MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – MEDICINA (BO) – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
2° Settimana 30-04 lug	LUN	SEDANINI all'olio	Bastoncini di pesce al forno	INSALATA (+ZUCCHINE VAP)	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Yogurt
	MAR	Pasta integrale al pesto	Pollo al forno (coscia disossata)	CAROTE AL VAPORE		Pizza al pomodoro
	MERC	DITALINI e legumi (In brodo o asciutti)	Frittatina con verdure	Radicchio e carote (+ MELANZANE VAP)		Pane e frutta
	GIOV	Pizza	Prosciutto cotto	FAGIOLINI AL VAPORE		Succo 100% + Streghette (10 g)
	VEN	MEZZE PENNE al sugo di pesce	Sformato di verdura al forno	INS. E VALERIANA (+FINOCCHI VAP.)		Banana
3° Settimana 07-11 lug	LUN	Riso con porri e parmigiano	Asiago	zucchine trifolate	Pane e Frutta	Muffin
	MAR	Crema di ceci con farro	Fil.pesce agli agrumi	Insalata mista + carote al vapore		Frutta
	MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Bocconcini di pollo al forno	MELANZANE AL VAPORE		Focaccia
	GIOV	pasta al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE		Gelato
	VEN	**Cappelletti** al ragù di carne	Sformatino 1/2 porz	DADOLATA DI POMODORI + ZUCCHINE		Yogurt
4° Settimana 14-18 lug	LUN	Riso pomodoro e piselli	formaggio fresco + piadina	INSALATA (+FINOCCHII VAP.)	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Cracker (10 g)
	MAR	Pastina in brodo	Fil. Pesce gratinato	Patate arrosto		Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	Lombino di maiale al forno	CETRIOLI IN INSALATA (+ZUCCH grat.)		Pizza al pomodoro
	GIOV	FUSILLI alla pizzaiola	Hamburger di pesce	FAGIOLINI AL VAPORE		Yogurt
	VEN	Pasta integrale al pesto	Frittata	CAR. FILANGER(+POM FORNO)		Banana
5° Settimana 21-25 lug	LUN	*Pasta all'Olio*	Fil. Pesce agli agrumi	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta	Gelato
	MAR	Risotto allo zafferano	Bocc. Tacchino agli aromi	ZUCCHINE TRIFOLATE		Pane + frutta
	MERC	Passato di legumi con orzo	Sformatino di patate	dadolata di pom (+finocchi al vapore)		Focaccia
	GIOV	**GARGANELLI all'uovo** al ragù di carne	Parmigiano 1/2 porz	POM GRAT+FAGIOLINI AL VAP		yogurt
	VEN	MINI PIPE agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Pesce in crosta di cereali	CAROTE FILANGER (+MELANZ VAP.)		Frutta
6° Settimana 28 lug- 01 ago	LUN	Pasta al pomodoro	formaggio fresco	fagiolini al vapore	Pane e Frutta	Succo 100% + Grissini (10 g)
	MAR	Pasta bianca con sugo di piselli	sformato verdure/frittatina	zucchine al vapore		Frutta
	MERC	Pizza	Prosciutto cotto	insalata verde + spinaci al vapore		yogurt
	GIOV	Pastina con passato di verdure	Svizzera di tacchino	Purè di patate		Banana
	VEN	Riso olio e grana	merluzzo gratinato	Broccoli al vapore		Gelato

