

MENU' PRANZO

AUTUNNO/INVERNO

2 - 6 ANNI

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRIMA SETTIMANA				
Verdura cruda 1 Passato verdura con pastina Straccetti di pollo agli aromi Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta integrale al pomodoro 7 Legumi con pomodoro al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Minestra di legumi con pastina 7 Polpettone di manzo al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda Risotto al ragù 3-7 Uova strapazzate con formaggio grana Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta all'olio e parmigiano 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane
SECONDA SETTIMANA				
Verdura cruda 1-7 Pasta integrale con ricotta e carote 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Minestra di legumi con pastina Polpette di manzo alla pizzaiola al forno Polenta Verdura cotta	Verdura cruda 1 Pasta al ragù vegetale. 1 Scaloppina di pollo alla salvia Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda <u>PIATTO UNICO</u> 1-7 Pizza margherita	Verdura cruda Riso e patate 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane
TERZA SETTIMANA				
Verdura cruda 1 Crema di zucca con pastina 7 Legumi con pomodoro al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Passato di verdura con pastina 7 Formaggio lattiera Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda <u>PIATTO UNICO</u> 1-7 Lasagne al forno con ragù di carne bianca 1 Pane	Verdura cruda Risotto all'olio 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta integrale al ragù vegetale 3-7 Uova strapazzate con formaggio grana Verdura cotta 1 Pane
QUARTA SETTIMANA				
Verdura cruda 1 Pasta alle zucchine 7 Formaggio lattiera Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Passato di verdure con pastina Spezzatino di manzo con patate 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta integrale al ragù 3-7 Frittata al forno con grana Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda Risotto con zucca Pollo alle verdure Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta olio 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane

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

PESCE trota, merluzzo

AROMI rosmarino, salvia, alloro, origano

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

MENU' PRANZO

PRIMAVERA/ESTATE

2 - 6 ANNI

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<u>PRIMA SETTIMANA</u>				
Verdura cruda 1 Pasta all'olio e basilico 3-7 Frittata al forno con grana Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Passato di verdure con pastina 3-7 Polpettone di manzo al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta al pomodoro Pollo alle verdure Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda Riso al pomodoro 7 Legumi con pomodoro al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1-7 Pasta integrale ricotta e zucchine 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane
<u>SECONDA SETTIMANA</u>				
Verdura cruda Risotto all'olio 3-7 Frittata al forno con grana Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 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	Verdura cruda <u>PIATTO UNICO</u> 1-7 Pizza	Verdura cruda 1 Pasta all'ortolana 1-4 Bocconcini di trota Verdura cotta 1 Pane
<u>TERZA SETTIMANA</u>				
Verdura cruda 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 Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda <u>PIATTO UNICO</u> 1-7 Pasticcio di verdure 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta all'olio 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda Risotto alle verdure 3-7 Uova strapazzate Verdura cotta 1 Pane
<u>QUARTA SETTIMANA</u>				
Verdura cruda 1-7 Pasta integrale ricotta e zucchine 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Passato di verdura con pastina 1 Scaloppina di pollo alla salvia Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Pasta al ragù 7 Caprese 1 Pane	Verdura cruda Riso al pomodoro Polpettine di manzo al forno Verdura cotta 1 Pane	Verdura cruda 1 Crema di zucchine e patate con pastina 1-4 Pesce Verdura cotta 1 Pane

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

PESCE trota, merluzzo

AROMI rosmarino, salvia, alloro, origano

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

LE 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
- **1-3-7** BISCOTTI gr.10
- **1** PANE e MARMELLATA gr.50
- **1** PANINO alla ZUCCA gr.125

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 lattiera	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