



abc
RISTORAZIONE

MENÙ
2022/2023

IL NOSTRO CENTRO COTTURA

Il centro cottura “ABC ristorazione” nasce con la volontà di **offrire un servizio completo alle scuole paritarie federate FISM** con l’ottica di promuovere un progetto educativo totale dove anche il momento del pranzo a scuola acquisti il giusto valore e diventi un momento dove fare educazione alimentare ponendo attenzione alla cultura alimentare e nutrizionale, al gusto, alla sostenibilità e alla convivialità.

Il team di professionisti che ruota nel centro cottura si caratterizza da esperienza, competenza, professionalità e continua formazione, e si propone in un rapporto di condivisione e collaborazione diretta con ogni scuola al fine di **garantire una cura ed un’attenzione costanti della qualità della refezione offerta.**

I principi che guidano il nostro servizio di refezione scolastica finalizzandolo ad un obiettivo di qualità globale sono:

SICUREZZA E QUALITÀ IGIENICO-SANITARIA dell’intera filiera alimentare garantita e attestata attraverso controlli quotidiani su tutta la catena produttiva.

ADEGUATEZZA NUTRIZIONALE per favorire una crescita sana ed equilibrata del bambino e la promozione di stili di vita salutari mediante la stesura da parte del dietista di menù e tabelle dietetiche nutrizionalmente bilanciati nel rispetto delle “Linee di Indirizzo per la Ristorazione Scolastica” (2016) della Regione Toscana e dei L.A.R.N. IV Revisione (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana a cura della Società di Nutrizione Umana).

QUALITÀ DELLE MATERIE PRIME, promuovendo l’uso di prodotti nazionali possibilmente a filiera corta e biologici con una valutazione e controllo costante dei fornitori che collaborano con il centro cottura.

APPETIBILITÀ E QUALITÀ ORGANOLETTICA delle pietanze proposte tenendo conto del gradimento generale dell’utenza e dei suggerimenti pervenuti dalle scuole tramite i questionari da loro elaborati.

COMUNICAZIONE ED INTERAZIONE DIRETTA da parte delle scuole con il servizio di refezione e possibilità per gli utenti di visitare il centro cottura previo appuntamento come da accordi con le scuole.

Menù Estivo-Primaverile A.S. 2022/2023

Nido d'Infanzia-Scuola dell'Infanzia- Scuola Primaria- Scuola Secondaria di Primo e Secondo Grado

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° SETTIMANA	Pasta all'olio Cecina Carote filangé Pane integrale Yogurt	Pasta rosé Petto di pollo al limone Spinaci all'olio Pane toscano Frutta di stagione	Riso con zucchine e fiori di zucca Bastoncini di merluzzo impanati al forno Fagiolini al vapore Pane integrale Frutta di stagione	Pasta al pesto di basilico Mozzarella Pomodori freschi Pane toscano Banana	Pappa al pomodoro Arista al forno Piselli stufati Pane toscano Frutta di stagione
2° SETTIMANA	Pasta integrale alla pomarola Bocconcini di pollo impanati Carote prezzemolate Pane integrale Frutta di stagione	Riso all'olio Frittata di verdure Pomodori freschi Pane toscano Budino	Pasta ragù toscano Ricotta Spinaci saltati Pane toscano Frutta di stagione	Pizza al pomodoro Prosciutto cotto Insalata - Frutta di stagione	Pasta alla crema di zucchine Platessa al limone o Hamburger di branzino e merluzzo Fagioli all'olio Pane integrale Banana
3° SETTIMANA	Pasta al pomodoro fresco e basilico Hamburger di pollo e tacchino Fagiolini all'olio Pane toscano Frutta di stagione	Pasta all'olio Filetto di merluzzo impanato al forno Zucchine all'olio Pane integrale Banana	Pasta al pesto di basilico Spezzatino di manzo Bietole al limone Pane toscano Frutta di stagione	Riso primavera Stracchino Pomodori freschi Pane integrale Frutta di stagione	Tortelli di ricotta burro e salvia Ceci all'olio Insalata mista Pane toscano Dolce da forno
4° SETTIMANA	Pasta al sugo di pesce Ricotta Spinaci all'olio Pane toscano Frutta di stagione	Riso al pomodoro Prosciutto cotto Piselli all'olio Pane toscano Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata Carote al vapore Pane integrale Banana	Pasta ortolana Pollo arrosto Insalata mista Pane toscano Yogurt	Pasta al pesto rosso Nuggets di merluzzo al forno Zucchine trifolate Pane integrale Frutta di stagione

In vigore da settembre 2022 fino al 07/10/2022 e dal 10/04/2022 fino a luglio 2023

Menù Autunno-Inverno A.S. 2022/2023

Nido d'Infanzia-Scuola dell'Infanzia- Scuola Primaria- Scuola Secondaria di Primo e Secondo Grado

1° SETTIMANA
2° SETTIMANA
3° SETTIMANA
4° SETTIMANA

LUNEDÌ

Pasta alla pomarola
Frittata
Carote filangé
Pane toscano
Frutta di stagione

MARTEDÌ

Tortelli di patate al ragù
Ricotta
Cavolfiore al vapore
Pane toscano
Banana

MERCOLEDÌ

Passato di verdura con
pasta
Arista al forno
Patate arrosto
Pane toscano
Budino

GIOVEDÌ

Riso all'olio
Bastoncini di merluzzo
impanati al forno
Fagiolini all'olio
Pane integrale
Frutta di stagione

VENERDÌ

Pasta con crema al
formaggio
Ceci all'olio
Spinaci all'olio
Pane integrale
Frutta di stagione

Riso agli spinaci o
alla zucca
Mozzarella
Fagiolini all'olio
Pane integrale
Frutta di stagione

Pasta con verdure
Petto di pollo alla salvia
Insalata mista
Pane toscano
Frutta di stagione

Pasta all'olio
Cecina
Finocchi al vapore
Pane integrale
Banana

Zuppa toscana
Prosciutto cotto
Carote prezzemolate
Pane toscano
Yogurt

Pasta integrale al sugo finto
Filetto di merluzzo impanato
al forno
Broccoli/Cavolfiore al vapore
Pane toscano
Frutta di stagione

Pasta alla crema di
broccoli
Bocconcini di pollo
impanati
Carote saltate
Pane integrale
Frutta di stagione

Pasta alla crema di
broccoli
Bocconcini di pollo
impanati
Carote saltate
Pane integrale
Frutta di stagione

Minestra in brodo
Filetto di platessa al
limone o
Hamburger di branzino e
merluzzo
Patate all'olio
Pane toscano
Frutta di stagione

Pasta all'olio
Spezzatino di manzo in
umido
Piselli stufati
Pane integrale
Frutta di stagione

Crema di verdura
Pizza margherita
-
Banana

Vellutata di zucca
Hamburger di pollo e
tacchino
Puré/Patate all'olio
Pane toscano
Frutta di stagione

Pasta all'olio
Nuggets di merluzzo al
forno
Insalata
Pasta toscano
Frutta di stagione

Pasta al sugo di olive
Prosciutto cotto
Broccoli al vapore
Pane integrale
Frutta di stagione

Cannelloni ricotta e
spinaci al forno o
Raviolo all'olio/burro
Fagioli all'uccelletto
Bietole all'olio
Pane toscano
Dolce da forno

Riso con verdure
Stracchino
Fagiolini all'olio
Pane integrale
Banana

In vigore dal 10 ottobre 2022 fino al 07 aprile 2023