

MENU' INVERNO NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – **MEDICINA (BO)** – A.S. 2024/25



		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
1° Settimana 06 - 10 gen	LUN	Gramigna aromi e fr.secca Stelline in brodo di carne Ravioli olio e salvia Risotto con verdure invernali	Cotoletta di pesce al forno Pollo al forno (coscia disossata) Sformato verdure (1/2 por) Svizzera di manzo	Spinaci all'olio Patate al forno Carote julienne + Broccoli al vapore Finocchi gratinati	Pane e frutta	 Pane + Frutta karkadè e ciambella o torta di mele Focaccia Frutta
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
2° Settimana 13 - 17 gen	LUN	Passato di verdura con ditalini	Bastoncini di pesce al forno	Spinaci all'olio	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	 Yogurt Pizza al pomodoro Frutta + Stregchette (10 g) Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR	Mini penne alla zucca e fr.secca (Tritata)	Bocconcini di tacchino agli aromi	Carote prezzemolate		
	MERC	Stelline in brodo vegetale	Frittatina con patate	Insalata e radicchio + Broccoli		
	GIOV	Pizza	Prosciutto cotto	Cavolfiore al vapore		
	VEN	Riso al sugo di pesce	Crocchette di legumi	Misticanza + Bieta al vapore		
3° Settimana 20 - 24 gen	LUN	Pasta semi integrale al pomodoro	Fil. Pesce agli agrumi	Bieta all'olio	Pane e Frutta	Focaccia Pane + Frutta Latte + Torta di carote (o ciambella) Frutta Yogurt
	MAR	Passato di fagioli con ditalini	Caciotta	Carote julienne + Finocchi vap.		
	MERC	Gnocchetti sardi alle noci	Polpette di pollo c/sugo	Spinaci gratinati		
	GIOV	Cappelletti al ragù di carne	Sformatino di zucca (1/2 porz)	Insalata mista + Broccoli vapore		
	VEN	Stelline in brodo vegetale	Fettina di tacchino alla pizzaiola	Patate al forno		
4° Settimana 27 - 31 gen	LUN	Farfalle al pomodoro	Crocchette di formaggio	Carote julienne + Cavolfiore grat	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	 Succo 100% + Cracker (10 g) Frutta Pizza al pomodoro Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR	Gramigna all'olio	Fil. Pesce gratinato	Zucca al forno		
	MERC	Crema di verdura + farro	Polpettone di carne	Purè		
	GIOV	Fusilli pomodoro e fr.secca (tritata)	Hamburger di pesce	Spinaci all'olio		
	VEN	Crema di ceci c/ditalini	Frittata	Insalata verde + carote al vap		
5° Settimana 03 - 07 feb	LUN	Pizza	Prosciutto cotto	Finocchi gratinati	Pane e Frutta	 Yogurt Karkadè e Torta di mele Pane + frutta Focaccia Frutta
	MAR	Pasta semi integrale al pomodoro	Bastoncini di pesce al forno	Insalata mista + Zucchine trif.		
	MERC	Passato di legumi con ditalini	Frittata con verdure	Carote julienne + Fagiolini vap.		
	GIOV	Risotto alla parmigiana	Bocc. Pollo alla cacciatora	Broccoli al vapore		
	VEN	Pastina in brodo vegetale	Pesce crosta di cereali c/fr.secca	Patate lessate		
6° Settimana 10 - 14 feb	LUN	Passato di verdura con orzo	Robiola	spinaci all'olio	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Grissini (10 g) Frutta Latte + Biscotti secchi Banana Yogurt
	MAR	Pasta gratinata al ragù di carne	Crocchette di patate (1/2 porz)	Finocchi cotti + carote filanger		
	MERC	Passato di legumi con ditalini	Polpette di pollo al forno	Cavolfiore gratinato		
	GIOV	Risotto alla zucca	Fil. Pesce gratinato	Misticanza + Zucchine al forno		
	VEN	Gramigna con sugo di pesce	Crocchette di legumi	Fagiolini al vapore		

