

Comune di Poggibonsi

MENU' ESTIVO per i bambini delle scuole primarie di primo e di secondo grado

Anno scolastico 2009 - 2010 (periodo maggio - 16 ottobre)

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana
Lunedì	Pasta al pesto Petto di pollo agli aromi Pomodori Pere o uva	Passato di verdura con riso Brasato Patate arrosto Mela o susina	Ravioli burro e salvia Seppie con i piselli Mela o pera	Minestra in brodo vegetale Fettina di tacchino impanata Fagiolini al pomodoro Uva o susine
Martedì	Risotto alle zucchine Merluzzo impanato al forno (con limone) Insalata Albicocche o susine	Pasta al pomodoro Mozzarella Fagioli cannellini in insalata di pomodori Pera o uva	Pasta al pesto Scaloppina di maiale agli aromi Bietole all'agro Uva o susine	Riso all'olio Prosciutto crudo Pinzimonio (pomod, carote e cetrioli) Banana
Mercoledì	Minestra d'orzo Scaloppina di vitellone al pomodoro e origano Piselli all'olio Mele o pesche	Pasta al burro Tacchino al forno Insalata e carote filè Albicocche o pesche	Risotto di mare Casatella peperoni, zucchine e patate al forno Pesche o albicocche	Pasta al pesto Parmigiano reggiano insalata mista Pesche o mele
Giovedì	Pizza margherita Prosciutto cotto Carote e cetrioli a pinzimonio Susine o albicocche	Risotto dell'orto (pomod/peperoni/piselli) Tonno all'olio di oliva Pomodori e cetrioli Banana	Pasta l pomodoro fresco e basilico Roast-beef Carote filè Mela o susina	Pasta al ragù Nasello al forno Patate lesse Albicocche o susine
Venerdì	Pasta al pomodoro fresco e basilico Frittata di patate Zucchine all'olio banana	Minestra in brodo vegetale Pollo arrosto Fagiolini all'olio Uva o susine	Riso all'olio Tonno all'olio di oliva Zucchine gratinate al forno con besciamella Uva o pesche	Passato di legumi con pasta Arista Pomodori e cetrioli Mela o pera

tutti i giorni verrà distribuito il pane toscano a fette.









GRAMMATURE E RICETTARIO DEL MENU ESTIVO  
 PER I BAMBINI DELLE SCUOLE PRIMARIE DEL COMUNE DI POGGIBONSI  
 Anno scolastico 2009 - 2010 (periodo maggio - 16 ottobre)  
 I SETTIMANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Pasta al pesto Petto di pollo agli aromi Pomodori Pere o uva	Risotto alle zucchine Merluzzo impanato al forno (con limone) Insalata Albicocche o susine	Minestra d'orzo Scaloppina di vitellone al pomodoro e origano Piselli all'olio Mele o pesche	Pizza margherita Prosciutto cotto Carote e cetrioli a pinzimonio Susine o albicocche	Pasta al pomodoro fresco e basilico Frittata di patate Zucchine all'olio Banana
Dieta in bianco	Pasta all'olio e basilico	Menù del giorno	Minestra in brodo vegetale Scaloppina all'olio Carote all'olio	Pasta all'olio Prosciutto cotto Patate lesse	Frittata semplice in forno
No latte e latticini	Pasta all'olio, basilico e pinoli	Menù del giorno	Menù del giorno	Pizza al pomodoro Prosciutto cotto senza latte e derivati	Menù del giorno
No pomodoro	Insalata verde	Riso alle zucchine senza pomodoro Insalata verde	Minestra d'orzo senza pomodoro Scaloppina all'origano senza pomodoro	Schiacciata all'olio Prosciutto cotto Pnzimonio senza pomodori	Pasta al basilico e olio
No pesce	Menù del giorno	Carne impanata al forno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
No legumi	Menù del giorno	Menù del giorno	Minestra d'orzo senza legumi Carote all'olio	Menù del giorno	Menù del giorno
No uovo	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Zucchine e patate gratinate con formaggio senza uovo Zucchine all'olio
No grano	Pasta di mais o di riso	Merluzzo impanato con	Minestra di verdure con	Pasta di mais o di riso al	Pasta di mais o di riso al

