



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

Comune di Castelnuovo Berardenga  
Le **grammature e le ricette** del menù **inverno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2025 - 2026 **1° settimana**

<i><u>Lunedì e martedì</u></i>			<i><u>Mercoledì e giovedì</u></i>		
<i>Pasta al ragù</i>			<i>Minestra in brodo vegetale</i>		
<i>Mozzarella</i>			<i>con pasta</i>		
<i>Spinaci saltati</i>			<i>Halibut panato</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Zucca gialla al rosmarino</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Pasta	40	50
Carne	20	30	Brodo	Qb	Qb
Pomodoro	Qb	Qb	Halibut	100	150
Odori	Qb	Qb	Pangrattato	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5
Mozzarella	50	100	Verdure	150	200
Spinaci	150	200	Olio	5	5
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.

Gennaio 2026

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 inverno per scuola primaria

Anno scolastico 2025 - 2026 **2° settimana**

<u>Lunedì e martedì</u>			<u>Mercoledì e giovedì</u>		
<i>Risotto alla zucca gialla</i>			<i>Passato di verdure con orzo</i>		
<i>Uovo sodo con salsa verde</i>			<i>Arista</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
Riso	70	80	Orzo	40	50
Zucca	25	35	Verdure	Qb	Qb
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5
Uova	N°1	N°1° ½	Arista	60	100
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb
Olio	5	5	Olio	5	5
Insalata	40	50	Patate	120	300
Olio	5	5	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.

Gennaio 2026

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 **inverno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2025 - 2026 **3° settimana**

<i><u>Lunedì e martedì</u></i>			<i><u>Mercoledì e giovedì</u></i>		
<i>Pasta al pomodoro</i>			<i>Vellutata di zucca gialla e porri</i>		
<i>Petto di pollo panato</i>			<i>con farro</i>		
<i>Carote all'olio</i>			<i>Hamburger</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Patate lesse</i>		
			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Farro	40	50
Pomodoro	25	35	Zucca gialla	Qb	Qb
Odori	Qb	Qb	Porri	Qb	Qb
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
			Olio	5	5
Pollo	60	100			
Pangrattato	Qb	Qb	Hamburger	60	100
Farina	Qb	Qb	Olio	5	5
Uova	Qb	Qb			
Olio	5	5	Patate	120	200
			Olio	5	5
Carote	150	200			
Olio	5	5	Pane	50	70
			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.

Gennaio 2026

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 **inverno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2025 - 2026 **4° settimana**

<u>Lunedì e martedì</u>			<u>Mercoledì e giovedì</u>		
<i>Risotto al salto</i>			<i>Lasagne al ragù di lenticchie</i>		
<i>Pollo arrosto</i>			<i>Primo sale</i>		
<i>Finocchi gratinati</i>			<i>Insalata mista</i>		
<i>Frutta di stagione</i>			<i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Riso	70	80	Pasta uovo	40	50
Parmigiano	5	5	Lenticchie		
Aromi	Qb	Qb	secche	20	25
Zafferano	Qb	Qb	Pomodoro	Qb	Qb
Burro	5	5	Odori	Qb	Qb
			Besciamella	Qb	Qb
Pollo	60	100	Olio	5	5
Aromi	Qb	Qb			
Olio	5	5	Primo sale	50	80
Finocchi	150	20	Insalata	40	50
Pangrattato	Qb	Qb	Olio	5	5
Olio	5	05			
			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.

Gennaio 2026

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 **inverno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2025 - 2026 **5° settimana**

<u>Lunedì e martedì</u> <i>Pizza margherita</i> <i>Stracchino</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta di stagione</i>			<u>Mercoledì e giovedì</u> <i>Passato di ceci con riso</i> <i>Frittata di patate</i> <i>Spinaci saltati</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Impasto	200	250	Riso	40	50
Pomodoro	Qb	Qb	Ceci	20	30
Aromi	Qb	Qb	Aromi	Qb	Qb
Mozzarella	50	60	Olio	5	5
Olio	5	5			
			Uova	N.1	N. 2
Stracchino	40	80	Patate	Qb	Qb
			Olio	5	5
Insalata	40	50	Spinaci	150	200
Olio	5	5	Aromi	Qb	Qb
			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.

