



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

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

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Passato di ceci con pasta</i>			<i>Pasta all'olio</i>		
<i>Mozzarella</i>			<i>Platessa impanata</i>		
<i>Carote filè</i>			<i>Fagiolini trifolati</i>		
<i>Macedonia di frutta</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	40	50	Pasta	70	80
Ceci	20	30	Olio	5	5
Odori	Qb	Qb	Platessa	100	120
Olio	5	5	Farina/ pangrattato	Qb	Qb
Mozzarella	60	100	Olio	5	5
Carote	150	200	Fagiolini	150	200
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
Pane	50	70	Olio	5	5
Frutta	150	150	Pane	50	70
Limone	Qb	Qb	Frutta	150	150
Zucchero	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.

Poggibonsi, agosto 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 **estate per scuola primaria**
Anno scolastico 2024 - 2025 **2° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Riso al pomodoro</i>			<i>Lasagne al pesto</i>		
<i>Frittata</i>			<i>Ricotta</i>		
<i>Insalata mista</i>			<i>Pomodori</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	70	80	Pasta		
Pomodoro	35	35	all'uovo	50	60
Odori	Qb	Qb	Pesto	Qb	Qb
Olio	5	5	Besciamella	Qb	Qb
			Burro	10	10
Uova	N°1	N° 1 ½			
Olio	5	5	Ricotta	80	100
Insalata	40	50	Pomodori	150	200
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.

Poggibonsi, agosto 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 **estate** per **scuola primaria**
Anno scolastico 2024 - 2025 **3° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Pizza margherita</i>			<i>Pappa al pomodoro</i>		
<i>Pecorino toscano</i>			<i>Polpette di vitellone in bianco</i>		
<i>Pinzimonio</i>			<i>Insalata mista</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Impasto	170	200	Pane	80	90
Mozzarella	30	40	Odori	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Pomodoro	35	35
Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Olio	10	10	Vitellone	60	80
Pecorino	30	50	Aromi	Qb	Qb
Verdure	150	200	Uova	Qb	Qb
Olio	5	5	Pangrattato	Qb	Qb
Frutta	150	150	Olio	5	5
			Insalata	40	50
			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.

Poggibonsi, agosto 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 **Estate per scuola primaria**
Anno scolastico 2024 - 2025 **4° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Passato di verdura con farro</i>			<i>Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro</i>		
<i>Petto di pollo al limone</i>			<i>Polpette di ceci</i>		
<i>Patate arrosto</i>			<i>Verdure in pinzimonio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Farro	40	50	Ravioli	60	70
Verdure	Qb	Qb	Odori	Qb	Qb
Olio	5	5	Pomodori	35	35
			Olio	5	5
Pollo	60	100			
Limone	Qb	Qb	Ceci secchi	30	50
Olio	5	5	Uova	Qb	Qb
			Aromi	Qb	Qb
Patate	120	200	Pangrattato	Qb	Qb
Aromi	Qb	Qb	Olio	5	5
Olio	5	5			
			Verdure	150	200
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.

Poggibonsi, agosto 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 **estate per scuola primaria**
Anno scolastico 2024 - 2025 **5° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Insalata di riso</i>			<i>Pasta alle verdure</i>		
<i>Cotoletta alla milanese</i>			<i>Uovo sodo in salsa verde</i>		
<i>Insalata mista</i>			<i>Zucchine all'olio</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	70	80	Pasta	70	80
Prosciutto	15	15	Verdure	35	35
Formaggio	15	15	Odori	Qb	Qb
Verdure	35	35	Olio	5	5
Olio	5	5			
Cotoletta	60	80	Uova	N° 1	N° 1 ½
Uova	Qb	Qb	Prezzemol	Qb	Qb
Pangrattat	Qb	Qb	Olio	5	5
o	10	10	Zucchine	150	200
Olio	40	50	Olio	5	5
Insalata	5	5	Pane	50	70
Olio	50	70	Frutta	150	150
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.

Poggibonsi, agosto 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 **estate per scuola primaria**
Anno scolastico 2024 - 2025 **6° settimana**

<i>Lunedì e martedì</i>			<i>Mercoledì e giovedì</i>		
<i>Maccheroni e peperoni al forno</i>			<i>Gnocchetti sardi al pesto</i>		
<i>Petto di pollo gratinato</i>			<i>Platessa impanata</i>		
<i>Zucchine a buglione</i>			<i>Pomodori</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Pasta	70	80
Peperoni	35	35	Basilico	Qb	Qb
Aromi	Qb	Qb	Pinoli	Qb	Qb
Olio	5	5	Parmigiano	10	10
Pollo	60	100	Olio	5	5
Pangrattat	Qb	Qb		100	120
o	5	10	Platessa	Qb	Qb
Parmigian	5	5	Pangrattato	10	10
o			Olio		
Olio	150	200		150	200
	Qb	Qb	Pomodori	5	5
Zucchine	Qb	Qb	Olio		
Aromi	5	5		50	70
Pomodoro			Pane	150	150
Olio	50	70	Frutta		
	150	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.

