



TABELLA MENU' CLARA MAFFEI

per l'ASILO NIDO - da 1 a 2 ANNI - ANNO EDUCATIVO 2023/2024

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° settimana	F4 Spuntino di frutta fresca	U12 Spuntino di frutta fresca	C3 Spuntino di frutta fresca	P3 alternativa P4 o P2 Spuntino di frutta fresca	L3 Spuntino di frutta fresca
	*Pasta al pomodoro e basilico Parmigiano Reggiano Verdure miste di stagione Pane	Risotto alla zucca e rosmarino Frittata al forno Verdure miste di stagione Pane	Polenta con pollo alla cacciatora Verdure miste di stagione Pane	Passato di Verdure con riso Pesce impanato Patate al forno Pane	Pasta e ceci Verdure miste di stagione Pane
	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi
2° settimana	F2 alternativa F3 o F5 Spuntino di frutta fresca	U1 Spuntino di frutta fresca	C8 Spuntino di frutta fresca	P5 alternativa P10 Spuntino di frutta fresca	L2 Spuntino di frutta fresca
	Minestra di verdura Sformato di formaggio e patate Pane	*Chicche al pomodoro Uova strapazzate Verdure miste di stagione Pane	Risotto al pomodoro fresco Arrosto di lonza Verdure miste di stagione Pane	Pasta al pesto di zucchine Pesce gratinato Verdure miste di stagione Pane	Polenta e legumi misti Verdure miste di stagione Pane
	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi
3° settimana	C10 Spuntino di frutta fresca	U13 Spuntino di frutta fresca	P8 Spuntino di frutta fresca	L6 Spuntino di frutta fresca	F6 Spuntino di frutta fresca
	Pasta al pesto Petto di pollo al rosmarino Verdure miste di stagione Pane	Tagliatelle di frittata verdi con spinaci e patate Verdure miste di stagione Pane	Pasta al sugo di pesce Verdure miste di stagione Pane	Passato di verdura con crostini Crocchette di patate e lenticchie Pane	Polenta con formaggio Verdure miste di stagione Pane
	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra
4° settimana	U11 Spuntino di frutta fresca	C12 Spuntino di frutta fresca	L1 Spuntino di frutta fresca	P1 Spuntino di frutta fresca	F3 Spuntino di frutta fresca
	Pasta al sugo di verdure Uova sode Verdure miste di stagione Pane	Lasagne di carne Verdure miste di stagione Pane	Zuppa di legumi Verdure miste di stagione Pane	Risotto alla barbabietola Involtino di sogliola Verdure miste di stagione Pane	Pasta alla ricotta Verdure miste di stagione Pane
	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra



***Pasta al pomodoro:** è possibile presentare pasta in bianco

°Polenta: per la preparazione si utilizza farina macinata a km 0

Pane: con contenuto di sale non superiore all' 1,7% riferito alla farina -

Verdura: è possibile presentare nello stesso pasto due tipi di verdura (cruda,oppure cotta e cruda) avendo cura di garantire la VARIETA' e la STAGIONALITA'

Frutta: viene distribuita fresca entro le h 9.30

Sale: per la preparazione dei pasti non viene utilizzato sale. *Tutte le pietanze vengono proposte prive di sale aggiunto.*

Tutte le pietanze di **frutta, carne o pesce** vengono opportunamente sminuzzate e/o frullate.

Menu L: i legumi devono essere decorticati o passati al passaverdura. E' possibile e consigliabile alternare o associare le diverse varietà di legumi

Menù P: è possibile e consigliabile alternare le diverse varietà di **pesce**, diversificandone la modalità di cottura

Menu F: Sono utilizzati esclusivamente **formaggi freschi** oppure **Parmigiano Reggiano**. E' possibile alternare vari tipi di formaggio oppure presentarne due tipi diversi (secondo schema ATS).

Menù U: in sostituzione della **frittata** è possibile presentare **l'uovo sodo** o **strapazzato** in modo che sia il tuorlo che l'albume siano ben cotti

Menu C: si utilizzano **carni fresche** – pollo, tacchino, maiale, manzo 1 volta al mese

Vedi indicazione A.T.S. Bergamo - **RISTORAZIONE SCOLASTICA-** tabelle menù NIDI