Gennaio 2026

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 **inverno** per **scuola primaria**

Anno scolastico 2025 - 2026 **6° settimana**

<i><u>Lunedì e martedì</u></i> <i>Pasta alle verdure</i> <i>Crocchette di carne e patate</i> <i>Verdure miste in pinzimonio</i> <i>Frutta di stagione</i>			<i><u>Mercoledì e giovedì</u></i> <i>Lasagne alla zucca gialla</i> <i>Ricotta</i> <i>Fagiolini all'olio</i> <i>Frutta di stagione</i>		
Alimenti	bambini	adulti	Alimenti	bambini	adulti
Pasta	70	80	Pasta		
Verdure	Qb	Qb	all'uovo	40	50
Odori	Qb	Qb	Besciamella	Qb	Qb
Olio	5	5	Zucca gialla	30	40
			Burro	5	5
Carne	60	80			
Patate	Qb	Qb	Ricotta	80	100
Pangrattato	Qb	Qb			
Uovo	Qb	Qb	Fagiolini	150	200
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.

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali

**Comune di Castelnuovo Berardenga**  
Menù INVERNO per la scuola primaria  
DIETE SPECIALI



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

Anno scolastico 2025 – 2026

	<b>LUNEDI' E MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI' E GIOVEDI'</b>
<b><u>1° SETTIMANA</u></b>	Pasta al ragù Mozzarella Spinaci saltati Frutta di stagione	Minestra in brodo vegetale con pasta Halibut panato Zucca gialla al rosmarino Frutta di stagione
<b>DIETA IN BIANCO</b>	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Mela o banana	Halibut all'olio Carote lesse Mela o banana
<b>NO LATTE E DERIVATI</b>	Fettina all'olio	Menù del giorno
<b>NO POMODORO</b>	Pasta al ragù in bianco o all'olio	Minestra no pomodoro Verdure in pinzimonio no pomodoro
<b>NO UOVO</b>	Menù del giorno	Halibut no preimpanato
<b>NO PESCE</b>	Menù del giorno	Pollo all'olio



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

NO GLUTINE	Pasta no glutine al ragù Pane no glutine	Minestra in brodo vegetale con pasta no glutine Halibut panato con pangrattato no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Pasta al pomodoro	Frittata
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Halibut no preimpanato Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali

**Comune di Castelnuovo Berardenga**  
Menù INVERNO per la scuola primaria  
DIETE SPECIALI





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

Anno scolastico 2025 – 2026

	<b>LUNEDI' E MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI' E GIOVEDI'</b>
<b><u>2° SETTIMANA</u></b>	Risotto alla zucca gialla Uovo sodo con salsa verde Insalata mista Frutta di stagione	Passato di verdure con orzo Arista Patate arrosto Frutta di stagione
<b>DIETA IN BIANCO</b>	Riso all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela o banana	Pasta all'olio Fettina all'olio Patate lesse Mela o banana
<b>NO LATTE E DERIVATI</b>	Menù del giorno	Menù del giorno
<b>NO POMODORO</b>	Insalata mista no pomodoro	Passato di verdure no pomodoro
<b>NO UOVO</b>	Pollo all'olio	Menù del giorno
<b>NO PESCE</b>	Menù del giorno	Menù del giorno
<b>NO GLUTINE</b>	Riso cotto a parte alla zucca gialla Pane no glutine	Passato di verdure con riso Pane no glutine



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

NO CARNE E PESCE	Menù del giorno	Seitan panato
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Fettina all'olio

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali

**Comune di Castelnuovo Berardenga**

Menù INVERNO per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2025 – 2026

	<b>LUNEDI' E MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI' E GIOVEDI'</b>
--	-------------------------------	----------------------------------



