



## TABELLA MENU' CLARA MAFFEI

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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° settimana	<b>F4</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>U12</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>C3</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>P3</b> alternativa P4 o P2 Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>L3</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>
	*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
	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra	<b>MERENDA VERDE:</b> Yogurt con Frutta	<b>MERENDA BLU:</b> Yogurt con Frutta e Fette biscottate	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra	<b>MERENDA GIALLA ARANCIO:</b> Frutta e Biscotti secchi
2° settimana	<b>F2</b> alternativa F3 o F5 Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>U1</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>C8</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>P5</b> alternativa P10 Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>L2</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>
	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
	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra	<b>MERENDA VERDE:</b> Yogurt con Frutta	<b>MERENDA BLU:</b> Yogurt con Frutta e Fette biscottate	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra	<b>MERENDA GIALLA ARANCIO:</b> Frutta e Biscotti secchi
3° settimana	<b>C10</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>U13</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>P8</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>L6</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>F6</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>
	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
	<b>MERENDA BLU:</b> Yogurt con Frutta e Fette biscottate	<b>MERENDA VERDE:</b> Yogurt con Frutta	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra	<b>MERENDA GIALLA ARANCIO:</b> Frutta e Biscotti secchi	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra
4° settimana	<b>U11</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>C12</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>L1</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>P1</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>	<b>F3</b> Spuntino di <b>frutta fresca</b>
	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
	<b>MERENDA VERDE:</b> Yogurt con Frutta	<b>MERENDA BLU:</b> Yogurt con Frutta e Fette biscottate	<b>MERENDA GIALLA ARANCIO:</b> Frutta e Biscotti secchi	<b>MERENDA ROSSA:</b> Latte con Fette biscottate e Confettura extra	<b>MERENDA ROSSA:</b> 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