	con basilico, pinoli, parmigiano e olio d'oliva Petto di pollo infar. con farina di mais o di riso Galette di riso	farina di mais o di riso Galette di riso	solo orzo no grano Scaloppina no imp. No inf. Al pomodoro e origano Galette di riso	pomodoro Prosciutto crudo senza conservanti tipo farine, amido e derivati del grano Galette di riso	pomodoro Frittata di patate senza farina Galette di riso
No arachidi e frutta secca	Pasta al basilico, olio di oliva extra v. e parmigiano	Merluzzo surgelato impanato con farina di semola (no prodotto già pronto)	Menù del giorno	Pizza con olio di oliva extra vergine Prosciutto crudo senza conservanti di olii e derivati	Menù del giorno
No glutine	Pasta no glut. Con pesto no glut. Petto di pollo infarinato con prodotto no glut. Pane no glut.	Riso alle zucchine Merluzzo impanato con prodotto no glut. Pane no glut.	Minestra in brodo di verdura con riso Scaloppina infarinato con prodotto no glut. Pane no glut.	Pizza no glut. Prosciutto cotto no glut. Pane no glut.	Pasta no glut. Al pomodoro Frittata di patate senza farina Pane no glut.
Menù vegetariano (latto - uovo)	Frittata di zucchine Pomodori	Formaggio fresco	Verdura mista bollita Piselli	Pizza margherita Stracchino o mozzarella	Menù del giorno

**Alimenti istamino – liberatori:** crostacei, pesce fresco e conservato, insaccati, formaggi fermentati, uovo, yogurt, arachidi, noci, nocciole, mandorle, pomodoro, cavoli, piselli, ceci, fagioli, arance, fragole, lamponi, kiwi, ananas, avocado, pesche, cioccolato.

**Alimenti ricchi di istamina:** formaggi stagionati, acciughe, salmone, tonno, sgombro, sardine, crostacei, molluschi, spinaci, pomodoro, patate, cavoli, insaccati, cibi in scatola, salse.

GRAMMATURE E RICETTARIO DEL MENU ESTIVO  
 PER I BAMBINI DELLE SCUOLE PRIMARIE DEL COMUNE DI POGGIBONSI  
 Anno scolastico 2009 - 2010 (periodo maggio - 16 ottobre)  
 II SETTIMANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Passato di verdure con riso Brasato Patate arrosto Mela o susina	Pasta al pomodoro Mozzarella Fagioli cannellini in insalata di pomodori Pera o uva	Pasta al burro Tacchino all'olio Insalata e carote filè Albicocche o pesche	Risotto dell'orto (pomod/pepero/pisel) Tonno all'olio di oliva Pomodori e cetrioli banana	Minestra in brodo vegetale Pollo arrosto Fagiolini all'olio Uva o susine
Dieta in bianco	Minestra in brodo vegetale Roast-beef Patate lesse	Petto pollo olio Insalata	Pasta olio	Riso al pomodoro Pesce bollito Patate lesse	Menù del giorno
No latte e latticini	Menù del giorno	Petto di pollo olio	Pasta olio	Menù del giorno	Menù del giorno
No pomodoro	Passato di verdure senza pomodoro Roast-beef	Pasta all'olio Fagioli cannellini all'olio Insalata	Menù del giorno	Riso dell'orto senza pomodoro Solo cetrioli	Minestra in brodo vegetale senza pomodoro
No pesce	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Prosciutto cotto	Menù del giorno
No legumi	Passato di sole verdure senza legumi e piselli	Solo pomodori	Menù del giorno	Risotto dell'orto senza piselli	Menù del giorno
No uovo	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
No grano	Galette di riso	Riso o pasta di mais con pomodoro Fagioli in insalata Galette di riso	Pasta di riso o di mais al burro Galette di riso	Riso dell'orto Tonno all'olio di oliva extra vergine Galette di riso	Minestra in brodo vegetale con riso Galette di riso
No arachidi e frutta secca	Menù del giorno	Fagioli cannellini e pomodori in olio extra	Menù del giorno	Tonno all'olio di oliva extra vergine	Menù del giorno

		vergine			
No glutine	Minestrone con il riso Pane no glut.	Pasta no glut. al pomodoro Pane no glut.	Pasta no glut. Al burro Tacchino all'olio Pane no glut.	Risotto dell'orto Pane no glut.	Minestra in brodo vegetale con pasta no glut. Pane no glut.
Menù vegetariano (latto - uovo)	Parmigiano	Menù del giorno	Menù del giorno	formaggio	Legumi all'olio

**Alimenti istamino - liberatori:** crostacei, pesce fresco e conservato, insaccati, formaggi fermentati, uovo, yogurt, arachidi, noci, nocciole, mandorle, pomodoro, cavoli, piselli, ceci, fagioli, arance, fragole, lamponi, kiwi, ananas, avocado, pesche, cioccolato.

**Alimenti ricchi di istamina:** formaggi stagionati, acciughe, salmone, tonno, sgombro, sardine, crostacei, molluschi, spinaci, pomodoro, patate, cavoli, insaccati, cibi in scatola, salse.

GRAMMATURE E RICETTARIO DEL MENU ESTIVO  
 PER I BAMBINI DELLE SCUOLE PRIMARIE DEL COMUNE DI POGGIBONSI  
 Anno scolastico 2009 - 2010 (periodo maggio - 16 ottobre)  
 III SETTIMANA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	Ravioli burro e salvia Seppie con i piselli Mela o pera	Pasta al pesto Scaloppina di maiale agli aromi Bietola all'agro Uva o susine	Risotto di mare Casatella Peperoni, zucchine e patate al forno Pesche o albicocche	Pasta al pomodoro fresco e basilico Roast-beef Carote filè Mela o susine	Riso all'olio Tonno all'olio Zucchine gratinate al forno con besciamella Uva o pesche
Dieta in bianco	Pasta all'olio Filetti di pesce all'olio Patate lesse	Pasta olio e basilico Fagiolini all'olio	Riso all'olio Scaloppina di pollo olio Patate lesse	Menù del giorno	Parmigiano Zucchine all'olio
No latte e latticini	Pasta all'olio e salvia	Pasta olio, basilico e pinoli	Prosciutto crudo	Menù di giorno	Zucchine al pomodoro senza formaggi e latte
No pomodoro	Menù del giorno	Bietola senza pomodoro	Riso di mare in bianco	Pasta all'olio e basilico	Zucchine gratinate senza pomodoro
No pesce	Carne all'olio con piselli	Menù del giorno	Riso all'olio	Menù del giorno	Parmigiano
No legumi	Seppie e patate lesse	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
No uovo	Pasta di semola a burro e salvia	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
No grano	Pasta di mais o di riso con burro e salvia Galette di riso	Psta di riso o di mais con basilico, pinoli, parmigiano e olio di oliva extra vergine Scaloppina no imp. No inf. Galette di riso	Galette di riso	Pasta di mais o di riso al pomodoro Galette di riso	tonno in olio di oliva extra vergine Zucchine gratinate senza besciamella ma con mozzarella Galette di riso
No arachidi e frutta secca	Pasta al burro e salvia	Pasta al basilico, parmigiano e olio di	Menù del giorno	Menù del giorno	tonno all'olio di oliva extra vergine

		oliva extra vergine			Zucchine gratinate con olio di oliva o burro
No glutine	Ravioli no glut. Al burro e salvia Pane no glut.	Pasta no glut. al pesto no glut. Scaloppina no imp. No inf. Pane no glut.	Riso di mare Pane no glut.	Pasta no glut al pomodoro Pane no glut.	Zucchine gratinate con besciamella no glut. Pane no glut.
Menù vegetariano (latto - uovo)	Ravioli burro e salvia Piselli pomodori	Uova sode	Riso e piselli	frittata	Parmigiano

**Alimenti istamino - liberatori:** crostacei, pesce fresco e conservato, insaccati, formaggi fermentati, uovo, yogurt, arachidi, noci, nocciole, mandorle, pomodoro, cavoli, piselli, ceci, fagioli, arance, fragole, lamponi, kiwi, ananas, avocado, pesche, cioccolato.

