

# MENU' A

## DA 1 A 3 ANNI

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
SPUNTINO MATTINA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
I SETTIMANA	Crema di verdure con farro (vedi nota) Frittata al forno Patate al forno Pane integrale	Pasta integrale con sugo alla Norma Insalata caprese Pane comune	Pasta al pesto Tacchino al forno con rosmarino Fagiolini con olio EVO Pane comune	Orzo con crema di basilico e pomodoro crudo Polpettine di lenticchie Carote cotte all'olio EVO Pane comune	Risotto con carote e crescenza Filetto di merluzzo dorato al forno Zucchine trifolate Pane comune
MERENDA POMERIGGIO	LATTE E BISCOTTI	PANE E MARM./ PANE E CIOCC. FOND. 50 %	YOGURT	PANE E OLIO	MOUSSE DI FRUTTA/ FRUTTA FRESCA
II SETTIMANA	Farro al pomodoro Frittata con zucchine Carote olio EVO e limone Pane comune	Pasta integrale al ragù di carne Grana ½ porzione Pomodori olio EVO e basilico Pane comune	Orzo e prezzemolo Petto di pollo rustico Fagiolini con olio EVO Pane comune	Riso olio EVO e salvia Hamburger vegetale (spinaci, borlotti e patate) Zucchine al pomodoro Pane integrale	Pasta al pesto Polpette di pesce Misto verdure estive (carote e pomodori) Pane comune
MERENDA POMERIGGIO	LATTE E BISCOTTI	PANE E MARM./ PANE E CIOCC. FOND. 50 %	YOGURT	PANE E OLIO	MOUSSE DI FRUTTA/ FRUTTA FRESCA
III SETTIMANA	Risotto alla milanese Frittata agli aromi Zucchine con olio EVO Pane comune	Pasta integrale al pomodoro Formaggio fresco Misto di verdure fresche di stagione (vedi nota) Pane comune	Crema di verdure con orzo (vedi nota) Polpettone di carne Patate al forno Pane integrale	Pasta all'olio Crocchette di piselli Fagiolini con olio EVO Pane comune	Farro ai sapori freschi (pomodoro, basilico, carote, scalogno) Filetto di merluzzo gratinato Carote cotte all'olio EVO Pane comune
MERENDA POMERIGGIO	LATTE E BISCOTTI	PANE E MARM./ PANE E CIOCC. FOND. 50 %	YOGURT	PANE E OLIO	MOUSSE DI FRUTTA/ FRUTTA FRESCA
IV SETTIMANA	Pasta integrale con pomodoro e ricotta Frittata con spinaci Fagiolini con olio EVO Pane comune	Pasta con ragù di pesce Formaggio fresco ½ porzione Pomodori olio EVO e basilico Pane comune	Orzotto con verdure di stagione (zucchine, carote, basilico, piselli) Cotoletta di pollo al forno Carote olio EVO e limone Pane comune	Riso all'olio Polpette di cannellini e basilico Zucchine in umido Pane integrale	Farro al pesto di zucchine e basilico Filetto di pesce al vapore Carote con prezzemolo Pane comune
MERENDA POMERIGGIO	LATTE E BISCOTTI	PANE E MARM./ PANE E CIOCC. FOND. 50 %	YOGURT	PANE E OLIO	MOUSSE DI FRUTTA/ FRUTTA FRESCA

IL MENU' ENTRERA' IN VIGORE A SETTEMBRE 2021

### COSA SAPERE



Le grammature utilizzate sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età



Il pane somministrato è **sempre a ridotto contenuto di sale, almeno una volta alla settimana** viene somministrato **pane integrale**.  
Il pane viene servito dopo la somministrazione del primo piatto.



Le proposte di frutta fresca sono **Settimanalmente calendarizzate**, garantendo almeno tre diverse tipologie di frutta nella settimana.



Dove non specificato il formaggio sarà a rotazione: Crescenza, ricotta, primosale, formaggio fresco spalmabile



Quando nel menù è prevista la «**crema di verdure**» come primo piatto le verdure sono: zucchine, carote, spinaci.

Quando nel menù è previsto il «**misto verdure fresche di stagione**» le combinazioni saranno:

Zucchine – carote - pomodori  
Finocchi – carote  
Carote – pomodori



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio di oliva extravergine



In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato. Per il nido non viene utilizzato sale in nessuna preparazione



Ingredienti quali filetti di pesce e alcune verdure da consumare cotte potrebbero essere surgelate all'origine.

GIORNATA UOVA	LUNEDI'
GIORNATA FORMAGGIO	MARTEDI'
GIORNATA CARNE	MERCOLEDI'
GIORNATA LEGUMI	GIOVEDI'
GIORNATA PESCE	VENERDI'