MENU' AUTUNNO/INVERNO PER BAMBINI 1-3 ANNI

La frutta viene offerta a metà mattina anziché a fine pranzo

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	pasta al pomodoro	riso giallo con prosciutto	passato di verdura con crostini	minestra di orzo e fagioli (o piselli)	riso alla zucca /pomodoro
	frittata con zucchine (o spinaci o erbette)	polpettine di fagioli	filetto di merluzzo al latte	petto/bocconcini di pollo al forno	formaggio
	carote lessate			pure' di patate	piselli
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	yogurt	torta di mele	succo di frutta e biscotti	latte con biscotti	frullato di frutta
2	riso alla parmigiana	pasta al pomodoro e ricotta	cous cous con ragù di carne	minestra di riso con verdure e legumi	pasta al pomodoro
	filetto di merluzzo al latte o polpettine	prosciutto cotto		arrosto di lonza/ vitello agli aromi	formaggio
	zucchine	patate al forno/prezzemolate	carote lessate olio e limone	spinaci	piselli
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	yogurt	latte e biscotti	succo di frutta e biscotti	Crostata di marmellata	yogurt
3	pasta al sugo di verdure	zuppa toscana con cereali e legumi misti	riso con verza / zucca	pastina in brodo di verdure	risotto alla parmigiana
	spezzatino di tacchino	uova strapazzate	cotoletta / bocconcini di pollo	Polpette di verdura	platessa al forno
	carote lessate	patate al forno/prezzemolate	spinaci	zucchine lessate	purea di carote e cavolfiore
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	frullato di frutta e biscotti	torta allo yogurt	succo di frutta e biscotti	yogurt	latte con biscotti
4	gnocchetti al pomodoro /chicche	pasta al pesto	riso alle carote	crema di legumi misti e patate con pasta	riso al pomodoro
	formaggio fresco	polpette di ceci	prosciutto	svizzera di manzo	filetto di merluzzo al latte /polpettine
	spinaci	carote lessate	patate al forno/prezzemolate	contorno di erbette	piselli
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	yogurt	crostata di mele	succo di frutta e biscotti	yogurt	latte e biscotti

MENU' PRIMAVERA / ESTATE PER BAMBINI 1-3 ANNI

La frutta viene offerta a metà mattina anziché a fine pranzo

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	pasta al pesto	gnocchetti di patate al pomodoro	riso in brodo con carote	pasta al pomodoro	risotto giallo
	arrosto di tacchino	tortino di zucchine	svizzera di manzo	polpettine di fagioli	polpettine di pesce al forno
	zucchine all'olio	carote in insalata	fagiolini	carote lessate in insalata	spinaci
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	succo di frutta con biscotti	Gelato alla panna	yogurt	torta di ricotta	yogurt
2	ravioli di ricotta e spinaci al pomodoro	pasta gratinata con verdure	risotto con pomodoro e grana	passato di verdure con orzo	pasta con zucchine
	uova strapazzate	spezzatino di tacchino con patate	polpette di verdura	formaggi	sogliole al forno
	zucchine			spinaci	pomodori
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	Gelato alla panna	torta di mele	yogurt	succo di frutta e biscotti	gelato (panna)
3	Riso al pomodoro	pasta al profumo di mare	riso e spinaci	ravioli di ricotta e spinaci al pomodoro	pasta al pesto
	Carne macinata	polpettine di fagioli	bocconcini di tacchino	prosciutto	Polpettine di pesce
	pomodori		fagiolini	carote lessate in insalata	fagiolini
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	succo di frutta con biscotti	gelato (panna)	muffin	yogurt	Gelato alla panna
4	Pasta con pomodori freschi	Insalata fredda di orzo e verdure	risotto di piselli con crostini	pasta con fagiolini e patate	risotto con le zucchine
	Bocconcini di petto di pollo	Polpettine di tonno	Arrosto di vitello al latte	uova strapazzate al pomodoro	Merluzzo alle verdure
	Patate al forno		pomodori	piselli	
	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale	pane comune/integrale
	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca	frutta fresca
	Gelato alla panna	Torta di yogurt	Succo di frutta con biscotti	Gelato alla panna	yogurt

