



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **primavera per scuola primaria**
Anno scolastico 2024 – 2025 **1° settimana**

<i>Lunedì e Martedì</i>			<i>Mercoledì e Giovedì</i>		
<i>Pasta al pomodoro</i>			<i>Pasta al ragù</i>		
<i>Arista</i>			<i>Fagioli all'uccelletto</i>		
<i>Cavolfiore rifatto</i>			<i>Insalata mista</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Pasta	70	80
Pomodoro	35	35	Carne	20	25
Odori	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb
Olio	5	5	Odori	Qb	Qb
			Olio	5	5
Arista	60	100	Fagioli secchi	30	50
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb
Olio	5	5	Pomodoro	Qb	Qb
Cavolfiore	150	200	Olio	5	5
Aromi	Qb	Qb	Insalata	40	50
Olio	5	5	Olio	5	5
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.

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Le grammature e le ricette del menù primavera per scuola primaria

Anno scolastico 2024 - 2025 2° settimana

<i><u>Lunedì e Martedì</u></i>			<i><u>Mercoledì e Giovedì</u></i>		
<i>Pizza margherita</i>			<i>Pasta al pomodoro</i>		
<i>Bocconcini di parmigiano</i>			<i>Halibut panato al forno</i>		
<i>Insalata mista</i>			<i>Fagiolini all'olio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Impasto	170	200	Pasta	70	80
Pomodoro	Qb	Qb	Pomodoro	35	35
Aromi	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Mozzarella	30	50	Olio	5	5
Olio	5	10			
			Halibut	100	150
Parmigiano	30	50	Pangrattato	Qb	Qb
			Olio	5	5
Insalata	40	50			
Olio	5	5	Fagiolini	150	200
			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.

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Le grammature e le ricette del menù primavera per scuola primaria

Anno scolastico 2024 - 2025 3° settimana

<u>Lunedì e Martedì</u>			<u>Mercoledì e Giovedì</u>		
<i>Lasagne al ragù di lenticchie</i>			<i>Minestrone di verdura con farro</i>		
<i>Ricotta</i>			<i>Polpette di vitellone al pomodoro</i>		
<i>Insalata mista</i>			<i>Patate arrosto</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Farro	30	50
Besciamella	40	50	Verdura	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Olio	5	5
Lenticchie secche	30	50	Vitellone	60	80
Odori	Qb	Qb	Uovo	Qb	Qb
Olio	5	5	Parmigiano	10	15
Ricotta	80	100	Pangrattato	Qb	Qb
Insalata	40	50	Pomodoro	Qb	Qb
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
Pane	50	70	Olio	5	5
Frutta	150	150	Patate	120	180
			Aromi	Qb	Qb
			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.

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Le grammature e le ricette del menù primavera per scuola primaria

Anno scolastico 2024 - 2025 4° settimana

<u>Lunedì e Martedì</u>			<u>Mercoledì e Giovedì</u>		
<i>Gnocchi di patate al pomodoro</i>			<i>Risotto agli asparagi</i>		
<i>Uovo sodo con salsa verde</i>			<i>Petto di pollo alla salvia</i>		
<i>Misto di verdura a buglione</i>			<i>Carote filè</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Gnocchi	60	80	Riso	70	80
Pomodoro	30	35	Aromi	Qb	Qb
Odori	Qb	Qb	Asparagi	35	35
Olio	5	5	Olio	5	5
Uova	N. 1	N. 1 ½	Pollo	60	100
Prezzemol	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5
Verdure	150	200	Carote	150	200
Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Pomodoro	Qb	Qb	Pane	50	70
Olio	5	5	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.

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Le grammature e le ricette del menù primavera per scuola primaria

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

<u>Lunedì</u>			<u>Giovedì</u>		
<i>Risotto agli spinaci</i>			<i>Pasta al pesto</i>		
<i>Pollo arrosto</i>			<i>Polpette di ceci</i>		
<i>Piselli all'olio</i>			<i>Barchette di finocchi gratinati</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Yogurt alla frutta</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	70	80	Pasta	70	80
Aromi	Qb	Qb	Basilico	Qb	Qb
Spinaci	35	35	Pinoli	Qb	Qb
Olio	5	5	Parmigiano	10	10
			Olio	5	5
Pollo	60	100	Ceci secchi	30	50
Aromi	Qb	Qb	Uova	Qb	Qb
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
Piselli	50	60	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5
Pane	50	70	Finocchi	150	200
Frutta	150	150	Parmigiano	10	15
			Pangrattato	Qb	Qb
			Olio	5	5
			Pane	50	70
			Yogurt	125	125

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

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali

Comune di Castelnuovo Berardenga



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Le grammature e le ricette del menù primavera per scuola primaria

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

<u>Martedì</u>			<u>Giovedì</u>		
<i>Minestra in brodo vegetale</i>			<i>Riso al pomodoro</i>		
<i>Fesa di tacchino arrosto</i>			<i>Polpette di platessa e patate</i>		
<i>Insalata e pomodori</i>			<i>Zucchine trifolate</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	50	Riso	70	80
Brodo	Qb	Qb	Pomodoro	20	35
Olio	5	5	Odori	Qb	Qb
			Olio	5	5
Tacchino	60	100	Platessa	100	120
Aromi	Qb	Qb	Patate	Qb	Qb
Olio	5	5	Uova	Qb	Qb
Insalata	20	50	Pangrattato	Qb	Qb
Pomodori	100	100	Olio	5	5
Olio	5	5	Zucchine	150	200
Pane	50	70	Aromi	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.

