

NIDO Educare e Crescere

Menù Autunno-Inverno 2023-24



	I SETTIMANA	II SETTIMANA	III SETTIMANA	IV SETTIMANA
LUNEDI 	Polenta al ragù Stracchino Insalata mista/Zucchine* al forno Frutta fresca Frutta fresca	Pasta Integrale al pesto Mozzarella Zucchine al forno*/ Verdura cruda Frutta fresca Yogurt alla frutta	Pasta all' olio Scaloppina al limone Piselli trifolati*/ verdura cruda Frutta fresca Frutta Fresca	Risotto allo zafferano Mozzarella Patate al forno/ Verdura cruda Frutta fresca Frutta fresca
MARTEDI	Pasta e Fagioli Arrosto di Tacchino Cavolfiore*al vapore/ Insalata mista Frutta fresca Yogurt alla frutta	Riso alla parmigiana Sformato di zucca Insalata mista/Bietola * Frutta fresca Frutta fresca	Lasagne alla Bolognese Ricotta Fagiolini* Verdura cruda Frutta fresca biscotti	Pasta al pesto Merluzzo*gratinato Insalata mista / Bietola* Frutta fresca Yogurt alla frutta
MERCOLEDI 	Ravioli*olio e salvia Uova strapazzate Carote al vapore/ verdura cruda Frutta fresca Pane e Marmellata	Passato di verdura e legumi Fettina di pollo al forno impanata Fagiolini*/ Verdura cruda Frutta fresca Schiacciatine	Pasta al pomodoro Torta salata* con verdure Insalata mista/ Carote * Frutta fresca Yogurt alla frutta	Pizza Margherita Prosciutto cotto Fagiolini*/ verdura cruda Frutta fresca Schiacciatine
GIOVEDI	Riso alla zucca Sovra coscia di pollo al forno Patate al forno Frutta fresca Cracker	Pizza margherita Prosciutto cotto Verdura cruda/ Carote al vapore* Frutta fresca Biscotti	Zuppa Imperiale Cotoletta al forno Purè di patate / verdura cruda Frutta fresca Crescente	Zuppa d'orzo Spezzatino di tacchino Piselli* trifolati Frutta Fresca Latte e cereali
VENERDI	Pasta al sugo di pesce* Cotoletta di merluzzo* Spinaci al vapore*/ Verdura cruda Frutta fresca Frutta fresca	Pasta ai broccoli* Pesce in crosta* Patate al forno/ Verdura Cruda Frutta fresca Frutta fresca	Crema di ceci con riso Pesce*gratinato Verdura cruda/Cavolfiore Frutta fresca Frutta fresca	Pasta al sugo pesce* Flan con verdure Zucchine trifolate*/ Verdura cruda Frutta fresca Frutta fresca



* I prodotti potrebbero essere surgelati
Alternativa al primo del giorno: Pasta all'olio

IL PANE UTILIZZATO È A BASSO CONTENUTO DI SODIO

IL SALE È IODATO

NOTE:

- Le polpette e il polpettone sono prodotti preparati da noi e non confezionati, altrettanto lo sono i tortini di pesce, di verdure e di legumi e le cotolette.
- La quantità dei legumi per il tortino di legumi nella seconda settimana segue le linee guida.
- L' arrosto di tacchino, non è da intendersi come affettato, ma si tratta della fesa di tacchino, da noi cotta e successivamente affettata.