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

<b><u>3° SETTIMANA</u></b>	Pasta al pomodoro Petto di pollo panato Carote all'olio Frutta di stagione	Vellutata di zucca gialla e porri con farro Hamburger Patate lesse Frutta di stagione
<b>DIETA IN BIANCO</b>	Pasta all'olio Pollo all'olio Carote lesse Mela o banana	Riso all'olio Fettina all'olio Mela o banana
<b>NO LATTE E DERIVATI</b>	Pollo impanato no formaggio	Hamburger no lattosio
<b>NO POMODORO</b>	Pasta all'olio	Menù del giorno
<b>NO UOVO</b>	Pollo impanato no uovo	Menù del giorno
<b>NO PESCE</b>	Menù del giorno	Menù del giorno
<b>NO GLUTINE</b>	Pasta no glutine al pomodoro Pollo impanato con pangrattato no glutine Pane no glutine	Vellutata di zucca gialla e porri con riso Pane no glutine
<b>NO CARNE E PESCE</b>	Uovo sodo	Burger di soia



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

NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Pollo no preimpanato	Menù del giorno
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali

### **Comune di Castelnuovo Berardenga**

Menù INVERNO per la scuola primaria

#### DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2025 – 2026

	<b>LUNEDI' E MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI' E GIOVEDI'</b>
<b><u>4° SETTIMANA</u></b>	Risotto al salto Pollo arrosto Finocchi gratinati Frutta di stagione	Lasagne al ragù di lenticchie Primo sale Carote filè



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

		Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Riso all'olio Pollo all'olio Patate lesse Mela o banana	Pasta all'olio Fettina di vitellone all'olio Carote lesse Mela o banana
NO LATTE E DERIVATI	Riso all'olio	Pasta al ragù di lenticchie Fettina di vitellone all'olio
NO POMODORO	Menù del giorno	Lasagne al ragù di lenticchie in bianco
NO UOVO	Menù del giorno	Pasta al ragù di lenticchie
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Riso cotto a parte al salto Finocchi gratinati con pangrattato no glutine Pane no glutine	Lasagne no glutine al ragù di lenticchie Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Frittata	Menù del giorno



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

NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Pasta per lasagne senza tracce di frutta a guscio
NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali

### **Comune di Castelnuovo Berardenga**

Menù INVERNO per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2025 – 2026

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<b><u>5° SETTIMANA</u></b>	Pizza margherita Stracchino Insalata mista Frutta di stagione	Passato di ceci con riso Frittata di patate Spinaci saltati Frutta di stagione
DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Pesce all'olio	Riso all'olio Pesce all'olio



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

	Carote lesse Mela o banana	Patate lesse Mela o banana
NO LATTE E DERIVATI	Pizza con solo pomodoro Bresaola	Frittata no latte e formaggio
NO POMODORO	Pizza bianca con solo mozzarella	Menù del giorno
NO UOVO	Menù del giorno	Pesce all'olio
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Impasto per pizza no glutine	Passato di ceci con riso cotto a parte Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Impasto per pizza senza tracce di frutta a guscio	Pane comune



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

NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali

**Comune di Castelnuovo Berardenga**

Menù INVERNO per la scuola primaria

DIETE SPECIALI

Anno scolastico 2025 – 2026

	LUNEDI' E MARTEDI'	MERCOLEDI' E GIOVEDI'
<b><u>6° SETTIMANA</u></b>	Pasta alle verdure Crocchette di carne e patate Verdure miste in pinzimonio Frutta di stagione	Lasagne alla zucca gialla Ricotta Fagiolini all'olio Frutta di stagione





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

DIETA IN BIANCO	Pasta all'olio Fettina all'olio Carote lesse Mela o banana	Pasta all'olio Pesce all'olio Carote lesse Mela o banana
NO LATTE E DERIVATI	Crocchette senza formaggio o fettina all'olio	Pasta alla zucca gialla no besciamella Pesce all'olio
NO POMODORO	Pasta alle verdure no pomodoro	Menù del giorno
NO UOVO	Fettina all'olio	Pasta alla zucca gialla
NO PESCE	Menù del giorno	Menù del giorno
NO GLUTINE	Pasta no glutine alle verdure Crocchette con pangrattato no glutine Pane no glutine	Lasagne no glutine alla zucca gialla con besciamella no glutine Pane no glutine
NO CARNE E PESCE	Frittata	Menù del giorno
NO ARACHIDI E FRUTTA SECCA	Menù del giorno	Menù del giorno



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

NO CARNE SUINO	Menù del giorno	Menù del giorno

Gennaio 2026

La Dietista  
Dott.ssa Fulvia Bracali