

# MENU' PRANZO

## autunno/inverno

### 2 - 6 ANNI

#### PRIMA SETTIMANA

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

#### SECONDA SETTIMANA

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

#### TERZA SETTIMANA

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

#### QUARTA SETTIMANA

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

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'
<b>1</b> Pasta all'olio e basilico <b>3-7</b> Frittata al forno con grana Piselli e carote <b>1</b> Pane Frutta di stagione	<b>1</b> Passato di verdure con pastina <b>3-7</b> Polpettone di manzo al forno Patate al forno Carote grattugiate <b>1</b> Pane Frutta di stagione	<b>1</b> Pasta al pomodoro Pollo alle verdure Cappuccio grattugiato <b>1</b> Pane Frutta di stagione	Riso al pomodoro <b>7</b> Legumi con pomodoro al forno Radicchio <b>1</b> Pane Frutta di stagione	<b>1-7</b> Pasta integrale ricotta e zucchine <b>1-4</b> Hamburger di trota alla milanese Pomodori <b>1</b> Pane Frutta di stagione

### SECONDA SETTIMANA

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

### TERZA SETTIMANA

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

### QUARTA SETTIMANA

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

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/minestroni – 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 i

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 SO<sub>2</sub>
- 13 Lupini e relativi prodotti
- 14 Molluschi e relativi prodotti