



MENÙ AUTUNNALE 2025

Nidi Coop. ARCA

1 SETTIMANA

15-19 SETTEMBRE/ 13-17 OTTOBRE/ 10-14 NOVEMBRE

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
Penne burro e salvia Pasta, burro, salvia Mozzarella Mozzarella Piselli alla fiorentina / Pomodori Piselli, aglio, olio evo, prezzemolo, pancetta	Riso al pomodoro Riso, cipolla, sedano, carota, basilico, polpa di pomodoro, olio evo Filetto di merluzzo capperi e limone Merluzzo, farina, olio evo, capperi, prezzemolo, limone Purè di patate Patate, latte, burro	Passato di verdura con orzo Orzo, patate, carote, bietola, lenticchie, zucchine, polpa di pomodoro, cipolla, sedano, basilico, fagioli, piselli, olio evo Frittata al parmigiano Uova, latte, parmigiano, olio evo Zucca al rosmarino/ zucchine all'olio Zucca, aglio, olio evo, rosmarino, salvia	Quadrucchi di carne rosè Pasta all'uovo, cipolla, sedano, carota, basilico, polpa di pomodoro, olio evo, farina, latte, burro Insalata verde Lattuga YOGURT	Minestra in brodo Pastina, brodo vegetale (carote, sedano, patate, bietole, cipolle, polpa di pomodoro, basilico) Spinacina di pollo Spinaci, pollo, uova, pangrattato, mozzarella, patate, farina, olio evo, salvia, rosmarino Carote prezzemolate Carote, salvia, rosmarino, olio evo

2 SETTIMANA

22-26 SETTEMBRE/ 20-24 OTTOBRE/ 17-21 NOVEMBRE

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
Pasta integrale alle olive Pasta, cipolla, olive, prezzemolo, polpa di pomodoro, olio evo Bocconcini di pollo Bocconcini di pollo, salvia, rosmarino, olio evo Patate arrosto Patate, salvia, rosmarino, olio evo	Gnocchetti sardi al pesto di broccoli/ pesto di basilico Pasta, prezzemolo, olio evo, broccoli, pinoli, parmigiano, cipolla, patate Uova strapazzate Uova, latte, parmigiano, burro, olio evo Insalata mista / insalata mista con pomodori e cetrioli Insalata, mais	Crema di fagioli con sedanini Pasta, fagioli, patate, salvia, rosmarino, sedano, cipolla, aglio, polpa di pomodoro, olio evo Ricotta Ricotta Erbette saltate Spinaci, bietole, aglio, olio evo	Crema di zucca / di zucchine con crostini Patate, zucca, polpa di pomodoro, olio evo, cipolla, aglio, alloro, salvia, rosmarino, prezzemolo, pane Pesce al limone Pesce, farina, olio, salve, salvia, limone Fagiolini all'olio Fagiolini, olio evo	Riso all'olio Riso, olio evo Cosciotto Cosciotto Cavolfiore gratinato/zucchine gratinate Cavolfiore, latte, burro, farina, parmigiano,, pangrattato

3 SETTIMANA

29-3 OTTOBRE/ 27-31 OTTOBRE/ 24-28 NOVEMBRE

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
Casarecce al pomodoro Pasta all'uovo, cipolla, sedano, carota, basilico, polpa di pomodoro, olio evo Formaggio giunco Formaggio giunco Fagiolini in umido Fagiolini, olio evo, polpa di pomodoro, aglio, prezzemolo	Riso basmati Riso Bocconcini di pollo alla curcuma Pollo, curcuma, prezzemolo, pangrattato, olio evo Piselli saltati Piselli, olio evo, aglio, cipolla, prezzemolo	Minestra in brodo Pasta, patate, bietole, basilico, polpa di pomodoro, cipolla, carota, sedano Burger di miglio con salsa di Ketchup / Polpette di ceci Miglio, patate, cipolla, aglio, rosmarino, olio evo, uova, parmigiano, pangrattato, latte, pane, polpa di pomodoro, zucchero, aceto di mele Finocchi all'arancia Finocchi, succo d'arancia	Insalata Insalata Polenta e spezzatino di vitellone bianco dell'appennino Polenta, olio evo, carne di chianina, carota, sedano, cipolla, rosmarino, salvia, polpa di pomodoro	Crema di carote/ crema di cavolo viola con orzo Patate, carote, cipolla, basilico,olio evo Platessa impanata Platessa, pangrattato, limone, prezzemolo, olio evo Chips di patate Patatine Menù di Halloween 31/10: Pasta al sugo finto, sformato di zucca, insalata mista Menu' della toscana 28/11 :Tortelli, fagioli all'uccelletto, carote filo

4 SETTIMANA

6-10 OTTOBRE/ 3-7 NOVEMBRE / 1-5 DICEMBRE

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
Minestra in brodo Pasta, patate, bietole, basilico, polpa di pomodoro, cipolla, carota, sedano Scaloppina di pollo alla pizzaiola Pollo, polpa di pomodoro, capperi, aglio, cipolla, prezzemolo, farina Piselli agli aromi Piselli, aglio, olio evo, prezzemolo	Gnocchetti sardi al pesto di barbe rosse/ pesto di melanzane Pasta, barberasse, cipolla, aglio, prezzemolo, pinoli, parmigiano, olio evo Arista alla toscana Arista , rosmarino, salvia, olio evo Insalata mista Insalata, carote	Passato di verdura con farro Farro, patate, carote, bietola, lenticchie, zucchine, polpa di pomodoro, cipolla, sedano, basilico, fagioli, piselli Pizza Base pizza, mozzarella, polpa di pomodoro, basilico, olio evo	Riso verza e pecorino Riso, verza, pecorino, prezzemolo, cipolla, olio evo Uovo sodo con salsa verde Uovo, prezzemolo, capperi, pane, aceto di mele, olio evo Zucca rifatta/pomodori Zucca, aglio, olio evo, rosmarino, polpa di pomodoro, salvia	Penne all'olio Pasta, olio evo Polpette di merluzzo Merluzzo, patate, uovo, pangrattato, prezzemolo, limone, aglio Spinaci all'olio Spinaci, olio evo

Alcuni piatti potrebbero presentare variazioni negli ingredienti in base alla stagionalità.

Menù validato dall'Azienda Sanitaria di Firenze prot. 3943740 del 4/8/22



MENÙ AUTUNNALE 2025

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

1 SETTIMANA	15-19 SETTEMBRE/ 13-17 OTTOBRE/ 10-14 NOVEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Pasta burro e salvia Mozzarella Piselli alla fiorentina / Pomodori	Riso al pomodoro Filetto di merluzzo capperi e limone Purè di patate	Passato di verdura con orzo Frittata al parmigiano Zucca al rosmarino / Zucchine all'olio	Quadrucchi di carne rosè Insalata verde Yogurt	Minestra in brodo Spinacina di pollo Carote prezzemolate
Vegetariano (no carne no pesce)	Piselli senza pancetta	Cecina		Quadrucchi di patate in salsa rosè	Spinacina vegetariana
No carne si pesce	Piselli senza pancetta			Quadrucchi di patate in salsa rosè	Spinacina vegetariana
No maiale	Piselli senza pancetta				
No glutine (sgl)	Pasta sgl burro e salvia	Filetto di merluzzo capperi e limone sgl	Passato di verdura con riso	Ravioli sgl in salsa rosè	Minestra sgl in brodo, Spinacina di pollo sgl
No latticini	Pasta all'olio, Pollo ai ferri	Patate all'olio	Frittata no latticini	Pasta al pomodoro, Carne ai ferri Yogurt vegetale	Spinacina di pollo no latticini
No uovo			Formaggio	Pasta rosè, Carne ai ferri	Spinacina di pollo no uovo
No frutta a guscio					



MENÙ AUTUNNALE 2025

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

2 SETTIMANA	22-26 SETTEMBRE/ 20-24 OTTOBRE/ 17-21 NOVEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Pasta integrale alle olive Bocconcini di pollo Patate arrosto	Pasta al pesto di broccoli /pesto di basilico Uova strapazzate Insalata mista / insalata mista con pomodori e cetrioli	Crema di fagioli con pasta Ricotta Erbette saltate	Crema di zucca / di zucchine con crostini Pesce al limone Fagiolini all'olio	Riso all'olio Cosciotto Cavolfiore gratinato / zucchine gratinate
Vegetariano (no carne no pesce)	Formaggio			Frittata	Ceci agli aromi
No carne si pesce	Formaggio				Pesce impanato
No maiale					Pesce impanato
No glutine (sgl)	Pasta sgl alle olive	Pasta sgl al pesto di broccoli	Crema di fagioli con pasta sgl	Crema di zucchine con crostini sgl, Pesce al limone sgl	Cavolfiore gratinato sgl
No latticini		Pasta al pesto di broccoli no latticini, Uova strapazzate no latticini	Hamburger ai ferri		Cavolfiore all'olio
No uovo		Hamburger i ferri			
No frutta a guscio		Pasta al pesto di broccoli no frutta a guscio			