**Alimenti ricchi di istamina:** formaggi stagionati, acciughe, salmone, tonno, sgombro, sardine, crostacei, molluschi, spinaci, pomodoro, patate, cavoli, insaccati, cibi in scatola, salse.

GRAMMATURE E RICETTARIO DEL MENU ESTIVO  
PER I BAMBINI DELLE SCUOLE PRIMARIE DEL COMUNE DI POGGIBONSI  
Anno scolastico 2009 - 2010 (periodo maggio - 16 ottobre)

IV SETTIMANA

	LUNEDI' Minestra in brodo vegetale Fettina di tacchino impanata Fagiolini al pomodoro Uva o susine	MARTEDI' Riso all'olio Prosciutto crudo Pinzimonio ( pomod, carote e cetrioli) Banana	MERCOLEDI' Pasta al pesto Parmigiano reggiano Insalata mista Pesche o mele	GIOVEDI' Pasta al ragù Nasello al forno Patate lesse Albicocche o susine	VENEDI' Passato di legumi con pasta Arista Pomodori e cetrioli Mela o pera
Dieta in bianco	Fagiolini lessi	Prosciutto cotto Patate lesse	Pasta al basilico e olio Petto di pollo olio	Pasta al pomodoro	Minestra in brodo vegetale Zucchine all'olio
No latte e latticini	Menù del giorno	Menù del giorno	Pasta al basilico e olio Petto di pollo olio	Menù del giorno	Menù del giorno
No pomodoro	Minestra in brodo vegetale senza pomodoro Fagiolini all'olio	Pinzimonio senza pomodori	Menù del giorno	Pasta al ragù di carne senza pomodoro	Passato di legumi senza pomodoro Solo cetrioli
No pesce	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Fettina di carne all'olio	Menù del giorno
No legumi	Menù del giorno	Menù del giorno	Prosciutto cotto Insalata	Menù del giorno	Minestra in brodo vegetale
No uovo	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno	Menù del giorno
No grano	Minestra in brodo vegetale con riso Fettina impanata con farina di mais o riso	Riso all'olio Galette di riso	Pasta al pesto con olio di oliva extra vergine e no conservanti Galette di riso	Pasta di mais o di riso al ragù Nasello no imp. No inf. Galette di riso	Passato di legumi con riso Galette di riso

	Galette di riso				
No arachidi e frutta secca	Scaloppina fresca con impanatura di farina di semola (no preimpanata)	Menù del giorno	Pasta al basilico, parmigiano e olio extra vergine di oliva	Menù del giorno	Menù del giorno
No glutine	Minestra in brodo vegetale con pasta no glut. Fettina di tacchino impanato con prodotto no glut. Pane no glut.	Riso all'olio Prosciutto crudo previsto dal prontuario Pane no glut.	Pasta al pesto no glut. Pane no glut.	Pasta no glut al ragù Nasello inf. Con prodotto no glut. Pane no glut.	Passato di legumi con pasta no glut. Pane no glut.
Menù vegetariano (latto - uovo)	Minestra in brodo vegetale Formaggio	frittata	Menù del giorno	Pasta al pomodoro frittata	Verdure bollite Pomodori e cetrioli

**Alimenti istamino - liberatori:** crostacei, pesce fresco e conservato, insaccati, formaggi fermentati, uovo, yogurt, arachidi, noci, nocciole, mandorle, pomodoro, cavoli, piselli, ceci, fagioli, arance, fragole, lamponi, kiwi, ananas, avocado, pesche, cioccolato.

**Alimenti ricchi di istamina:** formaggi stagionati, acciughe, salmone, tonno, sgombro, sardine, crostacei, molluschi, spinaci, pomodoro, patate, cavoli, insaccati, cibi in scatola, salse.

*I MENU PER IL SERVIZIO DI  
RISTORAZIONE SCOLASTICA*

*SCUOLE PRIMARIE DI PRIMO GRADO  
SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO*

*DEL COMUNE DI POGGIBONSI*

*ANNO SCOLASTICO 2009 - 2010*