7° Settimana 17 - 21 feb	LUN	Risotto allo zafferano	Bastoncini di pesce	Broccoli al vapore		
	MAR	Passato di fagioli con farro	stracchino + piadina	insalata + finocchi gratinati		
	MERC	Pasta con ragù di carne bianca	crocchette verdure (1/2 porz)	spinaci all'olio		
	GIOV	Stelline in brodo vegetale	Arista al forno	Pure'		
	VEN	Pasta aromi e fr.secca	Pollo al forno (coscia disossata)	carote julienne + cavolfiore al vapore		
8° Settimana 24 - 28 feb	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	Prosciutto Cotto	Zucca al forno		
	MAR	Pasta con sugo di pesce	Sformatino di zucca	Misticanza + bieta al vapore		
	MERC	Crema di ceci con riso	Crocchette di formaggio	Finocchi cotti + carote filanger		
	GIOV	Pasta integrale alle noci	Hamburger di pesce	Broccoli al vapore		
	VEN	Pastina in brodo di carne	Polpette di carne bianca con sugo	PATATE AL FORNO		

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' INVERNO NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO MAIALE – A.S. 2024/25



		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
1° Settimana 06 - 10 gen	LUN				Pane e frutta	 Pane + Frutta karkadè e ciambella o torta di mele Focaccia Frutta
	MAR	Gramigna aromi e fr.secca	Cotoletta di pesce al forno	Spinaci all'olio		
	MERC	STELLINE IN BRODO VEGETALE	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno		
	GIOV	Ravioli olio e salvia	Sformato verdure (1/2 por)	Carote julienne + Broccoli al v		
	VEN	Risotto con verdure invernali	Svizzera di manzo	Finocchi gratinati		
2° Settimana 13 - 17 gen	LUN	Passato di verdura con ditalini	Bastoncini di pesce al forno	Spinaci all'olio	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	 Yogurt Pizza al pomodoro Frutta + Stregchette (10 g) Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR	Mini penne alla zucca e fr.secca (Tritata)	Bocconcini di tacchino agli aromi	Carote prezzemolate		
	MERC	Stelline in brodo vegetale	Frittatina con patate	Insalata e radicchio + Broccoli		
	GIOV	Pizza	PARMIGIANO	Cavolfiore al vapore		
	VEN	Riso al sugo di pesce	Crocchette di legumi	Misticanza + Bieta al vapore		
3° Settimana 20 - 24 gen	LUN	Pasta semi integrale al pomodoro	Fil. Pesce agli agrumi	Bieta all'olio	Pane e Frutta	Focaccia Pane + Frutta Latte + Torta di carote (o ciambella) Frutta Yogurt
	MAR	Passato di fagioli con ditalini	Caciotta	Carote julienne + Finocchi vap.		
	MERC	Gnocchetti sardi alle noci	Polpette di pollo c/sugo	Spinaci gratinati		
	GIOV	Cappelletti al ragù NO MAIALE	Sformatino di zucca (1/2 porz)	Insalata mista + Broccoli vapor		
	VEN	Stelline in brodo vegetale	Fettina di tacchino alla pizzaiola	Patate al forno		
4° Settimana 27 - 31 gen	LUN	Farfalle al pomodoro	Crocchette di formaggio	Carote julienne + Cavolfiore gra	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Cracker (10 g) Frutta Pizza al pomodoro Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR	Gramigna all'olio	Fil. Pesce gratinato	Zucca al forno		
	MERC	Crema di verdura + farro	Polpettone di carne (no maiale)	Purè		
	GIOV	Fusilli pomodoro e fr.secca (tritata)	Hamburger di pesce	Spinaci all'olio		
	VEN	Crema di ceci c/ditalini	Frittata	Insalata verde + carote al vap		
5° Settimana 03 - 07 feb	LUN	Pizza	PARMIGIANO	Finocchi gratinati	Pane e Frutta	 Yogurt Karkadè e Torta di mele Pane + frutta Focaccia Frutta
	MAR	Pasta semi integrale al pomodoro	Bastoncini di pesce al forno	Insalata mista + Zucchine trif.		
	MERC	Passato di legumi con ditalini	Frittata con verdure	Carote julienne + Fagiolini vap.		
	GIOV	Risotto alla parmigiana	Bocc. Pollo alla cacciatora	Broccoli al vapore		
	VEN	Pastina in brodo vegetale	Pesce crosta di cereali c/fr.secca	Patate lessate		
6° Settimana 10 - 14 feb	LUN	Passato di verdura con orzo	Robiola	spinaci all'olio	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Grissini (10 g) Frutta Latte + Biscotti secchi Banana Yogurt
	MAR	PASTA GRATINATA CON RAGU' (NO MAIALE)	Crocchette di patate (1/2 porz)	Finocchi cotti + carote filanger		
	MERC	Passato di legumi con ditalini	Polpette di pollo al forno	Cavolfiore gratinato		
	GIOV	Risotto alla zucca	Fil. Pesce gratinato	Misticanza + Zucchine al forno		
	VEN	Gramigna con sugo di pesce	Crocchette di legumi	Fagiolini al vapore		

7° Settimana 17 - 21 feb	LUN	Risotto allo zafferano	Bastoncini di pesce	Broccoli al vapore	 Pane e Frutta	 Latte e biscotti secchi Frutta Karkadè + Torta di mele Yogurt Banana
	MAR	Passato di fagioli con farro	stracchino + piadina	insalata + finocchi gratinati		
	MERC	Garganelli con ragù di carne bianca	crocchette verdure (1/2 porz)	spinaci all'olio		
	GIOV	Stelline in brodo vegetale	PETTO POLLO AL FORNO	Pure'		
	VEN	Pasta aromi e fr.secca	Pollo al forno (coscia disossata)	carote julienne + cavolfiore al v		
8° Settimana 24 - 28 feb	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	PARMIGIANO	Zucca al forno	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Latte e biscotti secchi Frutta + Stregchette (10 g) Focaccia Frutta Yogurt
	MAR	Pasta con sugo di pesce	Sformatino di zucca	Misticanza + bieta al vapore		
	MERC	Crema di ceci con riso	Crocchette di formaggio	Finocchi cotti + carote filanger		
	GIOV	Pasta integrale alle noci	Hamburger di pesce	Broccoli al vapore		
	VEN	PASTINA IN BRODO VEGETALE	Polpette di carne bianca con sugo	PATATE AL FORNO		

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' INVERNO NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO CARNE – A.S. 2024/25


		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
1° Settimana 06 - 10 gen	LUN	Gramigna aromi e fr.secca STELLINE IN BRODO VEGETALE Ravioli olio e salvia Risotto con verdure invernali	Cotoletta di pesce al forno FRITTATA Sformato verdure (1/2 por) HAMBURGER VEGETALE	Spinaci all'olio Patate al forno Carote julienne + Broccoli al v Finocchi gratinati	Pane e frutta	 Pane + Frutta karkadè e ciambella o torta di mele Focaccia Frutta
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
2° Settimana 13 - 17 gen	LUN	Passato di verdura con ditalini Mini penne alla zucca e fr.secca (Tritata) Stelline in brodo vegetale Pizza Riso al sugo di pesce	Bastoncini di pesce al forno PESCE AL FORNO Frittatina con patate PARMIGIANO Crocchette di legumi	Spinaci all'olio Carote prezzemolate Insalata e radicchio + Broccoli Cavolfiore al vapore Misticanza + Bieta al vapore	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	 Yogurt Pizza al pomodoro Frutta + Stregchette (10 g) Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
3° Settimana 20 - 24 gen	LUN	Pasta semi integrale al pomodoro Passato di fagioli con ditalini Gnocchetti sardi alle noci CAPPELLETTI AL POMODORO Stelline in brodo vegetale	Fil. Pesce agli agrumi Caciotta POLPETTE VERDURE C/SUGO Sformatino di zucca (1/2 porz) PARMIGIANO	Bieta all'olio Carote julienne + Finocchi vap. Spinaci gratinati Insalata mista + Broccoli vapor Patate al forno	Pane e Frutta	Focaccia Pane + Frutta Latte + Torta di carote (o ciambella) Frutta Yogurt
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
4° Settimana 27 - 31 gen	LUN	Farfalle al pomodoro Gramigna all'olio Crema di verdura + farro Fusilli pomodoro e fr.secca (tritata) Crema di ceci c/ditalini	Crocchette di formaggio Fil. Pesce gratinato HAMBURGER VEGETALE Hamburger di pesce Frittata	Carote julienne + Cavolfiore gra Zucca al forno Purè Spinaci all'olio Insalata verde + carote al vap	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	 Succo 100% + Cracker (10 g) Frutta Pizza al pomodoro Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
5° Settimana 03 - 07 feb	LUN	Pizza Pasta semi integrale al pomodoro Passato di legumi con ditalini Risotto alla parmigiana Pastina in brodo vegetale	PARMIGIANO Bastoncini di pesce al forno Frittata con verdure HAMBURGER VEGETALE Pesce crosta di cereali c/fr.secca	Finocchi gratinati Insalata mista + Zucchine trif. Carote julienne + Fagiolini vap. Broccoli al vapore Patate lessate	Pane e Frutta	 Yogurt Karkadè e Torta di mele Pane + frutta Focaccia Frutta
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
6° Settimana 10 - 14 feb	LUN	Passato di verdura con orzo PASTA CON RAGU' VEGETALE Passato di legumi con ditalini Risotto alla zucca Gramigna con sugo di pesce	Robiola Crocchette di patate (porz intera) POLPETTE VEGETALI Fil. Pesce gratinato Crocchette di legumi	spinaci all'olio Finocchi cotti + carote filanger Cavolfiore gratinato Misticanza + Zucchine al forno Fagiolini al vapore	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Grissini (10 g) Frutta Latte + Biscotti secchi Banana Yogurt
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					

7° Settimana 17 - 21 feb	LUN	Risotto allo zafferano	Bastoncini di pesce	Broccoli al vapore	Pane e Frutta 	Latte e biscotti secchi
	MAR	Passato di fagioli con farro	stracchino + piadina	insalata + finocchi gratinati		Frutta
	MERC	PASTA AL POMODORO	Crocchette legumi (porz intera)	spinaci all'olio		Karkadè + Torta di mele 
	GIOV	Stelline in brodo vegetale	HAMBURGER VEGETALE	Pure'		Yogurt
	VEN	Pasta aromi e fr.secca	PESCE AL FORNO	carote julienne + cavolfiore al v		Banana
8° Settimana 24 - 28 feb	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	PARMIGIANO	Zucca al forno	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Latte e biscotti secchi
	MAR	Pasta con sugo di pesce 	Sformatino di zucca	Misticanza + bieta al vapore		Frutta + Stregchette (10 g)
	MERC	Crema di ceci con riso	Crocchette di formaggio	Finocchi cotti + carote filanger		Focaccia
	GIOV	Pasta integrale alle noci	Hamburger di pesce	Broccoli al vapore		Frutta
	VEN	PASTINA IN BRODO VEGETALE	HAMBURGER VEGETALE	PATATE AL FORNO		Yogurt

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' INVERNO NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO CARNE + NO PESCE – A.S. 2024/25


		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
1° Settimana 06 - 10 gen	LUN	Gramigna aromi e fr.secca STELLINE IN BRODO VEGETALE Ravioli olio e salvia Risotto con verdure invernali	POLPETTE LEGUMI FRITTATA Sformato verdure (1/2 por) HAMBURGER VEGETALE	Spinaci all'olio Patate al forno Carote julienne + Broccoli al vapore Finocchi gratinati	Pane e frutta	 Pane + Frutta karkadè e ciambella o torta di mele Focaccia Frutta
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
2° Settimana 13 - 17 gen	LUN	Passato di verdura con ditalini Mini penne alla zucca e fr.secca (Tritata) Stelline in brodo vegetale Pizza RISO AL POMODORO	POLPETTE DI VERDURE PURE DI CECI Frittatina con patate PARMIGIANO Crocchette di legumi	Spinaci all'olio Carote prezzemolate Insalata e radicchio + Broccoli Cavolfiore al vapore Misticanza + Bieta al vapore	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	 Yogurt Pizza al pomodoro Frutta + Stregchette (10 g) Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
3° Settimana 20 - 24 gen	LUN	Pasta semi integrale al pomodoro Passato di fagioli con ditalini Gnocchetti sardi alle noci CAPPELLETTI AL POMODORO Stelline in brodo vegetale	OMELETTE Caciotta POLPETTE VERDURE C/SUGO Sformatino di zucca (1/2 porz) PARMIGIANO	Bieta all'olio Carote julienne + Finocchi al vapore Spinaci gratinati Insalata mista + Broccoli al vapore Patate al forno	Pane e Frutta	Focaccia Pane + Frutta Latte + Torta di carote (o ciambella) Frutta Yogurt
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
4° Settimana 27 - 31 gen	LUN	Farfalle al pomodoro Gramigna all'olio Crema di verdura + farro Fusilli pomodoro e fr.secca (tritata) Crema di ceci c/ditalini	Crocchette di formaggio OMELETTE HAMBURGER VEGETALE PARMIGIANO Frittata	Carote julienne + Cavolfiore al vapore Zucca al forno Purè Spinaci all'olio Insalata verde + carote al vapore	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Cracker (10 g) Frutta Pizza al pomodoro Latte + Biscotti secchi Banana
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
5° Settimana 03 - 07 feb	LUN	Pizza Pasta semi integrale al pomodoro Passato di legumi con ditalini Risotto alla parmigiana Pastina in brodo vegetale	PARMIGIANO HAMBURGER VEGETALE Frittata con verdure OMELETTE POLPETTE DI VERDURA	Finocchi gratinati Insalata mista + Zucchine tritate Carote julienne + Fagiolini al vapore Broccoli al vapore Patate lessate	Pane e Frutta	 Yogurt Karkadè e Torta di mele Pane + frutta Focaccia Frutta
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					
6° Settimana 10 - 14 feb	LUN	Passato di verdura con orzo PASTA CON RAGU' VEGETALE Passato di legumi con ditalini Risotto alla zucca GRAMIGNA AL POMODORO	Robiola Crocchette di patate (porz intera) POLPETTE VEGETALI PARMIGIANO Crocchette di legumi	spinaci all'olio Finocchi cotti + carote filangolate Cavolfiore gratinato Misticanza + Zucchine al vapore Fagiolini al vapore	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Grissini (10 g) Frutta Latte + Biscotti secchi Banana Yogurt
	MAR					
	MERC					
	GIOV					
	VEN					

7° Settimana 17 - 21 feb	LUN	Risotto allo zafferano		PURE DI CECI	Broccoli al vapore	Pane e Frutta 	Latte e biscotti secchi
	MAR	Passato di fagioli con farro		stracchino + piadina	insalata + finocchi gratinati		Frutta
	MERC	PASTA AL POMODORO		Crocchette legumi (porz intera)	spinaci all'olio		Karkadè + Torta di mele 
	GIOV	Stelline in brodo vegetale		HAMBURGER VEGETALE	Pure'		Yogurt
	VEN	Pasta aromi e fr.secca		OMELETTE	carote julienne + cavolfiore		Banana
8° Settimana 24 - 28 feb	LUN	Pasta all'Olio o Pizza		PARMIGIANO	Zucca al forno	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Latte e biscotti secchi
	MAR	PASTA AL POMODORO		Sformatino di zucca	Misticanza + bieta al vapore		Frutta + Stregchette (10 g)
	MERC	Crema di ceci con riso		Crocchette di formaggio	Finocchi cotti + carote filang		Focaccia
	GIOV	Pasta integrale alle noci		POLPETTE DI LEGUMI	Broccoli al vapore		Frutta
	VEN	PASTINA IN BRODO VEGETALE		HAMBURGER VEGETALE	PATATE AL FORNO		Yogurt

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' INVERNO NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO GLUTINE – A.S. 2024/25


		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
1° Settimana 06 - 10 gen	LUN					
	MAR	PASTA aromi e fr.secca	PESCE GRATINATO (No.Glut)	Spinaci all'olio	Pane e Frutta	31/12 BISCOTTI (NO GLUT)
	MERC	PASTINA in brodo di carne	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno		
	GIOV	RAVIOLI olio e salvia	POLPETTE VERDURA (No.Glut)	Carote julienne + Broccoli al vap		
	VEN	Risotto con verdure (No.Glut)	Svizzera di manzo	Finocchi gratinati		
2° Settimana 13 - 17 gen	LUN	Passato di verdura c/PASTINA	Bastoncini di pesce (No.Glut)	Spinaci all'olio	Pane e Frutta	
	MAR	PASTA alla zucca e fr.secca (No.Glut)	Bocconcini di tacchino agli aromi	Carote prezzemolate		
	MERC	PASTINA in brodo vegetale	Frittatina con patate	Insalata e radicchio + Broccoli		
	GIOV	PIZZA	Prosciutto cotto	Cavolfiore al vapore		
	VEN	Riso al sugo di pesce	POLPETTE LEGUMI (No.Glut)	Misticanza + Bieta al vapore		
					Yogurt Pizza pomo (No.Glut) Frutta + crackers 10g (No.Glut) Latte + biscotti (NO.Glut) Banana	
3° Settimana 20 - 24 gen	LUN	PASTA al pomodoro	Fil. Pesce agli agrumi	Bieta all'olio	Pane e Frutta	
	MAR	Passato di fagioli con PASTINA	STRACCHINO	Carote julienne + Finocchi vap.		
	MERC	PASTA ALLE NOCI	POLPETTE POLLO C/SUGO (No.Glut)	Spinaci gratinati		
	GIOV	TORTELLINI al ragù di carne	SFORMATO DI ZUCCA (1/2 porz) (No.Glut)	Insalata mista + Broccoli vapore		
	VEN	PASTINA in brodo di carne	Fettina di tacchino alla pizzaiola	Patate al forno		
					Focaccia (No.Glut) Pane (No.Glut) e frutta Latte + plumcake (No.Glut) Frutta Yogurt	
4° Settimana 27 - 31 gen	LUN	PASTA al pomodoro	Crocchette formaggio (No.Glut)	Carote julienne + Cavolfiore gra	Pane e Frutta	
	MAR	PASTA all'olio	Pesce GRATIINATO (No.Glut)	Zucca al forno		
	MERC	Crema di verdura + RISO	Polpettone di carne (No.Glut)	Purè		
	GIOV	PASTA con pomodoro e fr.secca(trit)	Hamburger pesce (No.Glut)	Spinaci all'olio		
	VEN	Crema di ceci c/ PASTINA	Frittata	Insalata verde + carote al vap		
					 succo 100% + crack (No.Glut) Frutta Pizza pomo (No.Glut) Latte + biscotti (NO.Glut) Banana	
5° Settimana 03 - 07 feb	LUN	PIZZA	Prosciutto cotto	Finocchi gratinati	Pane e Frutta	
	MAR	PASTA AL POMODORO	Bastoncini di pesce (No.Glut)	Insalata mista + Zucchine trif.		
	MERC	Passato di legumi con RISO	Frittata con verdure	Carote julienne + Fagiolini vap.		
	GIOV	Risotto alla parmigiana	Bocc.pollo alla cacciatore	Broccoli al vapore		
	VEN	PASTINA in brodo vegetale	Pesce GRATINATO (No.Glut)	Patate lessate		
					Yogurt karkadè e plumcake (No.Glut) Pane (No.Glut) e frutta Focaccia (No.Glut) Frutta	
6° Settimana 10 - 14 feb	LUN	Passato di verdura con PASTINA	Robiola	spinaci all'olio	Pane e Frutta	
	MAR	PASTA AL RAGU'	Crocchette di patate (No.Glut)	Finocchi cotti + carote filanger		
	MERC	PASSATO DI LEGUMI C/PASTINA	Polpette pollo (No.Glut)	Cavolfiore gratinato		
	GIOV	Risotto alla zucca (No.Glut)	Pesce gratinato (No.Glut)	Misticanza + Zucchine al forno		
	VEN	PASTA con sugo di pesce	POLPETTE LEGUMI (No.Glut)	Fagiolini al vapore		
					succo 100% + grissini (No.Glut) Frutta Latte + biscotti (NO.Glut) Banana Yogurt	

7° Settimana 17 - 21 feb	LUN	Risotto allo zafferano	Bastoncini di pesce (No.Glut)	Broccoli al vapore		Latte + biscotti (NO.Glut)
	MAR	Passato di fagioli con pastina	STRACCHINO + PIADINA	insalata + finocchi gratinati		Frutta
	MERC	PASTA con ragù di carne bianca	crocchette verdure (1/2 porz) (NO GLUT)	spinaci all'olio		karkadè e plumcake (No.Glut)
	GIOV	PASTINA in brodo vegetale	Arista al forno	Pure'		Yogurt
	VEN	PASTA aromi e fr.secca	Pollo al forno (coscia disossata)	carote julienne + cavolfiore al v		Banana
8° Settimana 24 - 28 feb	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	Prosciutto Cotto	Zucca al forno		Latte + biscotti (NO.Glut)
	MAR	PASTA con sugo di pesce	SFORMATO DI ZUCCA (No.Glut)	Misticanza + bieta al vapore		Frutta + crackers 10g (No.Glut)
	MERC	Crema di ceci con riso	Crocchette formaggio (No.Glut)	Finocchi cotti + carote filanger		Focaccia (No.Glut)
	GIOV	PASTA alle noci	Hamburger di pesce (No.Glut)	Broccoli al vapore		Frutta
	VEN	PASTINA in brodo di carne	Polpette (No.Glut) con sugo	PATATE AL FORNO		Yogurt

Pasta, Pane, Pangrattato, Pasta ripiena o all'uovo e tutti i prodotti da forno devono essere sostituiti da prodotti analoghi SENZA GLUTINE

*I legumi secchi possono contenere tracce di glutine, vanno sostituiti con legumi surgelati o se secchi che siano privi di tracce di glutine
Non vanno utilizzati orzo/farro e qualsiasi farina di frumento --> da sostituire con prodotti senza glutine (riso, farina di riso/mais, ecc.)*

MENU' INVERNO NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO LATTE – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
1° Settimana 06 - 10 gen	LUN						
	MAR	Gramigna aromi e fr.secca	PESCE GRATINATO	Spinaci all'olio	Pane e frutta		Pane + Frutta
	MERC	Stelline in brodo di carne 	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno			TORTINO PRIVOLAT + karkadè
	GIOV	PASTA ALL'UOVO C/POMO	OMELETTE (No.Latte)	Carote julienne + Broccoli al va			Focaccia
	VEN	Risotto con verdure (No.Latte)	Svizzera di manzo	Finocchi gratinati			Frutta
2° Settimana 13 - 17 gen	LUN	Passato di verdura con ditalini	Bastoncini pesce (No.Glut/No.Latte)	Spinaci all'olio	Pane e Frutta		YOGURT SOJA / BUDINO SOJA
	MAR	Pennette zucca/fr.secca (No.Latte)	Bocconcini di tacchino agli aromi	Carote prezzemolate			Pizza al pomodoro 
	MERC	Stelline in brodo vegetale	OMELETTE (No.Latte)	Insalata e radicchio + Broccoli			frutta + crackers 10g
	GIOV	Pizza POMODORO	Prosciutto cotto	Cavolfiore al vapore			SUCCO + BISCOTTI CRICH
	VEN	Riso al sugo di pesce	POLPETTE LEGUMI (No.Latte)	Misticanza + Bieta al vapore			Banana
3° Settimana 20 - 24 gen	LUN	Pasta semi integrale al pomodoro	Fil. Pesce agli agrumi	Bieta all'olio	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		Focaccia
	MAR	Passato di fagioli con ditalini	Prosciutto cotto 	Carote julienne + Finocchi vap.			Pane + Frutta
	MERC	Pasta pomo e fr.secca	POLPETTE POLLO (No.Latte)	Spinaci gratinati			SUCCO + TORTINO PRIVOLAT
	GIOV	PASTA ALL'UOVO C/RAGU'	OMELETTE (No.Latte)	Insalata mista + Broccoli vapo			Frutta
	VEN	Stelline in brodo vegetale	FETTINA CARNE	Patate al forno			YOGURT SOJA / BUDINO SOJA
4° Settimana 27 - 31 gen	LUN	Farfalle al pomodoro	OMELETTE (No.Latte)	Carote julienne + Cavolfiore gr	Pane e Frutta		succo 100% + crackers 10g
	MAR	Gramigna all'olio	Fil. Pesce gratinato	Zucca al forno			frutta
	MERC	Crema di verdura + farro	SVIZZERA CARNE	PATATE LESSATE			Pizza al pomodoro
	GIOV	Fusilli pomodoro e fr.secca (tritata)	Hamburger di pesce	Spinaci all'olio			THE + BISCOTTI CHRIC
	VEN	Crema di ceci c/ditalini	OMELETTE (No.Latte)	Insalata verde + carote al vap			Banana
5° Settimana 03 - 07 feb	LUN	PIZZA POMODORO	Prosciutto cotto	Finocchi gratinati	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		YOGURT SOJA / BUDINO SOJA
	MAR	Pasta semi integrale al pomodoro	Bastoncini pesce (No.Glut/No.Latte)	Insalata mista + Zucchine trif.			Karkadè + TORTINO PRIVOLAT
	MERC	Passato di legumi con ditalini	OMELETTE (No.Latte)	Carote julienne + Fagiolini vap.			Pane + frutta
	GIOV	RISO ALL'OLIO 	Bocc. Pollo alla cacciatora	Broccoli al vapore			Focaccia 
	VEN	Pastina in brodo vegetale	Pesce crosta di cereali c/fr.secca	Patate lessate			Frutta
6° Settimana 10 - 14 feb	LUN	Passato di verdura con orzo	FETTINA CARNE	spinaci all'olio	Pane e Frutta		SUCCO + CRACKERS
	MAR	PASTA AL RAGU'	POLPETTE PATATE (No.Latte)	Finocchi cotti + carote filanger			Frutta
	MERC	Passato di legumi con ditalini	POLPETTE POLLO (No.Latte)	Cavolfiore gratinato			THE + BISCOTTI CHRIC
	GIOV	Riso alla zucca (No.Latte)	Fil. Pesce gratinato	Misticanza + Zucchine al forno			Banana
	VEN	Gramigna con sugo di pesce	CROCCHETTE LEGUMI (No.Latte)	Fagiolini al vapore			YOGURT SOJA / BUDINO SOJA

7° Settimana	LUN	Risotto allo zafferano	Bastoncini pesce (No.Glut/No.Latte)	Broccoli al vapore		SUCCO + CRACKERS		
	MAR	Passato di fagioli con farro	PR.COTTO + PIADINA	insalata + finocchi gratinati		frutta	Karkadè + TORTINO PRIVOLAT	
	MERC	Pasta con ragù di carne bianca	crocchette verdure (No.Latte)	spinaci all'olio			YOGURT SOJA / BUDINO SOJA	
	GIOV	Stelline in brodo vegetale	Arista al forno	PATATE LESSATE				Banana
	VEN	Pasta aromi e fr.secca	Pollo al forno (coscia disossata)	carote julienne + cavolfiore al				
8° Settimana	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	Prosciutto Cotto	Zucca al forno				
	MAR	Pasta con sugo di pesce	OMELETTE (No.Latte)	Misticanza + bieta al vapore		SUCCO + BISCOTTI CRICH		
	MERC	Crema di ceci con riso	CROCCHETTE VERDURE (NO LATTE)	Finocchi cotti + carote filanger			Focaccia	
	GIOV	Pasta integrale alle noci	Hamburger di pesce	Broccoli al vapore				Frutta
	VEN	Pastina in brodo di carne	Polpette di carne bianca con sugo	PATATE AL FORNO				

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi