



menù ESTATE

dal 20 maggio al 14 giugno

nido Alfani

menù estate NIDO ALFANI

20-24 MAGGIO

LUNEDÌ

Riso al burro
Merluzzo* con panatura
agli aromi
Fagiolini* all'olio
Frutta

MARTEDÌ

Quadrucci 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
Frutta

GIOVEDÌ

Cavatappi pomodoro
e olive
Uovo sodo
Carote all'olio
Frutta

VENERDÌ

Pennette olio e basilico
Pollo arrosto
Zucchine trifolate
Frutta


LUNEDÌ

Gnocchetti sardi roseé
Uovo sodo
Carote all'olio
Frutta

MARTEDÌ

Sedanini agli aromi
Merluzzo
olio
e limone
Insalata con mais
Frutta

MERCOLEDÌ

Caserecce alla pomarola
Arista alla fiorentina 
Erbette saltate
Frutta

GIOVEDÌ

Cavatappi al ragù
Ratatouille di
verdure
Biscottini al
mais

VENERDÌ

Riso zucchine e pomodoro
Bocconcini di Grana
Patate all'olio
Frutta

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

Sedanini al pesto
Polpettine all'olio
Insalata con mais
Frutta

VENERDÌ

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

10-14 GIUGNO

LUNEDÌ

Riso con zafferano
Bocconcini di mozzarella
Insalata con mais
Frutta


MARTEDÌ

Fusilli agli aromi
Fiori di mare*
Zucchine trifolate
Frutta

MERCOLEDÌ

Pappa al pomodoro
Bocconcini di pollo
al limone
Carote all'olio
Frutta


GIOVEDÌ

Mezze penne pesto
e pomodorini 
Frittata al forno
Pisellini* stufati
Frutta

VENERDÌ

Sedanini alla norma
Ceci fantasia con
coriandoli di pomodorini,
formaggio e mais
Insalata di pomodori
Frutta

* 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. I **bocconcini di pollo** sono biologici e macellati secondo metodo HALAL;
- 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 vergined'oliva proveniente dagli uliveti di Sesto Fiorentino, Calenzano, Signa, Carmignano.