MENÙ AUTUNNALE 2025

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

3 SETTIMANA	29-3 OTTOBRE/ 27-31 OTTOBRE/ 24-28 NOVEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Casarecce al pomodoro Formaggio giunco Fagiolini in umido	Riso basmati Bocconcini di pollo alla curcuma Piselli saltati	Minestra in brodo Burger di miglio / Polpette di ceci con salsa di ketchup Finocchi all'arancia	Insalata Polenta e spezzatino di vitellone bianco dell'appennino	Crema di carote / Crema di cavolo viola con orzo Platessa impanata Chips di patate
Vegetariano (no carne no pesce)		Sformato vegetariano / tofu al curry		Lenticchie in umido	Formaggio
No carne si pesce		Sformato vegetariano / tofu al curry		Lenticchie in umido	
No maiale					
No glutine (sgl)	Pasta sgl al pomodoro	Bocconcini di pollo al limone sgl	Minestra in brodo sgl, Burger di miglio con salsa ketchup sgl	Polenta e spezzatino di vitellone bianco dell'appennino sgl	Crema di carote con riso, Platessa impanata sgl, Chips di patate sgl
No latticini	Pasta al pomodoro, Pesce al limone		Carne ai ferri		Chips di patate sgl
No uovo	Pasta al pomodoro		Carne ai ferri		Chips di patate sgl
No frutta a guscio					Chips di patate sgl



MENÙ AUTUNNALE 2025

ALTERNATIVE DIETE SPECIALI

4 SETTIMANA	6-10 OTTOBRE/ 3-7 NOVEMBRE / 1-5 DICEMBRE				
	lun	Mar	Mer	Gio	Ven
Menù del giorno	Minestra in brodo Scaloppina di pollo alla pizzaiola Piselli agli aromi	Pasta al pesto di barbe rosse / pesto di melanzane Arista alla toscana Insalata mista	Passato di verdura con farro Pizza	Riso verza e pecorino Uovo sodo con salsa verde Zucca rifatta / Pomodori	Pasta all'olio Polpette di merluzzo Spinaci all'olio
Vegetariano (no carne no pesce)	Frittata trippata	Formaggio			Polpette vegetariane
No carne si pesce	Frittata trippata	Formaggio / Pesce al forno			
No maiale		Formaggio / Pesce al forno			
No glutine (sgl)	Minestra in brodo sgl, Scaloppina di pollo alla pizzaiola sgl	Pasta al pesto di barbe rosse sgl	Passato di verdura con riso, Pizza sgl	Uovo sodo con salsa verde sgl	Pasta sgl all'olio, Polpette di merluzzo sgl
No latticini	Pasta all'olio	Pasta al pesto di barbe rosse no latticini	Pizza rossa e Prosciutto cotto	Riso alla verza,	
No uovo			Pizza senza allergeni	Carne ai ferri	
No frutta a guscio		Pasta al pesto di barbe rosse no frutta a guscio	Pizza senza allergeni		



VALORIZZAZIONE INGREDIENTI

VALORIZZAZIONE INGREDIENTI	
	CEREALI E LEGUMI
CEREALI E LEGUMI	I cereali e i legumi sono biologici di filiera corta.
PASTA SECCA	La pasta di semola di grano duro è essiccata a basse temperature ed è biologica di filiera toscana a km0.
PASTA FRESCA E RIPIENA	La pasta fresca e la pasta ripiena sono prodotte da un pastificio artigianale del Mugello a filiera corta a Km0 e sono preparate solo con ingredienti freschi.
PANE	Il pane fresco preparato con farine ai grani antichi a km0.
	UOVA E LATTICINI
UOVA	Le uova provengono da galline da allevamento all'aperto biologiche a filiera corta e a Km0.
MOZZARELLA	La ricotta è a filiera corta e km0.
GIUNCO	Il giunco è di filiera corta prodotto con latte italiano
	PESCE
PESCE	Il Pesce proviene dal Mediterraneo e dall'Atlantico, dalle seguenti zone FAO: 27, 37, 47, 21, 41.
	CARNE
POLLO	I prodotti avicoli sono allevati a terra e antibiotic free da allevamenti di filiera italiana.
MANZO E SUINO	Il manzo e il suino sono di aziende toscane.
	FRUTTA E VERDURA
FRUTTA	La frutta è biologica o proveniente da produttori locali. Le banane provengono da agricoltura biologica del mercato equo e solidale. Le arance sono in parte coltivate in terre confiscate dalla mafia.
VERDURA E ORTAGGI	La verdura è prevalentemente biologica o Km0.
	CONDIMENTI E SALSE
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA	L'olio utilizzato per i condimenti è un "blend" di olii extra vergine d'oliva, costituito dalla miscela dei migliori olii extra vergine d'oliva biologici prodotti nel territorio.
POLPA DI POMODORO	La polpa di pomodoro è biologica di filiera corta prodotta in Toscana.

