

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 cucchiaini da minestra		
Farina di cereali, semolino, pastina (*1)	g 20 (2 cucchiaini 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

Elaborato come da indicazione A.T.S. Bergamo **RISTORAZIONE SCOLASTICA – Tabelle menù NIDI**

Schema ristorazione scolastica ATS Rif. ago 2026



TABELLA MENU' CLARA MAFFEI

per l'ASILO NIDO - da 1 a 2 ANNI - ANNO EDUCATIVO 2026/2027



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° settimana	F4	U12	C3	P3 alternativa P4 o P2	L3
	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca
	*Pasta al pomodoro e basilico (*1-3-7) Grana Padano (*3-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Risotto alla zucca e rosmarino (*3-7-9) Frittata al forno (*3-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Polenta° (*9) con pollo alla cacciatora Verdure miste di stagione Pane (*1)	Passato di Verdure con riso (*3-7-9) Pesce impanato (*1-4) Patate al forno Pane (*1)	Pasta e ceci (*1-3-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)
	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta (*7)	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate (*1-7)	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi (*1-3-7)
2° settimana	F2 alternativa F3 o F5	U1	C8	P5 alternativa P10	L2
	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca
	Minestra di verdura (*1-3-7-9) Sformato di formaggio e patate (*3-7) Pane (*1)	*Chicche al pomodoro (*1-3-7) Uova strapazzate (*3-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Risotto al pomodoro fresco (*3-7-9) Arrosti di lonza Verdure miste di stagione Pane (*1)	Pasta al pesto di zucchine (*1-3-7) Pesce gratinato (*1-4) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Polenta° e legumi misti (*9) Verdure miste di stagione Pane (*1)
	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta (*7)	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate (*1-7)	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi (*1-3-7)
3° settimana	C10	U13	P8	L6	F6
	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca
	Pasta al pesto (*1-3-7) Petto di pollo al rosmarino Verdure miste di stagione Pane (*1)	Tagliatelle di frittata verdi con spinaci e patate (*3-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Pasta al sugo di pesce (*1-4) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Passato di verdura con crostini (*1-3-7) Crocchette di patate e lenticchie (*3-7) Pane (*1)	Polenta° con formaggio (*3-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)
	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate (*1-7)	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta (*7)	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi (*1-3-7)	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)
4° settimana	U11	C12	L1	P1	F3
	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca	Spuntino di frutta fresca
	Pasta al sugo di verdure (*1-3-7) Uova sode (*3) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Lasagne di carne (*1-3-7-9) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Zuppa di legumi (*1-3-7-9) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Risotto alla barbabietola (*3-7-9) Involtino di sogliola (*4) Verdure miste di stagione Pane (*1)	Pasta alla ricotta (*1-7) Verdure miste di stagione Pane (*1)
	MERENDA VERDE: Yogurt con Frutta (*7)	MERENDA BLU: Yogurt con Frutta e Fette biscottate (*1-7)	MERENDA GIALLA ARANCIO: Frutta e Biscotti secchi (*1-3-7)	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)	MERENDA ROSSA: Latte con Fette biscottate e Confettura extra (*1-7)

Schema ristorazione scolastica ATS – Linee guida per l’elaborazione dei menù

- * **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 ore 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

* Segue l'ALLEGATO ELENCO ALLERGENI CONTENUTI e/o con POSSIBILI TRACCE DI.... – Allegato II del Regolamento UE 1169/2011

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





	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERI
1° settimana	F4 Spuntino di frutta fresca Pasta* al pomodoro e basilico (*1-3-7) Parmigiano reggiano (*7) Verdura miste di stagione Pane integrale (*1)	U12 Spuntino di frutta fresca Risotto alla zucca e rosmarino (*3-7-9) Frittata al forno (*3-7) Verdura miste di stagione Pane integrale (*1)	C3 Spuntino di frutta fresca Polenta° con pollo alla cacciatora (*9) Verdura miste di stagione Pane (*1)	P15 Spuntino di frutta fresca Farrotto alle verdure (*1-3-7) Pesce con capperi e olive (*4) Verdura miste di stagione Pane (*1)	L3 Spuntino di frutta fresca Pasta e ceci (*1-3-7) Verdura miste di stagione Pane integrale (*1)
2° settimana	F2 Spuntino di frutta fresca Minestra di verdura (*1-3-7-9) Sformato di formaggio e patate (*3-7) Pane (*1)	U1 Spuntino di frutta fresca *Gnocchi al pomodoro (*1-3-7) Uova strapazzate (*3-7) Verdura miste di stagione Pane (*1)	C8 Spuntino di frutta fresca Risotto al pomodoro fresco (*3-7) Arrosto di lonza Verdura miste di stagione Pane (*1)	P5 Spuntino di frutta fresca Pasta al pesto di zucchine (*1-3-7) Pesce gratinato (*1-4) Verdura miste di stagione Pane (*1)	L2 Spuntino di frutta fresca Polenta° e Legumi misti (*9) Verdura miste di stagione Pane integrale (*1)
3° settimana	C10 Spuntino di frutta fresca Pasta al pesto (*1-3-7) Petto al pollo al rosmarino Verdura miste di stagione Pane (*1)	U13 Spuntino di frutta fresca Tagliatelle di frittata verdi con spinaci e patate (*3-7) Verdura miste di stagione Pane integrale (*1)	P8 Spuntino di frutta fresca Pasta al sugo di pesce (*1-4) Verdura miste di stagione Pane (*1)	L8 Spuntino di frutta fresca Passato di verdura con crostini (*1-3-7-9) Crocchette di lenticchie (*3-7) Pane (*1)	F6 Spuntino di frutta fresca Polenta° con formaggio (*3-7) Verdura miste di stagione Pane integrale (*1)
4° settimana	U11 Spuntino di frutta fresca Pasta al sugo di verdure (*1-3-7) Uova sode (*3) Verdura miste di stagione Pane (*1)	C12 Spuntino di frutta fresca Lasagne di carne (*1-3-7-9) Verdura miste di stagione Pane (*1)	L1 Spuntino di frutta fresca Zuppa di legumi (*1-3-7-9) Caponata di verdure (*9) Pane (*1)	P1 Spuntino di frutta fresca Risotto alla barbabietola (*3-7) Involtino di sogliola (*4) Verdura miste di stagione Pane (*1)	F3 Spuntino di frutta fresca Pasta con la ricotta (*1-7) Verdura miste di stagione Pane (*1)



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

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'

Menu F: È possibile alterare vari tipi di formaggio, avendo cura di modificare la grammatura (i formaggi freschi, stagionati e la ricotta possono essere sostituiti tra loro secondo schema ATS)

Menù II: 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 L: è possibile e consigliabile alternare o associare le diverse varietà di legumi

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

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

In occasione di **gite/uscite** verranno proposti i menù "INDICAZIONI PER PRANZO AL SACCO"



La cucina della Polo dell'Infanzia Clara Maffei può preparare i pasti come indicazioni ATS per la ristorazione scolastica

- **A base di LEGUMI (L)** L1, L2, L3, L4 L6, L8, L12.
- **A base di PESCE (P)** P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P15
- **A base di FORMAGGIO (F)** F1, F2, F3, F4, F5, F6, F7, F9, F10, F12, F13, F14, F15
- **A base di UOVA (U)** U1, U2, U3, U4, U5, U6, U7, U10, U11, U12, U13
- **A base di CARNE (C)** C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C10, C11, C12, C13, C14, C15

Schema ristorazione scolastica ATS – Linee guida per l’elaborazione dei menù.

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) latticolo.

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.