

MENU INVERNALE ASILO NIDO ETA' 12 - 36 MESI ANNO 2023 – 2024 – SENZA GLUTINE

Settimane: 30/10 – 25/12 – 19/02

Lun. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pasta con ragù di verdura S.G., frittata al formaggio S.G., spinaci S.G.

Mar. Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Risotto alla zucca S.G., tacchino al latte S.G., finocchi S.G.

Mer. Spuntino: frutta fresca S.G.

Zuppa di piselli e patate con RISO S.G., polpettine di ricotta S.G., carote julienne S.G.

Gio. Spuntino: verdura S.G.

Pasta zafferano S.G., pollo agli aromi S.G., cavolfiore S.G.

Ven. Spuntino: frutta fresca S.G.

Risotto alla parmigiana S.G., pesce gratinato S.G., insalata S.G.

Settimane: 6/11 – 1/01 – 26/02

Lun. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pasta con crema di broccolo S.G., uova strapazzate S.G., insalata S.G.

Mar. Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Passato di verdura con RISO S.G., polpettone di tacchino e verdure S.G., purè di patate S.G.

Mer. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pasta pomodoro e basilico S.G., merluzzo al limone S.G., finocchi cotti S.G.

Gio. Spuntino: verdura S.G.

Insalata S.G., LASAGNA AL RAGU' S.G.

Ven. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pasta agli aromi S.G., primo sale S.G., lattuga cotta S.G.

Settimane: 13/11 – 8/01 – 4/03

Lun. Spuntino: frutta fresca S.G.

Risotto al pomodoro S.G., bocconcini di pollo gratinati S.G., fagiolini S.G.

Mar. Spuntino: frutta fresca S.G.

Vellutata di cannellini GELO con RISO S.G., ½ razione di crescita S.G., mix di verdure al forno S.G.

Mer. Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Pasta al pesto fresco di zucchine S.G., platessa gratinata il forno S.G., biette S.G.

Gio. Spuntino: verdura S.G.

Crema di carote e patate con crostini S.G., polpettine di zucca S.G., finocchi S.G.

Ven. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pizza pomodoro e basilico oppure pasta agli aromi S.G., frittata alle zucchine S.G., verza cotta S.G.

Settimane: 20/11 – 15/01 – 11/03

Lun. Spuntino: frutta fresca S.G.

Risotto alla barbabietola S.G., primo sale S.G., carote S.G.

Mar. Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Pastina in brodo vegetale S.G., arrosto di vitello S.G., purè di patate S.G.

Mer. Spuntino: frutta fresca S.G.

RISOTTO allo zafferano S.G., frittata con verdure S.G., fagiolini S.G.

Gio. Spuntino: verdura S.G.

Passato di legumi GELO con riso S.G., morbidelle di verdura S.G., spinaci S.G.

Ven. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pappa al pomodoro S.G., platessa al forno S.G., cavolfiore S.G.

Settimane: 27/11 – 22/01 – 18/03

Lun. Spuntino: frutta fresca S.G.

Pasta e parmigiano S.G., uova strapazzate S.G., fagiolini S.G.

Mar. Spuntino: frutta fresca S.G.

Spinaci S.G., polenta S.G., ragù di vitellone S.G.

Mer. Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Risotto con piselli GRLO S.G., POLPETTE DI VERDURA S.G., insalata S.G.

Gio. Spuntino: verdura S.G.

Risoni allo zafferano S.G., ricotta S.G., carote S.G.

Ven. Spuntino: frutta fresca S.G.

Minestra arlecchino S.G., pesce alla pizzaiola S.G., patate lesse S.G.

Settimane: 4/12 – 29/01 – 25/03

Spuntino: frutta fresca S.G.

Lun. Pasta ai broccoletti S.G., polpettine di tacchino S.G., carote S.G.

Spuntino: frutta fresca S.G.

Mar. Pasta integrale al ragù di FSGIOLI GELO S.G., crocchette di spinaci e formaggio fresco S.G., finocchi in insalata S.G.

Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Mer. Riso al latte S.G., merluzzo gratinato al forno S.G., fagiolini S.G.

Spuntino: verdura S.G.

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

Spuntino: frutta fresca S.G.

Ven. RISO con sugo di verdure S.G., uova strapazzate S.G., insalata verde S.G.

Settimane: 11/12 – 5/02

Spuntino: frutta fresca S.G.

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

Spuntino: frutta fresca S.G.

Mar. Pastina S.G., polpettine di tacchino e verdure S.G., purè di patate S.G.

Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Mer. Biete S.G., polenta e LEGUMI GELO IN UMIDO S.G.

Spuntino: verdura S.G.

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

Spuntino: frutta fresca S.G.

Ven. Risotto allo zafferano S.G., primo sale S.G., barbabietola in insalata S.G.

Settimane: 18/02 – 12/02

Spuntino: frutta fresca S.G.

Lun. Pasta aromi S.G., pollo all'arancia S.G., fagiolini S.G.

Spuntino: spremuta d'arancia S.G.

Mar. Risotto alla parmigiana S.G., frittata S.G., carote S.G.

Spuntino: frutta fresca S.G.

Mer. Crema di zucca e lattuga con RISO S.G., merluzzo gratinato S.G., patate S.G.

Spuntino: verdura S.G.

Gio. Insalata S.G., pasta pasticciata al ragù di carne S.G.

Spuntino: frutta fresca S.G.

Ven. Pizza pomodoro e basilico oppure pasta agli aromi S.G., ricotta S.G., verza cotta S.G.

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
Torta margherita con Tè S.G.	Pane* con olio EVO pane* e ricotta S.G.	Frutta fresca S.G.	Yogurt di frutta S.G.	Frutta fresca S.G.

GLI ALIMENTI AVENTI LA SIGLIA S.G. SARANNO PRIVI DI GLUTINE.

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

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