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>1° SETTIMANA</u>	Pasta al pomodoro Arista Cavolfiore rifatto Frutta di stagione	Pasta al ragù Fagioli all'uccelletto Insalata mista Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Menù del giorno
NO POMODORO	Pasta all'olio Cavolfiore rifatto no pomodoro	Pasta al ragù in bianco Fagioli all'olio Insalata mista no pomodoro
NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Pasta no glutine al pomodoro Pane no glutine	Pasta no glutine al ragù Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Frittata	Pasta al pomodoro
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Frittata	Menù del giorno

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>2° SETTIMANA</u>	Pizza margherita Bocconcini di parmigiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Halibut panato al forno Fagiolini all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Halibut all'olio Patate lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Pizza al pomodoro no mozzarella Prosciutto cotto senza tracce di lattosio	Menù del giorno
NO POMODORO	Focaccia bianca solo mozzarella	Pasta all'olio
NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Uovo in salsa verde



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Impasto per pizza no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Halibut con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Menù del giorno	Uovo sodo in salsa verde
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Halibut no preimpanato
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>3° SETTIMANA</u>	Lasagne al ragù di lenticchie Ricotta Insalata mista Frutta di stagione	Minestrone di verdura con farro Polpette di vitellone al pomodoro Patate arrosto Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Pasta al ragù di lenticchie Bresaola	Polpette senza latte e derivati
NO POMODORO	Lasagne al ragù di lenticchie no pomodoro	Minestrone no pomodoro Polpette di manzo in bianco
NO UOVO	Pasta al ragù	Polpette no uovo
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Pasta per lasagne no glutine al ragù di lenticchie	Riso con crema di verdure Minestrone di



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

	Besciamella con farina no glutine Pane no glutine	verdura con riso Polpette di manzo con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Menù del giorno	Pecorino toscano
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Pasta per lasagne senza tracce di frutta a guscio	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI'	MERCOLEDI'
<u>4° SETTIMANA</u>	Gnocchi di patate al pomodoro Uovo sodo con salsa verde Verdure a buglione Frutta di stagione	Risotto agli asparagi Petto di pollo alla salvia Carote fileè Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Filetto di platessa all'olio Patate lesse Banana	Riso all'olio Pollo all'olio Carote lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Gnocchi di patate senza tracce di latte e derivati al pomodoro o pasta al pomodoro	Patate lesse
NO POMODORO	Gnocchi di patate olio/burro e formaggio Misto di verdure a buglione no pomodoro	Menù del giorno
NO UOVO	Gnocchi no uovo al pomodoro o pasta al pomodoro Filetto di platessa all'olio	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO PESCE	Petto di pollo all'olio	Menù del giorno
NO GLUTINE	Gnocchi di patate previsti dal prontuario al pomodoro Pane no glutine	Riso cotto a parte agli asparagi Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Menù del giorno	Mozzarella
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Salsa verde no frutta secca	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>5° SETTIMANA</u>	Risotto agli spinaci Pollo arrosto Piselli all'olio Frutta di stagione	Pasta al pesto Polpette di ceci Barchette di finocchi gratinati Yogurt alla frutta
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Fettina di vitellone all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Pasta olio e basilico Polpette di ceci no formaggio Finocchi gratinati no formaggio Frutta fresca
NO POMODORO	Menù del giorno	Polpette di ceci in bianco
NO UOVO	Menù del giorno	Ceci all'olio
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte agli spinaci	Pasta no glutine al pesto previsto dal



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

	Pane no glutine	prontuario Polpette di ceci con pangrattato no glutine Finocchi gratinati con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Uovo al pomodoro	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Pasta olio e basilico
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù PRIMAVERA per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	MARTEDI'	GIOVEDI'
<u>6° SETTIMANA</u>	Minestra in brodo vegetale Fesa di tacchino arrosto Insalata e pomodori Frutta di stagione	Riso al pomodoro Polpette di platessa e patate Zucchine trifolate Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Petto di pollo all'olio Carote lesse Banana	Riso all'olio Platessa all'olio Zucchine lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Polpette di platessa e patate no formaggio
NO POMODORO	Minestra in brodo vegetale no pomodoro Insalata verde	Riso all'olio Polpette di platessa e patate in bianco
NO UOVO	Menù del giorno	Platessa all'olio
NO PESCE	Menù del giorno	Fettina di vitellone all'olio
NO GLUTINE	Minestra in brodo	Riso cotto a parte al



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

	vegetale con pastina no glutine Pane no glutine	pomodoro Polpette di platessa e patate con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Pecorino toscano	Polpette di ceci
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Marzo 2025

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali