

TABELLA MENU PER IL **NIDO D'INFANZIA** CLARA MAFFEI **da 6 a 12 mesi**
ANNO EDUCATIVO 2026/2027



Nella settimana vengono proposti tutti i 5 pasti

PASTO 1			
PRANZO	quantità	MERENDA	quantità
Brodo di verdura (*3-7)	ml 200	Yogurt bianco intero (*7)	g 50
Verdura frullata	3 o 4 cucchiaini da minestra		
Farina di cereali, semolino, pastina (*1)	g 20 (2 cucchiaini da minestra circa)		
Ricotta (*7)	g 30	Frutta	g 100
Parmigiano grattugiato (*7)	g 5 (1 cucchiaino da caffè)		
Olio extra vergine	g 8 (1 cucchiaino e ½ da caffè)		
Frutta	g 150		
Note: In alternativa alla ricotta è possibile utilizzare la crescenza nello stesso quantitativo, riducendo l'olio extravergine a g. 5			

PASTO 2			
PRANZO	quantità	MERENDA	quantità
Brodo di verdura	ml 200	Yogurt bianco intero (*7)	g 50
Verdura frullata	3 o 4 cucchiai da minestra		
Farina di cereali, semolino, pastina (*1)	g 20 (2 cucchiai da minestra circa)		
Carne di pollo	g 20 fresca	Frutta	g 100
Olio extra vergine	g 10 (2 cucchiaino da caffè)		
Frutta	g 100		
Note: Alternare la carne di pollo con quella di tacchino, coniglio, agnello, manzo utilizzando la medesima quantità			

PASTO 3			
PRANZO	quantità	MERENDA	quantità
Brodo di verdura	ml 200	Yogurt bianco intero (*7)	g 50
Passato di verdura	3 o 4 cucchiai da minestra		
Farina di cereali, semolino, pastina (*1)	g 20 (2 cucchiai da minestra circa)		
Pesce (*4)	g 20 fresco o surgelato	Frutta	g 100
Olio extra vergine	g 10 (2 cucchiaini da caffè)		
Frutta	g 100		
Note: Alternare pesce di mare fresco o surgelato utilizzando la medesima quantità			

PASTO 4			
PRANZO	quantità	MERENDA	quantità
Brodo di verdura	ml 200	Yogurt bianco intero (*7)	g 50
Passato di verdura	3 o 4 cucchiaini da minestra		
Farina di cereali, semolino, pastina (*1)	g 30 (2/3 cucchiaini da minestra circa)		
Uovo (mezzo) (*3)	g 30	Frutta	g 100
Olio extra vergine	g 7,5 (1 cucchiaino e ½ da caffè)		
Frutta	g 100		

PASTO 5			
PRANZO	quantità	MERENDA	quantità
Brodo di verdura (*3-7)	ml 200	Yogurt bianco intero (*7)	g 50
Passato di verdura	3 o 4 cucchiai da minestra		
Farina di cereali, semolino, pastina (*1)	g 20 (2 cucchiai da minestra circa)		
Ceci secchi	g 15	Frutta	g 100
Parmigiano (*7)	g 5 (1 cucchiaino da caffè)		
Frutta	g 100		
Note: Alternare ceci con fagioli, lenticchie, piselli utilizzando la medesima quantità (i legumi devono essere decorticati o passati al passaverdura)			

Per le preparazioni non viene utilizzato sale.

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

Utilizzare con moderazione parmigiano reggiano

*Segue l'**ALLEGATO ELENCO ALLERGENI CONTENUTI** e/o con POSSIBILI TRACCE DI....

– Allegato II del Regolamento UE 1169/2011



ALLEGATO II del Regolamento UE 1169/2011

Elenco Allergeni

SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

1. Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:

- a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (1);
- b) maltodestrine a base di grano (1);
- c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
- d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.

2. Crostacei e prodotti a base di crostacei.

3. Uova e prodotti a base di uova.

4. Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:

- a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
- b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.

5. Arachidi e prodotti a base di arachidi.

6. Soia e prodotti a base di soia, tranne:

- a) olio e grasso di soia raffinato (1);
- b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
- c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
- d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.

7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:

- a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
- b) lattiolio.

8. Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.

9. Sedano e prodotti a base di sedano.

10. Senape e prodotti a base di senape.

11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.

12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.

13. Lupini e prodotti a base di lupini.

14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.

(1) E i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato dall'Autorità per il prodotto di base da cui sono derivati.