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù ESTATE per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>1° SETTIMANA</u>	Passato di ceci con pasta Mozzarella Carote filè Macedonia di frutta	Pasta all'olio Platessa panata Fagiolini trifolati Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Carote lesse Banana	Platessa all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Bresaola	Menù del giorno
NO POMODORO	Menù del giorno	Fagiolini no pomodoro
NO UOVO	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

NO PESCE	Menù del giorno	Petto di pollo all'olio
NO GLUTINE	Passato di ceci con pasta no glutine Pane no glutine	Riso cotto a parte alle zucchine Platessa panata con pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Menù del giorno	Polpette di miglio al pomodoro fresco
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù ESTATE per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>2° SETTIMANA</u>	Riso al pomodoro Frittata Insalata mista Frutta di stagione	Lasagne al pesto Ricotta Pomodori Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Pasta olio e basilico Petto di pollo all'olio
NO POMODORO	Riso all'olio Insalata mista no pomodoro	Carote lesse
NO UOVO	Petto di pollo all'olio	Pasta al pesto
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

NO GLUTINE	Riso cotto a parte al pomodoro Pane no glutine	Pasta per lasagne no glutine al pesto previsto dal prontuario Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Pasta all'olio e basilico
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù ESTATE per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>3° SETTIMANA</u>	Pizza margherita Pecorino toscano Pinzimonio Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Polpette di vitellone in bianco Insalata mista Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Banana
NO LATTE E DERIVATI	Pizza con solo pomodoro Bresaola	Polpette di vitellone no latte e derivati o fettina all'olio
NO POMODORO	Ciaccino con sola mozzarella Pinzimonio no pomodoro	Pasta all'olio
NO UOVO	Menù del giorno	Fettina all'olio
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

NO GLUTINE	Impasto per pizza no glutine Pane no glutine	Pappa al pomodoro con pane no glutine Polpette di vitellone con pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Menù del giorno	Mozzarella
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Impasto per pizza senza tracce di frutta a guscio	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù ESTATE per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>4° SETTIMANA</u>	Passato di verdura con farro Petto di pollo al limone Patate arrosto Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Polpette di ceci Verdure in pinzimonio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Menù del giorno	Pasta al pomodoro Polpette di ceci no formaggio
NO POMODORO	Passato di verdura no pomodoro	Ravioli all'olio Polpette di ceci no pomodoro
NO UOVO	Menù del giorno	Pasta al pomodoro



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Passato di verdura con riso cotto a parte Pane no glutine	Ravioli previsti dal prontuario al pomodoro Polpette di ceci con pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Bistecca di lupino agli aromi	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Ravioli senza tracce di frutta a guscio
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù ESTATE per scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>5° SETTIMANA</u>	Insalata di riso Cotoletta alla milanese Insalata mista Frutta di stagione	Pasta alle verdure Uovo sodo in salsa verde Zucchine all'olio Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Insalata di riso no formaggio	Menù del giorno
NO POMODORO	Insalata di riso no pomodoro Insalata mista no pomodoro	Pasta alle verdure no pomodoro
NO UOVO	Insalata di riso no uovo Cotoletta impanata no uovo	Petto di pollo all'olio



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Insalata di riso cotto a parte Cotoletta alla milanese no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine alle verdure Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Insalata di riso no prosciutto o tonno Ceci al pomodoro	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Insalata di riso no prosciutto	Menù del giorno

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali
Dietista

Comune di Castelnuovo Berardenga

Menù ESTATE per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2024 – 2025

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<u>6° SETTIMANA</u>	Maccheroni e peperoni al forno Petto di pollo gratinato Zucchine a buglione Frutta di stagione	Gnocchetti sardi al pesto Platessa panata Pomodori Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Petto di pollo all'olio Patate lesse Mela	Pasta all'olio Platessa all'olio Carote lesse Mela
NO LATTE E DERIVATI	Maccheroni no latte e derivati Petto di pollo gratinato no formaggio	Pasta all'olio e basilico
NO POMODORO	Zucchine all'olio	Carote lesse



A cura della Dott.ssa Fulvia Bracali

Dietista

NO UOVO	Petto di pollo gratinato no uovo	Menù del giorno
NO PESCE	Menù del giorno	Ricotta
NO GLUTINE	Pasta no glutine ai peperoni al forno Petto di pollo gratinato con pangrattato no glutine Pane no glutine	Pasta no glutine al pesto previsto dal prontuario Platessa panata con pangrattato no glutine Pane no glutine
LATTO-OVO VEGETARIANA	Fagioli all'uccelletto	Ricotta
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Pasta all'olio e basilico
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Poggibonsi, agosto 2024

La Dietista
Dott.ssa Fulvia Bracali