

MENU INVERNALE ASILO NIDO ETA' 12 - 36 MESI ANNO 2023 – 2024 – NO LATTE

Settimane: 30/10 – 25/12 – 19/02

Lun. Spuntino: frutta fresca

Pasta con ragù di verdura*, FRITTATA*, spinaci

Mar. Spuntino: spremuta d'arancia

Risotto alla zucca*, TACCHINO*, finocchi

Mer. Spuntino: frutta fresca

Zuppa di piselli e patate con orzo*, PESCE*, carote julienne

Gio. Spuntino: verdura

Pasta zafferano*, pollo agli aromi, cavolfiore

Ven. Spuntino: frutta fresca

Riso ALL'OLIO*, pesce gratinato*, insalata

Settimane: 6/11 – 1/01 – 26/02

Lun. Spuntino: frutta fresca

Pasta con crema di broccolo*, uova strapazzate*, insalata

Mar. Spuntino: spremuta d'arancia

Passato di verdura con miglio*, polpettone di tacchino e verdure*, PATATE*

Mer. Spuntino: frutta fresca

Pasta pomodoro e basilico*, merluzzo al limone, finocchi cotti

Gio. Spuntino: verdura

Insalata, Lasagne al ragù di legumi*

Ven. Spuntino: frutta fresca

Pasta agli aromi*, PESCE*, lattuga cotta

Settimane: 13/11 – 8/01 – 4/03

Lun. Spuntino: frutta fresca

Risotto al pomodoro*, bocconcini di pollo gratinati, fagiolini

Mar. Spuntino: frutta fresca

Vellutata di cannellini con orzo*, PESCE*, mix di verdure al forno

Mer. Spuntino: spremuta d'arancia

Pasta al pesto fresco di zucchine*, platessa gratinata il forno, biette

Gio. Spuntino: verdura

Crema di carote e patate con crostini*, polpettine di zucca*, finocchi

Ven. Spuntino: frutta fresca

Pizza pomodoro e basilico oppure pasta agli aromi*, frittata alle zucchine*, verza cotta

Settimane: 20/11 – 15/01 – 11/03

Lun. Spuntino: frutta fresca

Risotto alla barbabietola*, PESCE*, carote

Mar. Spuntino: spremuta d'arancia

Pastina in brodo vegetale*, arrosto di vitello*, PATATE*

Mer. Spuntino: frutta fresca

Orzotto allo zafferano*, frittata con verdure*, fagiolini

Gio. Spuntino: verdura

Passato di legumi con riso*, morbidelle di verdura*, spinaci

Ven. Spuntino: frutta fresca

Pappa al pomodoro*, platessa al forno, cavolfiore

Settimane: 27/11 – 22/01 – 18/03

Lun. Spuntino: frutta fresca

Pasta ALL'OLIO*, uova strapazzate*, fagiolini

Mar. Spuntino: frutta fresca

Spinaci, polenta, ragù di vitellone

Mer. Spuntino: spremuta d'arancia

Risotto con piselli*, polpette di miglio con verdura*, insalata

Gio. Spuntino: verdura

Risoni allo zafferano*, POLLO, carote

Ven. Spuntino: frutta fresca

Minestra arlecchino*, pesce alla pizzaiola, patate lesse

Settimane: 4/12 – 29/01 – 25/03

Spuntino: frutta fresca

Lun. Pasta ai broccoletti*, polpettine di tacchino*, carote

Spuntino: frutta fresca

Mar. Pasta integrale al ragù di lenticchie*, crocchette di spinaci*, finocchi in insalata

Spuntino: spremuta d'arancia

Mer. RISO ALL'OLIO*, merluzzo gratinato al forno, fagiolini

Spuntino: verdura

Gio. Crema di patate e porri con riso*, pollo al limone, mix di verdure al forno

Spuntino: frutta fresca

Ven. Orzotto con sugo di verdure*, uova strapazzate*, insalata verde

Settimane: 11/12 – 5/02

Spuntino: frutta fresca

Lun. Pasta con crema di zucca*, frittata alle zucchine*, carote julienne

Spuntino: frutta fresca

Mar. Pastina*, polpettine di tacchino e verdure*, PATATE

Spuntino: spremuta d'arancia

Mer. Biete, polenta e lenticchie in umido

Spuntino: verdura

Gio. Minestra di verze con pastina*, platessa al forno, finocchi cotti

Spuntino: frutta fresca

Ven. Risotto allo zafferano*, POLLO*, barbabietola in insalata

Settimane: 18/02 – 12/02

Spuntino: frutta fresca

Lun. Pasta aromi*, pollo all'arancia, fagiolini

Spuntino: spremuta d'arancia

Mar. RISO ALLA PARMIGIANA, frittata*, carote

Spuntino: frutta fresca

Mer. Crema di zucca e lattuga con miglio*, merluzzo gratinato, patate

Spuntino: verdura

Gio. Insalata, pasta pasticciata al ragù di carne*

Spuntino: frutta fresca

Ven. Pizza pomodoro e basilico oppure pasta agli aromi, PESCE*, verza cotta

A metà mattina come spuntino saranno distribuite alternativamente: frutta fresca cotta o cruda a tocchetti/grattugiata o spremuta di arance o mousse di frutta.

MERENDE POMERIDIANE solo agli iscritti al tempo pieno.

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
DOLCE NO LATTE con Tè	Pane* con olio EVO	Frutta fresca	PANE E MARMELLATA	Frutta fresca

GLI ALIMENTI AVENTI * SARANNO PREPARATI CON L'ASSENZA DI LATTE E SUOI DERIVATI.

GLI ALIMENTI SCRITTI IN STAMPATELLO INDICANO LE VARIAZIONI ADOTTATE AL MENU' CON ALIMENTI PRIVI DI LATTE E DERIVATI.

NB: durante l'anno le preparazioni potranno essere modificate in base alle disponibilità delle derrate fornita al centro cottura; garantendo comunque i requisiti richiesti dalla tipologia di dieta.

REDATTO DALLA DIETISTA