

1 <sup>a</sup> Settimana SPUNTINO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
	Frutta fresca di stagione				
	Passato di verdure con orzo/miglio  Pesce (crochette di merluzzo)	Pasta al pomodoro/alla pizzaiola  Carne di vitellone	Zuppa di legumi misti con cous-cous/ riso con pomodoro e legumi  Crocchette di verdura o di patate al forno	Pastina in brodo  Carne di coniglio da alternare al pollo	Pasta olio e parmigiano  Pesce (platessa)
PRANZO	Insalata e frutta secca oleosa (tritata molto finemente) Verdura cotta di stagione  Pane	Verdura cotta di stagione  Pane	Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane	Patate e verdura cotta di stagione  Pane	Pinzimonio di stagione /a julienne Verdura cotta di stagione  Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE	Insalata di risolatri cereali con verdure miste di stagione/riso al pomodoro fresco Pesce (merluzzo) Verdura cruda e cotta mista di stagione Purea di frutta fresca di stagione e frutta secca oleosa (tritata molto finemente)	Pasta con ragu vegetale (pomodoro fresco) Carne di vitellone Verdura mista di stagione cotta/ gratinata al forno	Pasta con pomodoro e legumi Stornato al forno con verdure di stagione Verdura cruda e cotta mista di stagione		
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

N.B.:

- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "moll",.....)
- La pasta asciutta può essere sostituita con la pasta in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
- Quando nei menu è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menu)
- Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate



2 <sup>a</sup> Settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
	(*) Passatelli in brodo vegetale (piatto unico)	Pasta al pesto/alle erbe aromatiche e frutta secca oleosa (tritata molto finemente)	Vellutata di piselli/ passato di legumi con pastina	Farro/riso con verdure di stagione	Pasta olio e parmigiano
PRANZO	Patate prezzemolate e carote Pane Frutta fresca di stagione	Pesce (coda di rospo) Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Crocchette di formaggio/Formaggio Pinimonio di stagione e verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Carne di pollo/lacchino Insalata e verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Pesce (crocchette di merluzzo) Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE	Pasta con pomodoro fresco e basilico Carne di pollo Verdura cruda mista e/o verdure di stagione gratinate al forno				
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

(\*) E' possibile sostituire l'intera giornata con: Stracciatella in brodo vegetale di verdure fresche + carne di pollo + Patate prezzemolate e carote + Pane e Frutta

N.B.:

- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "moll", .....
- La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
- Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
- Le verdure crude somministrate in pinimonio devono essere leggermente sbollentate



3 <sup>a</sup> Settimana SPUNTINO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VEDERDÌ
	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Pasta al pomodoro e basilico  Pesce (coda di rospo)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	(*) Passato di verdura e legumi con pastina  Prosciutto crudo di Parmacotto "alla qualità"  Patate prezenolate  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta con salsa di nocidilo e parmigiano  Frittata di verdura al forno  Verdure cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Riso con verdura di stagione/olio e parmigiano  Pesce (platessa al forno con pomodoro)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo di carne/vegetale  Polpettone/polpettine di carne bianca  Purea di patate e verdura cruda di stagione  Pane  Macedonia di frutta fresca di stagione con frutta secca oleosa (frittata molto finemente)
VARIANTI ESTIVE		Pasta con pomodoro fresco e basilico Prosciutto e melone Verdura cruda e cotta mista di stagione			Pastina in brodo vegetale Carne di pollo/tacchino Patate e fagiolini
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

(\*) E' possibile sostituire l'intera giornata con: Passato di verdura con pastina + Polpettine di legumi+ Verdura cruda e cotta mista di stagione + Pane e Frutta

N.B.:

- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "moll", .....)
- La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
- Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
- Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente spollentate



4 <sup>a</sup> Settimana	LUNEDI'	MARTEDI	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	ENERDI'
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Miglio alle verdure/pasta all'ortolana Pesce misto Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Riso al pomodoro/ allo zafferano Polpettine di legumi/Polpettone di ceci al forno Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	(*) Pastina in brodo Carne di pollo Patate prezzemolate Pane Frutta fresca di stagione	Polenta con stracchino (piatto unico) oppure Pasta al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Pasta con salsa di pinoli (fritati molto finemente) f olio e parmigiano Crocchette di pesce Pinzimonio di stagione e Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE	Frutta fresca di stagione				
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

N.B.: (\*) Possibile alternativa: Crema di verdura con cous-cous

- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "moll", .....)
- La pasta asciutta può essere sostituita con la pasta in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
- Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
- Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate











