



Menù Comune Abetone Cutigliano

Scuole Infanzia e Primaria

Elenco allergeni

CONDIMENTI PER PRIMI PIATTI ASCIUTTI

Tipologia pasta

Pasta di semola di grano duro (Semola di **grano** duro (1), acqua. Può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)).

Sfoglia per lasagne (semola di **grano** (1) duro, **uova** (3) fresche di categoria "A" 20%. Può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)).

Cous cous

Riso arborio

SALSA AL TONNO

Ingredienti: **tonno** al naturale (4), aglio, pomodori pelati, prezzemolo, sale, olio evo

RAGU' DI CARNE

Ingredienti: carne di manzo 1^a scelta, pomodori pelati, carote, **sedano** (9), cipolla, olio evo

SALSA ALLA PARMIGIANA

Ingredienti: trito (**sedano** (9), carota e cipolla), brodo vegetale (se possibile fresco, sennò con dado), Parmigiano Reggiano (**latte** (7), sale, caglio)

SALSA DI POMODORO

Ingredienti: pomodori pelati, olio, cipolla, carota, **sedano** (9), basilico (se di stagione), sale

SALSA DI POMODORO CONFEZIONATA: pomodori, sale, correttore di acidità: acido citrico

SALSA RAGU' DI CARNE PER LASAGNE

Ingredienti: carne macinata magra di vitello, **sedano** (9), cipolla, carota, olio evo, pomodori pelati, sale

SALSA BESCIAPELLA

Ingredienti: burro (**latte**) (7), farina di **grano** (1) tenero 00 (può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)), **latte** (7) parzialmente scremato, sale, noce moscata

PESTO GENOVESE CONFEZIONATO

Ingredienti: basilico, olio di oliva, olio di semi di girasole, **anacardi** (8), **formaggio grattugiato** (7), **pinoli** (8), **burro** (7), sale, siero di **latte** in polvere (7)





PASTA ALL'OLIO

Ingredienti: olio evo.

RAGU' VEGETALE

Ingredienti: carote, **sedano** (9), cipolla, zucchine, pisellini, pomodori pelati, olio evo, sale

CARBONARA DI VERDURE

Ingredienti: carote, zucchine, **sedano** (9), pisellini, **uova** (3), parmigiano reggiano (**latte** (7), sale, caglio)

CONDIMENTI PER PRIMI PIATTI BRODOSI

Tipologia pasta e cereali:

Pasta di semola di grano duro (Semola di **grano duro** (1), acqua. Può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)).

Farro perlato ((Può contenere tracce di **soia** (6), **lupini** (13)).

Orzo perlato (Può contenere tracce di **soia** (6), **sesamo** (11), **frutta secca in guscio** (8), **lupini** (13) e **glutine** (1)).

Crostini: Pane toscano (**farina di grano** tenero 00 (1), acqua, lievito di birra) .

CREMA DI CAROTE

Ingredienti: carote, patate, cipolla, olio evo, sale

CREMA DI CECI

Ingredienti: trito (**sedano** (9), carota e cipolla), ceci ammollati (Ceci secchi Può contenere **glutine** (1), **sesamo** (11), **sedano** (9), **solfiti** (12), **soia** (6)), patate, olio evo, acqua, sale

PASSATO DI VERDURE

Ingredienti: carota, **sedano** (9), zucchine, bietola, cipolla, olio, sale

CREMA DI PISELLI

Ingredienti: Trito (**sedano** (9), carota e cipolla), pisellini surgelati, patata, olio evo, acqua, sale

CREMA DI LEGUMI

Ingredienti: Ceci/fagioli/lenticchie, trito (**sedano** (9), carota e cipolla), acqua e sale.

Ingredienti di ceci/fagioli/lenticchie confezionati:

Fagioli cannellini secchi (Può contenere **glutine** (1), **sesamo** (11), **sedano** (9), **solfiti** (12), **soia** (6)) o Ceci secchi (Può contenere **glutine** (1), **sesamo** (11), **sedano** (9), **solfiti** (12), **soia** (6)) o Lenticchie secche (Può contenere **farro** (1), **orzo** (1), **grano** (1), **avena** (1), **semi di sesamo** (11), **soia** (6), **senape** (10))

OPPURE Fagioli cannellini lessati (acqua, fagioli cannellini secchi reidratati, sale, antiossidante: acido ascorbico) o fagioli borlotti lessati (acqua, fagioli borlotti secchi reidratati, sale, antiossidante: acido ascorbico)





BRODO VEGETALE

Ingredienti: cipolla, carota, **sedano** (9), sale

CON DADO: estratto per brodo di proteine vegetali di soia e di mais, sale iodato: 38.2%, olio di palma, verdure disidratate in proporzione variabile (patata, carota, cipolla, prezzemolo, porro, **sedano** (9), aglio, pomodoro): 5%, olio extra vergine d'oliva: 3,6%, estratto di lievito

PREPARAZIONI A BASE DI PESCE

BOCCONCINI DI MERLUZZO DORATI AL FORNO

Ingredienti: **Merluzzo** (Filetti di merluzzo pescati nell'Atlantico. Surgelati (4)), pangrattato (farina di **grano** (l) tenero tipo 0, sale, lievito. Può contenere **soia** (6) e **senape** (10)).

FILETTI DI PLATESSA AL LIMONE

Ingredienti: **Platessa** (Platessa del pacifico (4). Può contenere tracce di **molluschi** (14) e **crostacei** (2)), farina di riso, olio EVO, limone, sale

BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO

Ingredienti dei bastoncini **merluzzo confezionati** (Merluzzo dell'oceano Atlantico (4). Ingredienti: filetti di merluzzo 60%, farina di **frumento**, oli vegetali (olio di semi di girasole, di colza), acqua, sale, olio, lievito naturale, fecola di patate, curcuma. Può contenere tracce di **senape** (10).

PLATESSA GRATINATA AL FORNO

Ingredienti: filetti di **platessa** (Platessa del pacifico (4). Può contenere tracce di **molluschi** (14) e **crostacei** (2)), **uovo** (3), pangrattato (farina di **grano** (l) tenero tipo 0, sale, lievito. Può contenere **soia** (6) e **senape** (10)), sale

PREPARAZIONI A BASE DI CARNE BIANCA

POLLO ARROSTO

Ingredienti: pollo in pezzi, salvia, rosmarino, aglio, olio evo, sale

SPEZZATINO DI TACCHINO

Ingredienti: Bocconcini di fesa di tacchino, farina di riso, olio EVO, sale, salvia

COTOLETTA DI POLLO

Ingredienti: Petto di pollo, **uovo** (3), sale, pangrattato (farina di **grano** (l) tenero tipo 0, sale, lievito. Può contenere **soia** (6) e **senape** (10)), olio di semi di **arachidi** (5).



PREPARAZIONI A BASE DI CARNE ROSSA

POLPETTINE DI CARNE

Ingredienti: Carne di vitello macinata, farina di **grano** (l) tenero tipo 00 (può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)), pane (**Farina** tipo 00 (1), acqua, lievito di birra, sale), **latte** parzialmente scremato (7), **uovo** (3), olio EVO, sale

ARISTA DI MAIALE AL FORNO

Ingredienti: trancio di maiale, olio evo, aglio, salvia, rosmarino, sale

ROAST-BEEF

Ingredienti: carne di vitello, olio evo, aglio, salvia, rosmarino, sale

PREPARAZIONI A BASE DI UOVO

FRITTATA DI ZUCCHINE

Ingredienti: zucchine, olio evo, **uova** (3), sale

OMELETTE PROSCIUTTO E FORMAGGIO

Ingredienti: **Uova** (3), prosciutto cotto alta qualità, caciotta di mucca (**latte**) (7), **latte** parzialmente scremato (7), sale

AFFETTATI MAGRI

PROSCIUTTO COTTO ALTA QUALITÀ'

Ingredienti: coscia di suino, sale, aromi, antiossidante: ascorbato di sodio, conservante: nitrito di sodio.

PROSCIUTTO CRUDO

Ingredienti del prosciutto stagionato disossato: carne suina, sale

BRESAOLA

Ingredienti: carne bovina, sale, destrosio, saccarosio, aromi naturali, conservanti: nitrito di sodio e nitrato di potassio.

FORMAGGI FRESCHI

RICOTTA

Ingredienti: panna, sale, siero (**latte**, 7)

STRACCHINO

Ingredienti: **latte** (7), sale, enzimi coagulanti del latte, fermenti lattici vivi.



MOZZARELLA

Ingredienti: **Latte** (7), sale.

CACIOTTA DI MUCCA

Ingredienti: **Latte** (7), caglio, sale

LEGUMI

LENTICCHIE IN UMIDO

Ingredienti: lenticchie secche (Può contenere **farro, orzo, grano, avena** (1) **semi di sesamo** (11), **soia** (6) e **senape** (10)), cipolla, pomodori pelati.