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – MEDICINA (BO) – NO MAIALE – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
30-04 lug	2° Settimana	LUN			Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
		MAR	Pasta integrale al pesto	pollo al forno	CAROTE AL VAPORE		Pizza al pomodoro
		MERC	Pasta al pomodoro	Frittatina con verdure	Radicchio e carote		Pane e frutta
		GIOV	Pizza	**PARMIGIANO**	FAGIOLINI AL VAPORE		Succo 100% + Streghette (10 g)
		VEN	MEZZE PENNE al sugo di pesce	Sformato di verdura al forno	Insalata e valeriana		Banana
07-11 lug	3° Settimana	LUN	Riso con porri e parmigiano	Asiago	zucchine trifolate	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)		Muffin
		MAR	pasta all'olio	Fil.pesce agli agrumi	insalata mista			Frutta
		MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Bocconcini di pollo al forno	MELANZANE AL VAPORE			Focaccia
		GIOV	Pasta al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE			Gelato
		VEN	**Cappelletti OLIO E SALVIA**	Sformatino 1/2 porz	Dadolata di pomodori			Yogurt
14-18 lug	4° Settimana	LUN	Riso pomodoro e piselli	formaggio fresco + piadina	insalata	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		Succo 100% + Cracker (10 g)
		MAR	Pasta con sugo di verdure	Fil. Pesce gratinato	Patate arrosto			Frutta
		MERC	GRAMIGNA all'olio	**HAMBURGER EVEGETALE**	cetrioli in insalata			Pizza al pomodoro
		GIOV	FUSILLI alla pizzaiola	Hamburger di pesce	FAGIOLINI AL VAPORE			Yogurt
		VEN	Pasta integrale al pesto	Frittata	carote filanger			Banana
21-25 lug	5° Settimana	LUN	Pasta all'olio	Fil. Pesce agli agrumi	insalata mista	Pane e Frutta		Gelato
		MAR	Risotto allo zafferano	Bocc. Tacchino agli aromi	ZUCCHINE TRIFOLATE			Pane + frutta
		MERC	Pasta al pomodoro	Sformatino di patate	finocchi in insalata			Focaccia
		GIOV	**Pasta all'uovo con piselli e pomodoro**	PARMIGIANO	pomodoro gratinato			yogurt
		VEN	MINI PIPE agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Pesce in crosta di cereali	carote filanger			Frutta
28 lug- 01 ago	6° Settimana	LUN	Pasta al pomodoro	formaggio fresco	fagiolini al vapore	Pane e Frutta		Succo 100% + Grissini (10 g)
		MAR	Pasta bianca con sugo di piselli	sformato verdure/frittatina	zucchine al vapore			Frutta
		MERC	Pizza	**TONNO**	insalata verde + spinaci al vapore			yogurt
		GIOV	Pastina con passato di verdure	Svizzera di tacchino	Purè di patate			Banana
		VEN	Riso olio e grana	merluzzo gratinato	Broccoli al vapore			Gelato

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – MEDICINA (BO) – NO CARNE – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
30-04 lug	2° Settimana				Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
	LUN						Pizza al pomodoro
	MAR	Pasta integrale al pesto	**PESCE AL FORNO**	CAROTE AL VAPORE			Pane e frutta
	MERC	Pasta al pomodoro	Frittatina con verdure	Radicchio e carote			Succo 100% + Streghette (10 g)
	GIOV	Pizza	**PARMIGIANO**	FAGIOLINI AL VAPORE			Banana
	VEN	MEZZE PENNE al sugo di pesce	Sformato di verdura al forno	Insalata e valeriana			
07-11 lug	3° Settimana				Pane e Frutta		Muffin
	LUN	Riso con porri e parmigiano	Asiago	zucchine al vapore			Frutta
	MAR	Pasta all'olio e parmigiano	Fil.pesce agli agrumi	insalata mista			Focaccia
	MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	**PESCE AL FORNO**	MELANZANE AL VAPORE			Gelato
	GIOV	Pasta al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE			Yogurt
	VEN	**Cappelletti OLIO E SALVIA**	sformatino 1/2 porzione	Dadolata di pomodori			
14-18 lug	4° Settimana				Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
	LUN	Riso pomodoro e piselli	formaggio fresco + piadina	insalata			Succo 100% + Cracker (10 g)
	MAR	Pasta con sugo di verdure	Fil. Pesce gratinato	Patate arrosto			Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	**HAMBURGER VEGETALE**	cetrioli in insalata			Pizza al pomodoro
	GIOV	FUSILLI alla pizzaiola	Hamburger di pesce	FAGIOLINI AL VAPORE			Yogurt
	VEN	Pasta integrale al pesto	Frittata	carote filanger			Banana
21-25 lug	5° Settimana				Pane e Frutta		Gelato
	LUN	Pasta all'olio	Fil. Pesce agli agrumi	insalata mista			Pane + frutta
	MAR	Risotto allo zafferano	**HAMBURGER VEGETALE**	ZUCCHINE TRIFOLATE			Focaccia
	MERC	Pasta al pomodoro	Sformatino di patate	finocchi in insalata			yogurt
	GIOV	**Pasta all'uovo al POMODORO**	Parmigiano 1/2 porz	pomodoro gratinato			Frutta
	VEN	MINI PIPE agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Pesce in crosta di cereali	carote filanger			
28 lug- 01 ago	6° Settimana				Pane e Frutta		Succo 100% + Grissini (10 g)
	LUN	Pasta al pomodoro	formaggio fresco	fagiolini al vapore			Frutta
	MAR	Pasta bianca con sugo di piselli	sformato verdure/frittatina	zucchine al vapore			yogurt
	MERC	Pizza	**TONNO**	insalata verde + spinaci al			Banana
	GIOV	Pastina con passato di verdure	**PARMIGIANO**	Purè di patate			Gelato
	VEN	Riso olio e grana	merluzzo gratinato	Broccoli al vapore			

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO CARNE + NO PESCE – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
30-04 lug	2° Settimana					
	LUN	SEDANINI all'olio	**POLPETTE DI LEGUMI**	ZUCCHINE AL VAPORE	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Yogurt
	MAR	Pasta integrale al pesto	**HAMBURGER VEGETALE**	CAROTE AL VAPORE		Pizza al pomodoro
	MERC	DITALINI e legumi (In brodo o asciutti)	Frittatina con verdure	Radicchio e carote		Pane e frutta
	GIOV	Pizza	**PARMIGIANO**	FAGIOLINI AL VAPORE		Succo 100% + Streghette (10 g)
	VEN	**RISO AL POMODORO**	Sformato di verdura al forno	Insalata e valeriana		Banana
07-11 lug	3° Settimana					
	LUN	Riso con porri e parmigiano	Asiago	zucchine al vapore	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)	Muffin
	MAR	Crema di ceci con farro	**FRITTATA**	insalata mista		Frutta
	MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	**HAMBURGER VEGETALE**	MELANZANE AL VAPORE		Focaccia
	GIOV	Pasta al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE		Gelato
	VEN	**Cappelletti OLIO E SALVIA**	Sformatino 1/2 porz	Dadolata di pomodori		Yogurt
14-18 lug	4° Settimana					
	LUN	Riso pomodoro e piselli	formaggio fresco + piadina	insalata	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Cracker (10 g)
	MAR	PASTINA IN BRODO VEGETALE	**SFORMATINO DI VERDURA**	Patate arrosto		Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	**POLPETTE DI LEGUMI**	cetrioli in insalata		Pizza al pomodoro
	GIOV	FUSILLI alla pizzaiola	**HAMBURGER DI VERDURE**	FAGIOLINI AL VAPORE		Yogurt
	VEN	Pasta integrale al pesto	Frittata	carote filanger		Banana
21-25 lug	5° Settimana					
	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	insalata mista	Pane e Frutta	Gelato
	MAR	Risotto allo zafferano	**FRITTATA**	ZUCCHINE TRIFOLATE		Pane + frutta
	MERC	Passato di legumi con orzo	Sformatino di patate	finocchi in insalata		Focaccia
	GIOV	**Pasta all'uovo al POMODORO**	Parmigiano 1/2 porz	pomodoro gratinato		yogurt
	VEN	MINI PIPE agli aromi e fr. Secca (Tritata)	**POLPETTE DI LEGUMI**	carote filanger		Frutta
28 lug- 01 ago	6° Settimana					
	LUN	Pasta al pomodoro	formaggio fresco	fagiolini al vapore	Pane e Frutta	Succo 100% + Grissini (10 g)
	MAR	Pasta bianca con sugo di piselli	sformato verdure/frittatina	zucchine al vapore		Frutta
	MERC	Pizza	**PARMIGIANO**	insalata verde + spinaci al vapore		yogurt
	GIOV	Pastina con passato di verdure	**FRITTATA**	Purè di patate		Banana
	VEN	Riso olio e grana	**LEGUMI ALL'OLIO schiacciati**	Broccoli al vapore		Gelato

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle)– MEDICINA (BO) – NO GLUTINE – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
30-04 lug	LUN				Pane e Frutta	
2° Settimana	MAR	**PASTA** al pesto	Pollo al forno (coscia disossata)	CAROTE AL VAPORE		**Pizza al pomodoro (No.Glut)**
	MERC	**PASTA** al pomodoro	Frittatina con verdure	Radicchio e carote		**Pane (No.Glut) + frutta**
	GIOV	**PIZZA**	Prosciutto cotto	FAGIOLINI AL VAPORE		**Succo 100% + GRISSINI (No.Glut)**
	VEN	**PASTA (No.Glut)** al sugo di pesce	**SFORMATO DI VERDURA (No.Glut)**	Insalata e valeriana		Banana
07-11 lug	LUN	Riso con porri e parmigiano	Asiago	zucchine trifolate	Pane e Frutta	**Muffin (No.Glut)**
3° Settimana	MAR	**PASTA** olio e parmigiano	Fil.pesce agli agrumi	insalata mista		Frutta
	MERC	**PASTA (No.Glut) agli aromi e fr. Secca (Tritata)**	**Bocconcini di pollo al forno (No.Glut)**	MELANZANE AL VAPORE		**Focaccia (No.Glut)**
	GIOV	**PASTA** al pomodoro	**Crocchette di legumi (No.Glut)**	FINOCCHI AL VAPORE		**Gelato (no.Glut)**
	VEN	**Tortellini (No.Glut) al ragù di carne**	**Sformatino (1/2 por) (No.Glut)**	Dadolata di pomodori		Yogurt
14-18 lug	LUN	Riso pomodoro e piselli	**formaggio + PIADINA**	insalata	Pane e Frutta	**Succo + Crackersi (No.Glut)**
4° Settimana	MAR	**PASTA** con sugo di verdure	**Fil. Pesce gratinato (No.Glut)**	Patate arrosto		Frutta
	MERC	**PASTA (No.Glut) all'olio**	LOMBO DI MAIALE (No.Glut)	cetrioli in insalata		**Pizza (No.Glut)**
	GIOV	**PASTA (No.Glut) alla pizzaiola**	**Hamburger di pesce (No.Glut)**	FAGIOLINI AL VAPORE		Yogurt
	VEN	**PASTA (No.Glut) al pesto**	**Frittata (No.Glut)**	carote filanger		Banana
21-25 lug	LUN	**PASTA all'olio**	Fil. Pesce agli agrumi	insalata mista	Pane e Frutta	**Gelato (no.Glut)**
5° Settimana	MAR	**Risotto allo zafferano(No glut)**	Bocc. Tacchino agli aromi	ZUCCHINE TRIFOLATE		**Pane (No.Glut) + frutta**
	MERC	**PASTA al pomodoro**	**FRITTATINA di patate (No.Glut)**	finocchi in insalata		**Focaccia (No.Glut)**
	GIOV	**PASTA (No.Glut) all'uovo al ragù di carne**	Parmigiano (1/2 por)	**pomodoro gratinato**		Yogurt
	VEN	**PASTA (No.Glut) agli aromi e fr. Secca (Tritata)**	**Pesce GRATINATO (No.Glut)**	carote filanger		Frutta
28 lug- 01 ago	LUN	**PASTA al pomdooro**	formaggio fresco	fagiolini al vapore	Pane e Frutta	**Succo + Grissini (No.Glut)**
6° Settimana	MAR	**PASTA con sugo di Piselli**	**sformato verdure/frittatina**	zucchine al vapore		Frutta
	MERC	**PIZZA**	Prosciutto cotto	insalata verde + spinaci al vapore		yogurt
	GIOV	**Passato di verdura c/RISO**	Svizzera di tacchino	Purè di patate		Banana
	VEN	Riso all'olio e parmigiano	**merluzzo gratinato**	Broccoli al vapore		**Gelato (no.Glut)**

Pasta, Pane, Pangrattato, Pasta ripiena o all'uovo e tutti i prodotti da forno devono essere sostituiti da prodotti analoghi SENZA GLUTINE

I legumi secchi possono contenere tracce di glutine, vanno sostituiti con legumi surgelati o se secchi che siano privi di tracce di glutine

Non vanno utilizzati orzo/farro e qualsiasi farina di frumento --> da sostituire con prodotti senza glutine (riso, farina di riso/mais, ecc.)

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO LATTE – A.S. 2024/25

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
30-04 lug	2° Settimana					
	LUN	SEDANINI all'olio	**Bastoncini pesce (No.Glut/No.Latte)**	INSALATA (+ZUCCHINE VAP)	Pane e Frutta	**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**
	MAR	**PASTA al pesto (No.Latte)**	**Lombo di maiale al forno (No latte)**	CAROTE AL VAPORE		Pizza al pomodoro
	MERC	DITALINI e legumi (In brodo o asciutti)	**OMELETTE (No.Latte)**	Radicchio e carote (+ MELANZANE VAP)		Pane e frutta
	GIOV	**Pizza POMODORO**	Prosciutto cotto	FAGIOLINI AL VAPORE		**SUCCO + CRACKERS**
	VEN	MEZZE PENNE al sugo di pesce	**Sformato di verdura (No.Latte)**	INS. E VALERIANA (+FINOCCHI VAP.)		Banana
07-11 lug	3° Settimana					
	LUN	Riso con porri e parmigiano	prosciutto cotto	zucchine al vapore	Pane e Frutta	BUDINO SOJA cioccolato
	MAR	Crema di ceci con farro	Fil.pesce agli agrumi	Insalata mista + carote al vapore		Frutta
	MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Bocconcini di pollo al forno	MELANZANE AL VAPORE		Focaccia
	GIOV	Pasta al pomodoro	**Crocchette di legumi (No.Latte)**	FINOCCHI AL VAPORE		**gelato (no latte)**
	VEN	**TAGLIATELLE al ragù di carne**	Sformato (No,Latte) 1/2 porz	DADOLATA DI POMODORI + ZUCCHINE		**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**
14-18 lug	4° Settimana					
	LUN	Riso pomodoro e piselli	**Prosciutto cotto + piadina**	INSALATA (+FINOCCHII VAP.)	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	Succo 100% + Cracker (10 g)
	MAR	Pastina in brodo	Fil. Pesce gratinato	Patate arrosto		Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	Lombo di maiale al forno (No latte)	cetrioli in insalata + **zucchine grat**		Pizza al pomodoro
	GIOV	FUSILLI alla pizzaiola	Hamburger di pesce	FAGIOLINI AL VAPORE		**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**
	VEN	**Pasta integrale al pesto (No.Latte)**	**Frittata (No.Latte)**	CAR. FILANGER(+POM FORNO)		Banana
21-25 lug	5° Settimana					
	LUN	Pizza POMODORO	**Prosciutto cotto**	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta	**gelato (no latte)**
	MAR	**Risotto allo zafferano (No.Latte)**	Bocc. Tacchino agli aromi	ZUCCHINE TRIFOLATE		Pane e frutta
	MERC	Passato di legumi con orzo	**FRITTATA di patate (No.Latte)**	dadolata di pom (+finocchi al vapore)		Focaccia
	GIOV	GARGANELLI all'uovo al ragù di carne	**POLPETTE DI LEGUMI (NO.Latte)**	**POMO GRAT** + fagiolini		YOGURT SOJA / BUDINO SOJA
	VEN	MINI PIPE agli aromi e fr. Secca (Tritata)	Pesce in crosta di cereali	CAROTE FILANGER (+MELANZ VAP.)		Frutta
28 lug- 01 ago	6° Settimana					
	LUN	Pasta al pomodoro	**PETTO DI POLLO**	fagiolini al vapore	Pane e Frutta	Succo 100% + Grissini (10 g)
	MAR	**Pasta con piselli (No.Latte)**	**Frittata (No.Latte)**	zucchine al vapore		Frutta
	MERC	**PIZZA ROSSA**	Prosciutto cotto	insalata verde + spinaci al vapore		**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**
	GIOV	Pastina con passato di verdure	Svizzera di tacchino	Patate lessate		Banana
	VEN	Riso all'olio	merluzzo gratinato	Broccoli al vapore		**gelato (no latte)**

Le verdure utilizzate come contorno non dovranno ripetersi nella stessa settimana e nella stessa giornata la stessa verdura non dovrà replicarsi anche in primi/secondi

"i Legumi dovranno essere schiacciati/frullati" "la Fr.Secca dovrà essere finemente tritata"

Dovranno essere evitati gli alimenti di forma sferica somministrati tal quali es.uva

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi