



# COMUNE DI EMPOLI TABELLA DIETETICA ANNO SCOLASTICO 2022/2023 SCUOLA INFANZIA E PRIMARIA

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	5° SETTIMANA
NR Settimana	39 - 44 - 49 - 4 - 9 - 14	40 - 45 - 50 - 5 - 10 - 15	41 - 46 - 51 - 6 - 11 - 16	42 - 47 - 2 - 7 - 12 - 17	43 - 48 - 3 - 8 - 13
LUNEDI pranzo	Pasta al pomodoro (Glutine) Uovo sodo (Uovo) Misto di verdure al vapore	<b>Pasta Integrale</b> Rosè (Glutine Latte Sedano) Scaloppina di pollo al limone (Glutine) Fagiolini al vapore	Pasta al Pomodoro (Glutine Sedano) bocconcini parmigiano (Latte) Zucchine brasate al forno	Riso alla Parmigiana (Glutine, Latte) Scaloppina di Maiale al forno (Glutine) Carote al vapore	Pasta al pomodoro (Sedano) Prosciutto cotto Cavolfiore al limone
	Dolce (Uovo Latte Glutine)	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione -pane int
MARTEDI Pranzo	Passato di verdura c/ farro (Glutine sedano) Mozzarella fior di latte (Latte) Patate arrosto	Pasta al pesto (Glutine Latte) Filetti di Merluzzo al forno (Glutine Pesce) Insalata	Stick di carote Spezzatino di Manzo (Sedano) Purè di patate (Latte)	Crema di Verdura c/pasta (Glutine, sedano) Pizza margherita (Glutine, Latte)	Ravioli di ricotta e spinaci al burro (Glutine Latte) Filetto di Platessa al forno (Pesce, glutine) Fagiolini al vapore
	Frutta di stagione	Dolce (Uovo Latte Glutine)	Frutta di stagione -pane int	Frutta di stagione	Frutta di stagione
MERCOLEDI pranzo	Pasta all'olio (Glutine Sedano) Polpette di pesce (Glutine Pesce) Carote al vapore all'olio	Crema di zucchine c/pasta (Glutine) Stracchino/ Formaggio spalmabile (Latte) Patate lesse	Riso all'olio Sformato di Spinaci (Latte Uovo) Piselli e carote	Pasta al pomodoro (Glutine Sedano) Bocconcini di pollo impanati (Glutine) Insalata mista	Crema alle lenticchie c/pasta (Glutine Sedano) bocconcini parmigiano (Latte) Patate arrosto
	Frutta di stagione	Frutta di stagione -pane int	Dolce (Uovo Latte Glutine)	Frutta di stagione	Frutta di stagione
GIOVEDI Pranzo	Riso allo zafferano (Latte Glutine) Cecina livornese (Glutine Latte Pesce) Spinaci Saltati aglio e olio	Pasta all' olio (Glutine) Polpette di vitello al forno (Glutine) Verdure di stagione	Pasta al sugo finto (Glutine Sedano) Tacchino arrosto (Glutine) Insalata	Pasta all'olio (Glutine) Bastoncini di merluzzo (Glutine, Pesce) Piselli brasati/verdure di stagione	Pasta al pesto (Glutine Latte) Cosce di pollo arrosto Insalata
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Dolce (Uovo Latte Glutine) -pane int	Frutta di stagione
VENERDI Pranzo	Pasta alle zucchine (Glutine) Arista al forno Insalata	Riso alla zucca gialla (Glutine Latte) Frittata al formaggio (Latte Uovo) Carote julienne	Crema di Fagioli c/pasta (Glutine) Platessa alla mugnaia (Glutine Pesce) Fagiolini al limone	Pasta al ragu' (Glutine, Sedano) Ceci all'olio (Glutine) Zucchine brasate al forno	Pasta all' olio (Glutine) Hamburger di manzo (Glutine) Verdure di stagione
	Frutta di stagione -pane int	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Dolce (Uovo Latte Glutine)

**Reg. UE n. 1169/2011 – (Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze) Oltre agli allergeni indicati in tabella alcuni alimenti possono contenere allergeni da contaminazione incrociata**

Sono stati introdotti: il **pane integrale**, la **pasta bio integrale** e la pasta bio LIBERA TERRA - TERRE LIBERE DALLE MAFIE