

MENU' PRANZO

AUTUNNO/INVERNO

2 – 6 ANNI

PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Verdura cruda 1Passato verdura con pastina Straccetti di pollo agli aromi Patate al vapore 1Pane	Verdura cruda 1Pasta integrale al pomodoro 7Legumi con pomodoro al forno Carote al vapore 1Pane	Radicchio 1Minestra di legumi con pastina 7Polpettone di manzo al forno Cavolfiore al vapore 1Pane	Verdura cruda Risotto al ragù 3-7Uova strapazzate con formaggio grana Bieta al vapore 1Pane	Verdura cruda 1Pasta all'olio e parmigiano 1-4Polpette di trota alla pizzaiola Fagiolini al vapore 1Pane

SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Cappuccio 1-7Pasta integrale con ricotta e carote 1-4Bastoncini di merluzzo al forno Fagiolini al vapore 1Pane	Verdura cruda 1Minestra di legumi con pastina Polpette di manzo alla pizzaiola al forno Polenta	Verdura cruda 1Pasta al ragù vegetale. 1Scaloppina di pollo alla salvia Finocchi al vapore 1Pane	Carote grattugiate <u>PIATTO UNICO</u> 1-7Pizza margherita	Verdura cruda Riso e patate 1-4Polpette di trota alla milanese Spinaci al vapore 1Pane

TERZA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Verdura cruda 1Crema di zucca con pastina 7Legumi con pomodoro al forno Piselli 1Pane	Verdura cruda 1Passato di verdura con pastina 7Formaggio latteria Patate al forno 1Pane	Carote grattugiate <u>PIATTO UNICO</u> 1-7Lasagne al forno con ragù di carne bianca 1Pane	Verdura cruda Risotto all'olio 1-4Polpette di trota alla pizzaiola Finocchi al vapore 1Pane	Verdura cruda 1Pasta integrale al ragù vegetale 3-7Uova strapazzate con formaggio grana Carote al vapore 1Pane

QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Verdura cruda 1Pasta alle zucchine 7Formaggio latteria Piselli e carote 1Pane	Verdura cruda 1Passato di verdure con pastina Spezzatino di manzo con patate 1Pane	Verdura cruda 1Pasta integrale al ragù 3Uovo sodo Zucchine/Cavolfiore al vapore 1Pane	Cappuccio grattugiato Risotto con zucca Pollo alle verdure Finocchi al vapore 1Pane	Carote grattugiate 1Pasta olio 1-4Polpette di trota alla milanese Spinaci 1Pane

Note informative:

LE GRAMMATURE SONO ESPOSTE NELLA TABELLA ALLEGATA

VERDURA cipolla, carota, patata, porro, zucca, finocchio, zucchine, fagiolini, cavolfiore, cappuccio, pomodori, spinaci, bieta, piselli

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE mele, pere, banane, prugne, mandaranci, arance, kiwi, fragole

ALLERGENI la cucina tiene traccia degli alimenti definiti allergeni che figurano nell'elenco allegato al presente documento (inserito numero corrispondente all'allergene ove presente)

Centro Infanzia SACRO CUORE – FRANCONIGO (TV)

MENU' PRANZO PRIMAVERA/ESTATE

2 – 6 ANNI

PRIMA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Verdura cruda 1 Pasta all'olio e basilico 3-7 Frittata al forno con grana Piselli e carote 1 Pane	Verdura cruda 1 Passato di verdure con pastina 3-7 Polpettone di manzo al forno Zucchine 1 Pane	Cappuccio grattugiato 1 Pasta al pomodoro Pollo alle verdure Verdura cotta 1 Pane	Radicchio Riso al pomodoro 7 Legumi con pomodoro al forno Verdura cotta 1 Pane	Pomodori 1-7 Pasta integrale ricotta e zucchine 1-4 Hamburger di trota alla milanese Verdura cotta 1 Pane

SECONDA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Cetrioli a cubetti Risotto all'olio 3 Uovo sodo Verdura cotta 1 Pane	Radicchio 1 Pasta integrale al ragù veg. 1 Scaloppine di tacchino alla salvia Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Crema di legumi con pastina 7 Formaggio latteria Patate al forno 1 Pane	Carote grattugiate <u>PIATTO UNICO</u> 1-7 Pizza	Verdura cruda 1 Pasta all'ortolana 1-4 Bocconcini di trota Fagiolini in tegame 1 Pane

TERZA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Radicchio 1 Passato di verdure con pastina 7 Legumi con pomodoro al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta integrale al pomodoro 1 Straccetti di pollo agli aromi Spinaci 1 Pane	Carote grattugiate <u>PIATTO UNICO</u> 1-7 Pasticcio di verdure 1 Pane	Pomodori 1 Pasta all'olio 1-4 Hamburger di trota al forno Verdura cotta 1 Pane	Insalata/cetrioli Risotto alle verdure 3-7 Uova strapazzate Verdura cotta 1 Pane

QUARTA SETTIMANA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Radicchio 1-7 Pasta integrale ricotta e zucchine 1-4 Bastoncini di merluzzo al forno Verdura cotta 1 Pane	Carote grattugiate 1 Passato di verdura con pastina 1 Scaloppina di pollo alla salvia Patate al forno 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta al ragù 7 Caprese 1 Pane	Carote grattugiate Riso al pomodoro Polpettine di manzo al forno Verdura cotta 1 Pane	Pomodori e cetrioli 1 Crema di zucchine e patate con pastina 1-4 Bocconcini di trota alla pizzaiola Verdura cotta 1 Pane

Note informative:

LE GRAMMATURE SONO ESPOSTE NELLA TABELLA ALLEGATA

VERDURA cipolla, carota, patata, porro, zucchine, fagiolini, cappuccio, pomodori, melanzane, peperoni, pomodoro, cetrioli, piselli

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE mele, anguria, pesche, banane, prugne, kiwi, fragole,

ALLERGENI la cucina tiene traccia degli alimenti definiti allergeni che figurano nell'elenco allegato al presente documento (inserito numero corrispondente all'allergene ove presente)

Centro Infanzia SACRO CUORE – FRANCONIGO (TV)

MERENDE

2 - 6 ANNI

Spuntini di metà mattina e del pomeriggio

La merenda viene variata ogni giorno e viene proposta alternando:

- frutta fresca di stagione gr.100
- **1** crackers non salati in superficie gr.25
- **7** yogurt gr.125
- **1** pane e marmellata gr.50
- **1-3-7** biscotti gr. 10

TABELLA DIETETICA: GRAMMATURE o UNITA' INDICATIVE

PER PORZIONE PER IL PRANZO

2 - 6 ANNI

ALIMENTI	GRAMMI
Pasta o riso asciutti	60
Pasta o riso nei passati/minestrone – nelle minestre brodo	30 - 40
Parmigiano o Padano grattugiato	5
Sugo con base di pomodoro	50
Olio extravergine di oliva per condimento	12
Carne magra di bovino	40/60
Pollame senza ossa	40/60
Pesce	70
Uova n.	1
Formaggi a pasta molle o filata	40
Formaggio latteria	30
Verdura cruda in foglia	40/60
Verdura cruda	60
Verdura cotta	120/150
Pomodori	80
Verdura per minestra	70
Legumi	70/80
Legumi secchi	40
Patate/purè di patate	100/130
Frutta	150
Pane comune	50

PIATTI UNICI

Lasagne al forno	Lasagne	60
	Ragù	30
	Besciamella	40
Pizza margherita	Pasta per pizza	150
	Mozzarella	30

ALIMENTI DEFINITI ALLERGENI DALLA NORMATIVA VIGENTE

- 1 Cereali contenenti glutine (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut) e prodotti derivati (celiaci)
- 2 Crostacei e relativi prodotti
- 3 Uova e relativi prodotti
- 4 Pesce e relativi prodotti
- 5 Arachide e relativi prodotti
- 6 Soia e relativi prodotti
- 7 Latte e relativi prodotti (incluso lattosio)
- 8 Frutta a guscio, vale a dire mandorle, nocciole, noci, pistacchi e relativi prodotti
- 9 Sedano e relativi prodotti
- 10 Senape e relativi prodotti
- 11 Semi di sesamo e relativi prodotti
- 12 Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni maggiori di 10mg/Kg o 10mg/litro riportati come SO₂
- 13 Lupini e relativi prodotti
- 14 Molluschi e relativi prodotti