

**TABELLA DIETETICA NIDO INTEGRATO MARIA BAMBINA DI ORSAGO TV
MENÙ AUTUNNO/INVERNO**

| Giorni | 1 Sett. | 2Sett. | 3 Sett. | 4 Sett. |
|---------------|---|--|--|---|
| Lunedì | Pastasciutta con ricotta e verdure Pesce al forno Fagiolini e verdura cruda | Risotto alla campagnola Frittata al forno Carote al vapore e verdura cruda | Pastina con ricotta e verdure Prosciutto cotto Spinaci e verdura cruda | Passato di verdura Pesce al forno Patate lesse e verdura cruda |
| Martedì | Riso all'olio Spezzatino di carni bianche e/o rosse Piselli e verdura cruda | Pasta alla crema di verdure Pesce al forno Piselli e verdura cruda | Crema di carote Spezzatino di tacchino Polenta e verdura cruda | Riso all'olio Bistecca di tacchino Spinaci e verdura cruda |
| Mercoledì | Crema di carote Prosciutto cotto Spinaci e verdura cruda | Passato di fagioli Ricotta Purea di patate e verdura cruda | Risotto alla campagnola Pesce al forno Fagiolini e verdura cruda | Pastina con ricotta e verdure Pesce al forno Piselli e verdura cruda |
| Giovedì | Pasta alla crema di verdure Bistecchine di pollo Carote al vapore e verdura cruda | Pastina al pomodoro Pesce al forno Finocchio al vapore e verdura cruda | Pastina al ragù Caciotta/latteria Piselli e verdura cruda | <u>Piatto Unico</u> Lasagne/Gnocchi (18-36 m) 12-18 m Passato di verdura Caciotta/latteria Carote al vapore e verdura cruda |
| Venerdì | Passato di verdura Pesce al forno Purea di patate e verdura cruda | Crema di carote/zuppa Polpette di carne rossa Fagioli e verdura cruda | Minestra vegetale Petto di pollo Patate al forno e verdura cruda | Pastina al pomodoro Frittata al forno/Uovo sodo Fagioli e verdura cruda |

Merenda del mattino alternata tra: frutta fresca di stagione (clementine, mela, pera, kiwi, uva, banana), mela cotta, macedonia di frutta, yogurt, torta di mele e fette biscottate.

Merenda del pomeriggio alternata tra: frutta fresca di stagione (clementine, mela, pera, kiwi, uva, banana), mela cotta, mousse di frutta, yogurt, torta di mele, fette biscottate e pane con marmellata.

Il pesce è alternato tra: trota, halibut, merluzzo.

Le creme/passati/minestre hanno la pastina/crostini.

La verdura cruda di stagione è alternata tra: carote julienne, insalata, cavolo cappuccio, verza, finocchio.

Viene sempre fornito il pane.

Menù personalizzati verranno confezionati per i bambini che presenteranno certificazione medica.



Handwritten signature

