

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA LA FRUTTA FRESCA CALENDARIZZATA NELLA GIORNATA VIENE DISTRIBUITA A METÀ MATTINA					
I SETTIMANA	Antipasto di verdure cotte Riso con ragù di lenticchie** Pane comune Frutta fresca PIATTO UNICO	Passato di verdura* con orzo Frittata al forno Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Polenta Bruscitti di manzo Carote cotte Pane integrale Frutta fresca	Pasta alla curcuma Piselli spadellati* Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Totani in umido* Cavolfiore gratinato* Pane comune Frutta fresca
MERENDA	PANE + MARMELLATA	LATTE+BISCOTTI	YOGURT BIANCO+FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	PANE E CIOCCOLATO FOND.
II SETTIMANA	Passato di verdure Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca PIATTO UNICO	Pennette integrali con crema di broccoli Frittata al forno Cavolo cappuccio cotto con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo Cotoletta di pollo Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Riso olio e grana Sformato di merluzzo al forno* Finocchi gratinati Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Lenticchie in umido ** Carote cotte Pane comune Frutta fresca
MERENDA	PANE+FRUTTA FRESCA/SPREMITA	YOGURT BIANCO+FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	LATTE+BISCOTTI	FRUTTA FRESCA
III SETTIMANA	Pasta in salsa aurora Bocconcini di pollo agli aromi Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta all'olio tortino di zucca* e cannellini** Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo alla mugnaia* Fagiolini al vapore * Pane integrale Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e verdure Tachino dorato Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Uova strapazzate Cavolo cappuccio cotto Pane comune Frutta fresca
MERENDA	LATTE+BISCOTTI	PANE+FRUTTA FRESCA/SPREMITA	YOGURT BIANCO+FRUTTA FRESCA	PANE + MARMELLATA	FRUTTA FRESCA
IV SETTIMANA	Pasta integrale al pesto Insalata di primosale e carote julienne Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo Petto di pollo al rosmarino Broccoli con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Passato di verdure Pasta al ragù di carne bovina Pane integrale Frutta fresca PIATTO UNICO	Pasta al pomodoro hamburger di cannellini ** Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca * Filetto di merluzzo al gratin * Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca
MERENDA	PANE+FRUTTA FRESCA/SPREMITA	BISCOTTI	TORTA	FRUTTA FRESCA	YOGURT BIANCO+FRUTTA FRESCA
V SETTIMANA	Carote julienne con olio EVO Ravioli di magro olio e salvia Pane comune Frutta fresca PIATTO UNICO	Riso all'olio sformato di pesce al forno* Cavolfiore gratinato Pane comune Frutta fresca	Passato di verdure* con pastina Spezzatino di tacchino con patate Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro Ricotta olio e aromi Cavolo spadellato Pane comune Frutta fresca	Pasta alla curcuma Lenticchie in umido** Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca
MERENDA	PANE + MARMELLATA	LATTE+BISCOTTI	YOGURT BIANCO+FRUTTA FRESCA	FRUTTA FRESCA	PANE E CIOCCOLATO
VI SETTIMANA	Risotto al pomodoro Caprese invernale (Mozzarella e broccoli*) Pane comune Frutta fresca	Vellutata di zucca * Cotoletta di lonza al forno Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Hamburger di legumi * Carote julienne con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta olio e grana Frittata al forno Verdura cotta Pane comune Frutta fresca	Pasta al sugo di verdure Merluzzo dorato* Cavolfiore gratinato* Pane comune Frutta fresca
MERENDA	LATTE+BISCOTTI	PANE+FRUTTA FRESCA/SPREMITA	YOGURT BIANCO+FRUTTA FRESCA	PANE + MARMELLATA	FRUTTA FRESCA

IL MENU' ENTRERÀ IN VIGORE IL GIORNO 13.11.2023 A PARTIRE DALLA 1^ SETTIMANA

Le grammature sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età. Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale (1,7 % di sale sul totale della farina) e viene servito dopo il 1° piatto. Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno n.3 tipologie di frutta nella settimana. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio EVO. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato. Gli ingredienti indicati con asterisco potrebbero essere surgelati all'origine. Gli ingredienti indicati con due asterischi indicano i legumi secchi.

Si informa che nelle preparazioni possono essere contenuti, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni: 1.cereali contenenti glutine, 2.crostacei, 3.uova, 4.pesce, 5.arachidi, 6.soia, 7.latte incluso lattosio, 8.frutta a guscio, 9.sedano, 10.senape, 11.semi di sesamo, 12.anidride solforosa e solfiti, 13.lupini, 14.molluschi. Per gli utenti che necessitano di una dieta per intolleranze/allergie alimentari (correlate da certificato medico) il nostro ufficio Nutrizione predispone tabelle dietetiche personalizzate.

