



menù ESTATE

dal 20 maggio al 7 giugno

primaria e secondaria Alfani

menù estate PRIMARIA E SECONDARIA ALFANI

20-24 MAGGIO

LUNEDÌ

Riso al burro
Formine di mare*
Fagiolini* all'olio
Frutta

MARTEDÌ

Tortelli di patate
al pomodoro
Bocconcini di mozzarella
Insalata con mais
Frutta

MERCOLEDÌ

Menù biodiversità
Pasta di grani antichi
al pesto della varietà¹
Polpette fantasia²
con salsa Bugs Bunny
Pomodori gialli e rossi
Crostatà alla marmellata

GIOVEDÌ

Cavatappi pomodoro
e olive
Uovo sodo
Crudité di carote
Frutta

VENERDÌ

Pennette olio e basilico
Pollo arrosto
Zucchine trifolate
Frutta

SETTIMANA
1

27-31 MAGGIO


LUNEDÌ

Gnocchetti sardi roseé
Uovo sodo
Crudité di carote
Frutta

MARTEDÌ

Sedanini agli aromi
Tonno sott'olio
Insalata con mais
Frutta

MERCOLEDÌ

Caserecce alla pomarola
Arista alla fiorentina 
Erbette saltate
Frutta

GIOVEDÌ

Menù albanese
Burek ³ (sfoglia con ragù)
Ferges⁴
Biscottini al mais

VENERDÌ

Riso zucchine e pomodoro
Bocconcini di Grana
Spinacini in insalata
Frutta

SETTIMANA
2

3 GIUGNO-7 GIUGNO

LUNEDÌ

Fusilli al ragù di seppie*
Cecina*
Spinaci* all'olio
Frutta


MARTEDÌ

Riso al pomodoro
Asiago
Carote baby* all'olio
Frutta

MERCOLEDÌ

Caserecce aglio e olio
Frittata
Fagiolini* all'olio
Frutta

GIOVEDÌ


Menù di fine anno
Orecchiette al pesto 
di basilico
Wurstel e salsa rosa
Insalata con mais
Budino al cioccolato

VENERDÌ

Penne burro e limone
Merluzzo* gratinato
Zucchine all'olio
Frutta

SETTIMANA
3

* prodotto surgelato

 piatto freddo

nota¹: zucchine, peperoni, carota, melanzana e pomodori secchi | nota²: con ceci, fagioli e barbabietola
nota³ pasta sfoglia ripiena con carne macinata | nota⁴ peperoni, cipolle, zucchine e formaggio

GLI INGREDIENTI

Crediamo che la **buona mensa** risieda anche nella qualità delle materie prime. Vi "raccontiamo" i prodotti che utilizziamo per preparare il pranzo dei bambini.

Pasta, cereali, pane e pizza

Il primo piatto è quello preferito dai bambini.

Per questo cerchiamo di alternare ricette tradizionali e semplici a quelle che prevedono l'utilizzo di verdure sotto forma di pesti e salse.

PASTA SECCA

Pasta di semola biologica, essiccata a bassa temperatura in pastifici artigianali toscani.

PASTA FRESCA

La **pasta fresca** è prodotta da un laboratorio artigianale del Mugello, con uova locali.

PANE

Il **pane** è fatto con farine locali di tipo 2, utilizzando anche grano Verna. La filiera è interamente locale, dal grano al mulino e infine al panificio!



Il **pane senza glutine** è preparato dai nostri cuochi con mix di farine senza glutine.

Dessert

I **biscotti al mais** sono prodotti da un pastificio artigianale locale..

Legumi

Rendere i legumi spesso protagonisti del pranzo è una scelta che fa bene alla salute e all'ambiente.

Soprattutto quando si scelgono quelli buoni. Vediamoli insieme:

- I **fagioli** e i **ceci** utilizzati nei nostri menù sono biologici.

Carne

È importante alternare con la giusta frequenza carne rossa e carne bianca e scegliere quella di buona qualità.

- La carne utilizzata per preparare il **pollo arrosto** è antibiotic free;
- La carne di **manzo** è di allevamenti toscani biologici;
- La carne di **suino** dell'arista è di un produttore toscano.

Prodotti ittici

Il pesce è uno degli alimenti più difficili da far apprezzare ai bambini e per questo siamo sempre alla ricerca di ricette appetitose.

- Il **merluzzo** è pescato nell'Oceano Atlantico;
- I **fiori di mare** sono fiori di pesce panati realizzati con gallinelle e moli pescati nel mar Adriatico.

Formaggi e uova

I formaggi e le uova sono un'ottima fonte di proteine, calcio e Sali minerali, tutti elementi fondamentali per la crescita nei bambini.

In questo menù proponiamo:

- **Grana Padano DOP**;
- **Mozzarella biologica** fatta con latte biologico in un caseificio toscano;
- **Asiago DOP**;
- **Burro** biologico;
- Le **uova** utilizzate per la preparazione della frittata sono fresche.

Frutta e verdura

La **frutta**, secondo disponibilità delle stagioni e del mercato, è biologica.

Le **banane** provengono da agricoltura biologica del mercato equo-solidale.

La **verdura gelo** è biologica.

Condimenti e salse a base di pomodoro

Le **salse a base di pomodoro** sono fatte con pomodoro pelato biologico.

L'**olio** utilizzato per i condimenti è l'olio extra vergine d'oliva proveniente dagli uliveti di Sesto Fiorentino, Calenzano, Signa, Carmignano.