



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

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

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

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

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

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

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	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Pasta alla pomarola Frittata Carote filangé Pane toscano Frutta di stagione	Tortelli di patate al ragù Ricotta Cavolfiore al vapore Pane toscano Banana	Passato di verdura con pasta Arista al forno Patate arrosto Pane toscano Budino	Riso all'olio Bastoncini di merluzzo impanati al forno Fagiolini all'olio Pane integrale Frutta di stagione	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