COLORAZIONE MENU'

Sfondo giallo: piatti a base di pollo

Sfondo rosso: piatti con carne rossa bovina/suina

Scritte in blu: piatti con pesce

Scritte verdi: piatti con formaggio

Sfondo giallo oro: piatti a base di uova

Sfondo turchese: piatti vegetariani senza latte e uova

NIDO D'INFANZIA "PRIMI PASSI" – RIVAROLO DEL RE

MENU ETICO RELIGIOSO AUTUNNO INVERNO 2023-2024					MENU' A .1
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	Antipasto di verdure cotte Riso con ragù di lenticchie Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura* con orzo Frittata al forno Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Polenta Brusci di manzo /(3) formaggio Carote cotte Pane integrale Frutta fresca	Pasta alla curcuma Piselli spadellati Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Totani in umido /(4) formaggio Cavolfiore gratinato* Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Passato di verdure Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Pennette integrali con crema di broccoli Frittata al forno Cavolo cappuccio cotto con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo Cotoletta di pollo/ /(1) Legumi in umido Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Riso olio e grana Sformato di merluzzo al forno* /(4) formaggio Finocchi gratinati Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Lenticchie in umido ** Carote cotte Pane comune Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta in salsa aurora Bocconcini di pollo agli aromi /(1) formaggio Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta all'olio tortino di zucca* e cannellini** finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo alla mugnaia* /(4) uova strapazzate Fagiolini al vapore * Pane integrale Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e verdure Tacchino dorato /(1) formaggio Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Uova strapazzate Cavolo cappuccio cotto Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale al pesto Insalata di primosale e carote julienne Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo Petto di pollo al rosmarino /(1) legumi in umido Broccoli con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Passato di verdure Pasta al ragù di carne bovina (3) pasta al pomodoro + mozzarella Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro hamburger di cannellini ** Carote julienne con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca * Filetto di merluzzo al gratin */ (4) uova strapazzate Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca
V SETTIMANA	Carote julienne con olio EVO Ravioli di magro olio e salvia Pane comune Frutta fresca	Riso all'olio sformato di pesce al forno /(4) legumi in umido Cavolfiore gratinato Pane comune Frutta fresca	Passato di verdure* con pastina Spezzatino di tacchino con patate /(1) piselli e patate Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro Ricotta olio e aromi Cavolo spadellato Pane comune Frutta fresca	Pasta alla curcuma Lenticchie in umido** Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Risotto al pomodoro Caprese invernale (Mozzarella e broccoli*) Pane comune Frutta fresca	Vellutata di zucca Cotoletta di lonza al forno /(2) formaggio Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Hamburger di legumi * Carote julienne con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta olio e grana Frittata al forno Verdura cotta Pane comune Frutta fresca	Pasta al sugo di verdure Merluzzo dorato /(4) legumi in umido Cavolfiore gratinato* Pane comune Frutta fresca

SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

SOSTITUZIONI DELLA **CARNE AVICOLA** INDICATE CON IL NUMERO **(1)**
 SOSTITUZIONI DELLA **CARNE SUINA** INDICATE CON IL NUMERO **(2)**
 SOSTITUZIONI DELLA **CARNE BOVINA** INDICATE CON IL NUMERO **(3)**
 SOSTITUZIONI DEI **PRODOTTI ITTICI** INDICATE CON IL NUMERO **(4)**



MENU' B

MENU 6 MESI – PRIMA PAPPÀ

QUESTO MENU' PREVEDE L'INTRODUZIONE DELLA PRIMA PAPPÀ, OSSIA IL PASSAGGIO DAL LATTE AD ALIMENTI COMPLEMENTARI
LINEE GUIDA "PAPPÀ AL NIDO" - SISTEMA SOCIO SANITARIO REGIONE LOMBARDIA

LA BASE PER LA PRIMA PAPPÀ È IL BRODO VEGETALE CHE PUÒ ESSERE PREPARATO UTILIZZANDO VERDURE FRESCHE: **PATATE, CAROTE E ZUCCHINE**.
NON AGGIUNGERE NÉ SALE NÉ DADO.

I PIATTI VENGONO CONDITI ESCLUSIVAMENTE CON OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

LO SCHEMA È INDICATIVO, QUALORA L'UTENTE NON ABBAIA ANCORA INTRODOTTO UNO O PIÙ ALIMENTI CONSIDERATI **ALLERGENI** (14 ALLERGENI) È NECESSARIO
PRESENTARE LA DOCUMENTAZIONE PER RICHIESTA DI DIETA SPECIALE.