Menù PICCOLI (6 - 12 mesi)

La frutta viene offerta a metà mattina anziché a fine pranzo

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e ricotta/prosciutto(senza glutine) /pollo o e	Brodo di verdura con verdura passata, semolino, olio evo, parmigiano gratuggiato e tacchino al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, pastina,olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, crema di riso/pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e ricotta/prosciutto(senza glutine) /pollo	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello/pesce al vapore macinato
	latte e biscotti granulati senza uovo e glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Frullato di frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Latte e biscotto granulato senza uovo e senza glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine
	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
	PANE	PANE	PANE	PANE	PANE
2	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e ricotta/tacchino a vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, semolino, olio evo,parmigiano gratuggiato prosciutto cotto (senza glutine)/pollo	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, crema di riso/pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e ricotta/tacchino a vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello/pesce al vapore macinato
	latte e biscotti granulati senza uovo e glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Frullato di frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Latte e biscotto granulato senza uovo e senza glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine
	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
	PANE	PANE	PANE	PANE	PANE
3	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo e formaggio grana gratuggiato e ricotta/vitello al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, semolino, olio evo, parmigiano gratuggiato e pollo al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, crema di riso/pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e ricotta/pollo al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e tacchino/pesce al vapore macinato
	Latte e biscotti granulati senza uovo e glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Frullato di frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Latte e biscotto granulato senza uovo e senza glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine
	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
	PANE	PANE	PANE	PANE	PANE
4	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo e formaggio grana gratuggiato e ricotta/prosciutto (senza glutine)/pollo	Brodo di verdura con verdura passata, semolino, olio evo, parmigiano gratuggiato e tacchino al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello al vapore macinato	Brodo di verdura con verdura passata, crema di riso/pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e ricotta/prosciutto (senza glutine)/pollo	Brodo di verdura con verdura passata, pastina, olio evo, parmigiano gratuggiato e vitello/pesce al vapore macinato
	latte e biscotti granulati senza uovo e glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Frullato di frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine	Latte e biscotto granulato senza uovo e senza glutine	yogurt alla frutta e biscotti granulati senza uovo e glutine
	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA
	PANE	PANE	PANE	PANE	PANE

GRAMMATURE ALIMENTI

ALIMENTI	Età 6 – 12 mesi grammi	Età 12 – 36 mesi grammi
• CEREALI Pasta-riso-semolino-crema di riso-avena-orzo-mais e tapioca Pasta/riso in brodo – semolino – orzo	25	30
Pasta /riso asciutti		50
Pane	20	30
• CARNE Manzo-vitello omogeneizzato Pollo-tacchino-coniglio omogeneizzato	80 80	
Manzo-vitello-fresco* Pollo-tacchino fresco* * dopo i nove/dieci mesi		50 50
• PESCE Sogliola-platessa-nasello-palombo * * dopo gli otto mesi	70	70
• UOVA *dopo i nove mesi	1 tuorlo/sett.	1 tuorlo/sett.
• FORMAGGIO Ricotta-crescienza-quartirolo-taleggio-primo sale-mozzarella	30	40
• VERDURA/LEGUMI Zucchine-carote-patate	50	
Zucchine-carote-patate-spinaci-coste-pomodori-piselli-lenticchie-fagiolini		50
• FRUTTA Fresca di stagione: mela-pera-banana-clementine-kiwi-pesca-albicocca	50	50
• OLIO D'OLIVA EXTRA VERGINE	10	10
• GRANA	10	10

ALIMENTI IDONEI PER LA MERENDA:

- Latte-yogurt-budino alla vaniglia-marmellata-ricotta-gelato
- Biscotti-pane-fette biscottate-ciambella
- Spremuta d'arancia-succo di frutta fresca e frullato di frutta

IL PEDIATRA DEL NIDO DR. CLAUDIO SPIAGGI