PISELLI ALLA FIORENTINA

Ingredienti: pisellini finissimi surgelati, cipolla, prosciutto crudo a dadini, olio evo, sale

CONTORNI AL SECONDO PIATTO

PATATE AL FORNO

Ingredienti: patate, olio evo, aglio, salvia, rosmarino, sale

INSALATA MISTA

Ingredienti: lattuga, carote, finocchi, sale, olio evo

FAGIOLINI LESSI

Ingredienti: fagiolini surgelati fini, olio evo

ZUCCHINE TRIFOLATE

Ingredienti: zucchine, aglio, sale, olio evo

CAROTE FILANGE'

Ingredienti: carote, olio evo, sale

SPINACI ALL'OLIO

Ingredienti: spinaci surgelati, sale, olio evo

FAGIOLINI AL POMODORO

Ingredienti: Fagiolini surgelati fini, salsa di pomodoro (se possibile fresca sennò confezionata)

PURE' DI PATATE

Ingredienti: patate, burro, **latte** parzialmente scremato (7), sale

FAGIOLINI AL VAPORE

Ingredienti: fagiolini, olio evo



INSALATA DI POMODORI

Ingredienti: pomodori, olio evo, sale, basilico (se di stagione)

CAROTE AL TEGAME

Ingredienti: carote fresche, aglio, olio EVO, sale

FAGIOLI LESSI ALL'OLIO

Ingredienti: acqua, Fagioli cannellini/borlotti secchi reidratati, sale, antiossidante: acido ascorbico

INSALATA LATTUGA E CAROTE

Ingredienti: lattuga, carote, olio evo, sale

BIETOLE ALL'OLIO

Ingredienti: Bietole, olio evo

FINOCCHI IN INSALATA

Ingredienti: finocchi crudi, olio evo, sale

PANE e PIZZA

PANE TIPO TOSCANO

Ingredienti: **Farina** tipo 00 (1), acqua, lievito di birra, sale in quantità inferiore all'1,7%.

PIZZA MARGHERITA

Ingredienti: farina di **grano** (I) tenero tipo 00 (può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)), acqua, lievito di birra, pomodori pelati a crudo, sale, mozzarella (**latte**) (7), olio evo

DOLCI

YOGURT INTERO ALLA FRUTTA (2 tipologie e marche di yogurt)

Ingredienti: Yogurt di **latte** (7) fresco intero con fermenti lattici vivi (Streptococcus thermophilus e Lactobacillus bulgaricus), preparazione di frutta 17% (zucchero, frutti di bosco 35%: fragola, lampone, mora, mirtillo nero, sciroppo di glucosio e fruttosio, addensante: pectina e amido modificato, aromi).

Ingredienti: yogurt intero 85% (**latte** (7) intero pastorizzato, fermenti lattici vivi), preparato alla fragola 15% (zucchero, fragola e succo di fragola da concentrato 8% sul totale, amido modificato di mais, succo di barbabietole rosse da concentrato, aroma)





TORTA DI MELE

Ingredienti: farina di **grano** (l) tenero tipo 00 (può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)), burro (**latte**) (7), **uova** (3), zucchero, mele, lievito per dolci (agenti lievitanti (difostato disodico (E 450), carbonato acido di sodio (E 500)),

CROSTATA DI FRUTTA

Ingredienti: farina di **grano** (l) tenero tipo 00 (può contenere tracce di **soia** (6) e **senape** (10)), **uova** (3), burro (**latte**) (7), lievito per dolci (agenti lievitanti (difostato disodico (E 450), carbonato acido di sodio (E 500)), zucchero, marmellata confezionata (gusto fragole/lamponi/mirtilli)

MACEDONIA DI FRUTTA FRESCA:

Ingredienti: frutta fresca di stagione, zucchero, limone.

ELENCO ALLERGENI

Regolamento (UE) 1169/2011 relativo alla fornitura di informazioni sugli alimenti ai consumatori

1. Cereale contenenti **glutine** (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati) e prodotti derivati;
2. **Crostacei** e prodotti derivati;
3. **Uova** e prodotti a base uova;
4. **Pesce** e prodotti a base pesce;
5. **Arachidi** e prodotti a base arachidi;
6. **Soia** e prodotti a base soia;
7. **Latte** e prodotti a base latte (compreso il lattosio)
8. **Frutta a guscio** come mandorle (*Amigdalus communis L.*); nocciole (*Corylus avellana*), noci comuni (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anaccirdium occidentale*), noci pecan (*Carya illinoiesis* (*Wangenh*) *K Koch*), noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e prodotti derivati.
9. **Sedano** e prodotti derivati;
10. **Senape** e prodotti derivati;
11. Semi di **sesamo** e prodotti a base sesamo;
12. Anidride solforosa e **solfiti**;
13. **Lupino** e prodotti a base lupino;
14. **Molluschi** e prodotti a base molluschi.