SCHEMA SETTIMANALE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO MATTINA	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g
PRANZO	CREMA DI RISO 20 g ***PESCE 20 g VERDURE 30 g OLIO EVO 5 g	CREMA DI MAIS E TAPIOCA 20 g *PARMIGIANO REGGIANO/GRANA PADANO 10 g VERDURE 30 g OLIO EVO	SEMOLINO 20 g **CARNE 15 g VERDURE 30 g OLIO EVO	CREMA MULTICEREALI 20 g LENTICCHIE DECORTICATE SECCHIE 10 g VERDURE 30 g OLIO EVO	CREMA DI MAIS E TAPIOCA 20 g ***PESCE 20 g VERDURE 30 g OLIO EVO
MERENDA	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g

FRUTTA: La frutta deve essere ben matura (banana schiacciata, pera o mela grattugiata) 80g. L'omogeneizzato quando necessario sarà a rotazione mela, banana, pera

*FORMAGGIO in alternativa a parmigiano reggiano / grana padano si può somministrare ricotta 30 g

CARNE (pollo, tacchino, macinata di manzo**) in caso si utilizzi L'omogeneizzato il quantitativo è pari a 40 g, se liofilizzato è pari a 5 g

***PESCE (**merluzzo, platessa**) in caso si utilizzi L'omogeneizzato il quantitativo è pari a 40 g, se liofilizzato è pari a 5 g



MENU' C

MENU FINO A 12 MESI

LINEE GUIDA "PAPPA AL NIDO" - SISTEMA SOCIO SANITARIO REGIONE LOMBARDIA

DOPO LA PRIMA PAPPA SI COMINCIA A SOMMINISTRARE ALIMENTI A PEZZETTI (FORMATO PASTA PICCOLO O SMINUZZATO) E NON SOLO CREME, AFFIANCANDO ALLA CARNE E AL PESCE (TAGLIATI A PEZZETTI) LE VERDURE TAGLIATE A PEZZETTI.

I PIATTI VENGONO CONDITI ESCLUSIVAMENTE CON OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

LO SCHEMA È INDICATIVO, QUALORA L'UTENTE NON ABBIA ANCORA INTRODOTTI UNO O PIÙ ALIMENTI CONSIDERATI **ALLERGENI** (14 ALLERGENI) È NECESSARIO PRESENTARE LA DOCUMENTAZIONE PER RICHIESTA DI DIETA SPECIALE.

SCHEMA SETTIMANALE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO MATTINA	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g
PRANZO	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (PASTA DI SEMOLA) 25 g ***LEGUMI SECCHI 15 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g PANE COMUNE	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (ORZO) 25 g *FORMAGGIO FRESCO 20 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g PANE COMUNE	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (PASTA DI SEMOLA) 25 g **CARNE 30 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g PANE COMUNE	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (RISO) 25 g ***LEGUMI SECCHI 15 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g PANE COMUNE	PIATTO IN BRODO CON CEREALI (PASTINA) 25 g ****PESCE 30 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g PANE COMUNE
MERENDA	FRUTTA FRESCA (80 g)	MOUSSE DI FRUTTA (40 g)	YOGURT BIANCO (1 VASETTO)	FRUTTA FRESCA (80 g)	MOUSSE DI FRUTTA (40 g)

LE GRAMMATURE SONO DA INTENDERSI AL CRUDO E AL NETTO DEGLI SCARTI.

FRUTTA: La frutta deve essere ben matura (banana schiacciata, pera o mela grattugiata) 80g L'omogeneizzato sarà a rotazione mela, banana, pera

*FORMAGGIO FRESCO = RICOTTA (20 g) SOSTITUIBILE CON PARMIGIANO REGGIANO O GRANA PADANO (10 g)

**CARNE – PRODOTTO FRESCO (pollo, tacchino, macinata di manzo)

***LEGUMI SECCHI (15 g) (*fagioli borlotti, fagioli cannellini, lenticchie, piselli, ceci*) SONO SOSTITUIBILI CON 40 g DI LEGUMI FRESCHI O SURGELATI

****PESCE – PRODOTTO GELO (*merluzzo, platessa*)

*******VERDURE – a rotazione le verdure saranno PATATE, CAROTE, ZUCCHINE**

CONDIMENTI: SI RACCOMANDA DI UTILIZZARE ESCLUSIVAMENTE OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA, SIA PER L'AGGIUNTA A CRUDO CHE PER LA COTTURA. NON VA UTILIZZATO NÉ DADO NÉ SALE NELLA PRIMA INFANZIA.

PREPARAZIONE E COTTURA: NON È CONSENTITA LA FRITTURA E LE EVENTUALI DORATURE DOVRANNO ESSERE FATTE AL FORNO. PER LE VERDURE, SE CONSUMATE COTTE, È PREFERIBILE LA COTTURA A VAPORE CHE PRESERVA IL LORO VALORE NUTRIZIONALE. NEL CASO DI COTTURA IN ACQUA DOVRANNO ESSERE CONTROLLATI SIA IL TEMPO DI COTTURA, IL PIÙ BREVE TEMPO POSSIBILE, SIA IL QUANTITATIVO DI ACQUA CHE DEVE ESSERE LIMITATO. PER PASTINA O ALTRE PREPARAZIONI UTILIZZARE ESCLUSIVAMENTE BRODI PREPARATI CON VERDURE FRESCHE O SURGELATE