini• Dolce casalingo
4°	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdure con riso/pastina/orzo/crostini• Petto di pollo alla salvia• Insalata mista• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Gnocchetti sardi al pomodoro• Hamburger di verdure• Cavolfiore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pastina in brodo di carne bovina• Filetto di merluzzo alla mugnaia• Purè• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al ragù di carne bovina• Purè di ceci *• Pinzimonio• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso alla parmigiana• Polpettone di vitello in bianco/pomodoro• Finocchi gratinati al forno• Frutta di stagione

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.

MENU' INVERNALE - Anno scolastico 2022/2023 (ottobre ad aprile)

ASILO NIDO

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
5°	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al pomodoro• Pisellini primavera al forno• Carote in umido• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Risotto alla verza• Spezzatino di tacchino in umido• Spinaci all'olio• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta alla zucca• Merluzzo alla mugnaia• Carote Julienne• Dolce casalingo	<ul style="list-style-type: none">• Passato di legumi con riso/pastina/orzo/crostini• Uovo sodo• Patate al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Risotto al ragù di verdure• Filetto di merluzzo dorato al forno• Finocchi gratinati• Frutta di stagione
6°	<ul style="list-style-type: none">• Crema di porri e patate con riso/pastina/orzo/crostini• Tacchino/ Coniglio disossato al forno• Bietola• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al pesto• Cuori di merluzzo al pomodoro• Finocchi gratinati• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Lasagne al ragù di carne bovina• Insalata mista• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso all'olio e parmigiano• Merluzzo all'isolana• Fagiolini al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di verdura con riso/pastina/orzo/crostini• Hamburger di ceci• Spinaci saltati• Frutta di stagione
7°	<ul style="list-style-type: none">• Pasta all'olio e parmigiano• Straccetti di pollo al limone• Carote lesse• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdura• Pizza margherita• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pastina in brodo di carne bovina• Polpettone di vitello in bianco/pomodoro• Finocchi gratinati al forno• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Passato di verdura e legumi• Merluzzo alla mugnaia• Spinaci• Dolce casalingo	<ul style="list-style-type: none">• Gnocchetti sardi al pomodoro• Fagioli lessati• Insalata verde• Frutta di stagione
8°	<ul style="list-style-type: none">• Risotto allo zafferano• Polpette di merluzzo• Cavolfiore al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Minestra di verdure con riso/pastina/orzo/crostini• Pollo al forno• Patate arrosto/al vapore• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Polenta di mais al pomodoro• Uovo sodo• Carote julienne• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Riso all'olio e parmigiano• Frittata farina di ceci e verdure• Insalata mista• Frutta di stagione	<ul style="list-style-type: none">• Pasta al ragù• Spinaci saltati• Frutta di stagione

Nota: Per incentivare l'uso dei legumi in alcune giornate sono stati introdotti come secondo piatto dopo un primo contenente già proteine, anche se il legume ha di per se un valore nutrizionale adeguato. Per questo motivo in queste giornate le quantità di proteine (ad esempio ragù+ legumi) sono date dalla sommatoria di entrambi i piatti.