



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga
Le **grammature e le ricette** del menù **autunno** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2023 - 2024 **1° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Ravioli al pomodoro</i>			<i>Pasta al pesto</i>		
<i>Arista</i>			<i>Platessa impanata</i>		
<i>Finocchi e carote in pinzimonio</i>			<i>Fagiolini saltati</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Ravioli	50	70	Pasta	70	70
Pomodoro	25	30	Basilico	Qb	Qb
Odori	Qb	Qb	Pinoli	Qb	Qb
Olio	5	5	Parmigiano	5	10
			Olio	5	5
Arista	60	80			
Aromi	Qb	Qb	Platessa	100	100
Olio	5	5	Pangrattato	Qb	Qb
			Olio	5	10
Verdure	150	200			
Olio	5	5	Fagiolini	150	200
			Aromi	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.

San Gimignano, ottobre 2023

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 **autunno** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2023 – 2024 **2° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Lasagne al ragù</i>			<i>Vellutata di carote</i>		
<i>Pecorino toscano</i>			<i>Omelette autunnale</i>		
<i>Insalata</i>			<i>Purè</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	50	70	Carote	120	150
Besciamell	40	50	Patate	50	70
Odori	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Burro	5	5
Carne macinata	30	40	Uova	N°1/2	N° 1
Olio	5	5	Parmigiano	15	30
Pecorino	40	60	Verdure	Qb	Qb
Insalata	70	100	Aromi	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5
Pane	50	70	Patate	120	180
Frutta	150	150	Latte	Qb	Qb
			Burro	5	5
			Pane	50	70
			Mele	150	150
			Cioccolato	Qb	Qb

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, ottobre 2023

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 **autunno** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2023 – 2024 **3° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Crema di verdure con crostini di pane Petto di pollo al limone Purè Frutta di stagione</i>			<i>Pasta all'olio Uovo sodo in salsa verde Fagiolini all'olio Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pane	30	50	Pasta	70	70
Verdure	Qb	Qb	Olio	5	5
Odori	Qb	Qb	Uova	N° 1	N° 1 e ½
Olio	5	5	Prezzemolo	Qb	Qb
Pollo	60	80	Olio	5	5
Limone	Qb	Qb	Fagiolini	150	200
Farina	Qb	Qb	Olio	5	10
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.

San Gimignano, ottobre 2023

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 **autunno** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2023 – 2024 **4° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Crema di zucca gialla</i>			<i>Pizza margherita</i>		
<i>Platessa impanata</i>			<i>Bocconcini di parmigiano</i>		
<i>Purè</i>			<i>Carote filè</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Zucca	100	150	Impasto	150	200
Odori	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
			Mozzarella	30	40
Platessa	100	100	Olio	5	10
Pangrattat	Qb	Qb			
o	5	5	Parmigiano	30	50
Olio					
	120	180	Carote	150	200
Patate	Qb	Qb	Olio	5	5
Latte	5	5			
Burro			Frutta	150	150
	50	70			
Pane	150	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, ottobre 2023

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 **autunno** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2023 – 2024 **5° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Risotto ai porri</i>			<i>Pasta al pomodoro</i>		
<i>Bocconcini di pollo al latte</i>			<i>Polpettone</i>		
<i>Finocchi in pinzimonio</i>			<i>Fagiolini all'olio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	70	70	Pasta	70	70
Odori	Qb	Qb	Pomodoro	70	70
Porri	25	35	Aromi	25	35
Olio	5	5	Olio	Qb	Qb
				5	5
Pollo	60	80	Carne		
Aromi	Qb	Qb	macinata		
Latte	Qb	Qb	Uovo	60	80
			Aromi	10	20
Finocchi	150	200	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	Qb	Qb
				5	10
Pane	50	70	Fagiolini		
Frutta	150	150	Olio	150	200
				5	5
			Pane		
			Frutta	50	70
				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.

San Gimignano, ottobre 2023

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 **autunno** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2023 – 2024 **6° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Passato di fagioli con pasta</i>			<i>Pasta alla crema di</i>		
<i>Stracchino</i>			<i>radicchio e parmigiano</i>		
<i>Insalata</i>			<i>Platessa impanata</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Piselli all'olio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	30	50	Pasta	70	70
Fagioli	20	30	Radicchio	Qb	Qb
Odori	Qb	Qb	Parmigiano	10	20
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
			Olio	5	5
Stracchino	40	60	Platessa	100	100
Insalata	70	100	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	5	10	Olio	5	5
Pane	50	70	Piselli	60	70
Frutta	150	150	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.

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della **Dott.ssa Fulvia Bracali**
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDÌ E MARTEDÌ	MERCOLEDÌ E GIOVEDÌ
<u>1° SETTIMANA</u>	Ravioli al pomodoro Arista Finocchi e carote in pinzimonio Frutta di stagione	Pasta al pesto Platessa impanata Fagiolini saltati Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Platessa all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Pasta al pomodoro	Pasta all'olio
NO POMODORO	Ravioli all'olio	Fagiolini saltati no pomodoro
NO UOVO	Pasta al pomodoro	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Pecorino toscano



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Ravioli no glutine al pomodoro Pane no glutine	Pasta no glutine al pesto previsto dal prontuario Platessa impanata con pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARINA	Ceci all'olio	Hamburger di soia
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Pasta al pomodoro	Pasta all'olio
NO CARNE SUINO	Platessa all'olio	Menù del giorno

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della **Dott.ssa Fulvia Bracali**
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDÌ E MARTEDÌ	MERCOLEDÌ E GIOVEDÌ
<u>2° SETTIMANA</u>	Lasagne al ragù Pecorino toscano Insalata Frutta di stagione	Vellutata di carote Omelette autunnale Purè Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Pasta al ragù Fettina all'olio	Omelette con tutti gli ingredienti tranne parmigiano e attenzione al prosciutto cotto senza tracce di latte e derivati Patate lesse
NO POMODORO	Pasta all'olio	Menù del giorno
NO UOVO	Pasta al ragù	Pollo all'olio
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Lasagne no glutine al ragù Pane no glutine	Omelette no farina o simili Prosciutto cotto previsto dal prontuario Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Lasagne al pomodoro o pasta al pomodoro	Omelette no prosciutto
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Pasta all'uovo senza tracce di frutta a guscio e/o arachidi	Prosciutto senza tracce di frutta a guscio sulla superficie
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Omelette no prosciutto

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDÌ E MARTEDÌ	MERCOLEDÌ GIOVEDÌ
<u>3° SETTIMANA</u>	Crema di verdure con crostini di pane Petto di pollo al limone Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta all'olio Uovo sodo in salsa verde Fagiolini all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela	Pollo all'olio Carote lesse
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Menù del giorno
NO POMODORO	Crema di verdure no pomodoro con crostini di pane	Menù del giorno
NO UOVO	Menù del giorno	Pollo all'olio
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO GLUTINE	Crema di verdure con crostini di pane no glutine Petto di pollo con farina no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine all'olio Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Uovo sodo	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Salsa verde no pinoli o altra frutta a guscio
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della **Dott.ssa Fulvia Bracali**
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDÌ E MARTEDÌ	MERCOLEDÌ E GIOVEDÌ
<u>4° SETTIMANA</u>	Crema di zucca gialla Platessa impanata Purè Frutta di stagione	Pizza margherita Bocconcini di parmigiano Carote filè Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Platessa all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Carote lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Patate lesse	Pizza con solo pomodoro Prosciutto cotto senza tracce di lattosio o bresaola
NO POMODORO	Menù del giorno	Focaccia con mozzarella no pomodoro
NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO PESCE	Prosciutto cotto	Menù del giorno
NO GLUTINE	Platessa impanata con pangrattato no glutine Pane no glutine	Impasto per pizza no glutine previsto dal prontuario
LATTO-OVO VEGETARIANA	Insalata Patate arrosto	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023 – 2024

	LUNEDÌ E MARTEDÌ	MERCOLEDÌ E GIOVEDÌ
<u>5° SETTIMANA</u>	Risotto ai porri Bocconcini di pollo al latte Finocchi in pinzimonio Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Polpettone Fagiolini all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Petto di pollo all'olio Finocchi lessi Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Riso senza tracce di latte e formaggio Petto di pollo all'olio	Polpettone senza latte e derivati o fettina di vitellone all'olio
NO POMODORO	Menù del giorno	Pasta all'olio
NO UOVO	Menù del giorno	Fettina all'olio



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte ai porri Pane no glutine	Pasta no glutine al pomodoro Polpettone con farina o pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Uovo sodo	Stracchino
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Polpettone senza carne suino

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della **Dott.ssa Fulvia Bracali**
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

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

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2023– 2024

	LUNEDÌ E MARTEDÌ	MARTEDÌ E MERCOLEDÌ
<u>6° SETTIMANA</u>	Passato di fagioli con pasta Stracchino Insalata Frutta di stagione	Pasta alla crema di radicchio e parmigiano Platessa impanata Piselli all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Pollo all'olio Carote lesse Banana	Pasta all'olio Platessa all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Pollo all'olio	Pasta all'olio
NO POMODORO	Passato di fagioli no pomodoro	Insalata mista no pomodoro
NO UOVO	Menù del giorno	Platessa impanata no uovo



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

NO PESCE	Menù del giorno	Petto di pollo all'olio
NO GLUTINE	Passato di fagioli con pasta no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine alla crema di radicchio e parmigiano Platessa con pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Menù del giorno	Lenticchie al pomodoro
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Platessa no preimpanata
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

San Gimignano, ottobre 2023

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali