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

camst group

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
1° Settimana 28 apr- 02 mag.	LUN	Riso con piselli e verdure	CACIOTTA	Insalata (+ CAROTE VAP)	Pane e Frutta		Focaccia
	MAR	STELLINE in brodo vegetale	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno			Latte e biscotti secchi
	MERC	SEDANINI alla pizzaiola	Pesce in crosta di cereali c/fr secca	FAGIOLINI AL VAPORE			Gelato / yogurt frutta
	GIOV						
	VEN	FUSILLI pomodoro e basilico	Svizzera di manzo	carote filanger + (POMO GRAT)			Frutta
2° Settimana 05- 09 mag.	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 12- 16 mag.	LUN	Riso con porri e parmigiano	Asiago	zucchine trifolate	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)		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	Riso 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 19- 23 mag.	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 26- 31 mag.	LUN	*Pasta all'Olio*	Fil. Pesce agli agrumi	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)		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 02- 06 giu.	LUN				Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
	MAR	MEZZE PENNE rosè(pom e ric)+ fr.Secca (Trita	Crocchette di pesce	INSALATA (+POMODORI GRAT)			Frutta
	MERC	Risotto con zucchine	Pollo alla cacciatora	melanzane al forno			Focaccia
	GIOV	pastina in brodo	Polpettone di pollo	Purè di patate			Banana
	VEN	FUSILLI con sugo di pesce	Sformato di verdura	dadolata pomodori + fagiolini al vapore			Yogurt

7° Settimana 09- 13 giu.	LUN	Riso al pomodoro	Bastoncini di pesce al forno	zucchine trifolate	Pane e Frutta		Yogurt
	MAR	Crema di verdura e piselli con cous cous	stracchino + piadina	carote filanger + fagiolini al vapore			Frutta
	MERC	Ravioli al ragù vegetale	Parmigiano 1/2 porz	finocchi in insalata + pomodori al forno			Gelato
	GIOV	Pasta al pesto	Arista al forno	Pure'			Pizza al pomodoro
	VEN	Pasta con zafferano e zucchine	Pollo al forno (coscia disossata)	pomodori in insalata + carote al vapore			Banana
8° Settimana 16- 20 giu.	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	Prosciutto Cotto	carote filanger + pomodori gratinati	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		Pane + frutta
	MAR	Pasta con sugo di pesce	Crocchetta di verdura	FAGIOLINI AL VAPORE			Succo 100% + Streghette (10 g)
	MERC	Crema di ceci con orzo	Frittatina con verdure	insalata + zucchine al forno			Focaccia
	GIOV	Pasta all'ortolana	Pesce in crosta di cereali c/fr secca	MELANZANE AL FORNO + FINOCCHI IN INSALA			Frutta
	VEN	Pasta integrale con pomodoro e basilico	Arrosto di tacchino	PATATE AL FORNO			Yogurt

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"

Giornata CELIACHIA

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

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

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

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
1° Settimana 28 apr- 02 mag.	LUN	Riso con piselli e verdure	CACIOTTA	Insalata (+ CAROTE VAP)	Pane e Frutta		Focaccia
	MAR	STELLINE in brodo vegetale	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno			Latte e biscotti secchi
	MERC	SEDANINI alla pizzaiola	Pesce in crosta di cereali c/fr secca	FAGIOLINI AL VAPORE			Gelato / yogurt frutta
	GIOV						
	VEN	FUSILLI pomodoro e basilico	Svizzera di manzo	carote filanger + (POMO GRAT)			Frutta
2° Settimana 05- 09 mag.	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	**PESCE AL FORNO**	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	**PARMIGIANO**	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 12- 16 mag.	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	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	Riso al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE			Gelato
	VEN	**Cappelletti al ragù di carne NO MAIALE**	Sformatino 1/2 porz	DADOLATA DI POMODORI + ZUCCHINE			Yogurt
4° Settimana 19- 23 mag.	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 VEGETALE	Fil. Pesce gratinato	Patate arrosto			Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	POLLO 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 26- 31 mag.	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)		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	**Pasta all'uovo al ragù NO MAIALE**	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 02- 06 giu.	LUN				Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
	MAR	MEZZE PENNE rosè(pom e ric)+ fr.Secca (Tritat	Crocchette di pesce	INSALATA (+POMODORI GRAT)			Frutta
	MERC	Risotto con zucchine	Pollo alla cacciatora	melanzane al forno			Focaccia
	GIOV	**PASTINA IN BRODO VEGETALE**	Polpettone di pollo	Purè di patate			Banana
	VEN	FUSILLI con sugo di pesce	Sformato di verdura	dadolata pomodori + fagiolini al vapore			Yogurt

7° Settimana 09- 13 giu.	LUN	Riso al pomodoro	Bastoncini di pesce	ZUCCHINE TRIFOLATE	Pane e Frutta		Yogurt
	MAR	Crema di verdura e piselli con cous cous	stracchino + piadina	carote filanger			Frutta
	MERC	Ravioli al ragù vegetale	Parmigiano 1/2 porz	finocchi in insalata + pomodori al forno			Gelato
	GIOV	Pasta al pesto	PESCE AL FORNO	Pure'			Pizza al pomodoro
	VEN	Pasta con zafferano e zucchine	Pollo al forno (coscia disossata)	Pomodori in insalata			Banana
8° Settimana 16- 20 giu.	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	carote filanger	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		Pane + frutta
	MAR	Pasta con sugo di pesce	Crocchetta di verdura	FAGIOLINI AL VAPORE			Succo 100% + Streghette (10 g)
	MERC	Crema di ceci con orzo	Frittatina con verdure	insalata			Focaccia
	GIOV	Pasta all'ortolana	Pesce in crosta di cereali c/fr secca	FINOCCHI IN INSALATA			Frutta
	VEN	Pasta integrale con pomodoro e basilico	**Arrosto di tacchino**	PATATE AL FORNO			Yogurt

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" **Giornata CELIACHIA**

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

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

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

camst group

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
28 apr- 02 mag. 1° Settimana	LUN	Riso con piselli e verdure	CACIOTTA	Insalata (+ CAROTE VAP)	Pane e Frutta		Focaccia
	MAR	STELLINE in brodo vegetale	**FRITTATA**	Patate al forno			Latte e biscotti secchi
	MERC	SEDANINI alla pizzaiola	Pesce in crosta di cereali c/fr secca	FAGIOLINI AL VAPORE			Gelato / yogurt frutta
	GIOV						
	VEN	FUSILLI pomodoro e basilico	**HAMBURGER VEGETALE**	carote filanger + (POMO GRAT)			Frutta
05- 09 mag. 2° Settimana	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	**PESCE AL FORNO**	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	**PARMIGIANO**	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
12- 16 mag. 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	Fil.pesce agli agrumi	Insalata mista + carote al vapore			Frutta
	MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	**PESCE AL FORNO**	MELANZANE AL VAPORE			Focaccia
	GIOV	Riso al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE			Gelato
	VEN	**Cappelletti OLIO E SALVIA**	sformatino 1/2 porzione	DADOLATA DI POMODORI + ZUCCHINE			Yogurt
19- 23 mag. 4° Settimana	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 VEGETALE**	Fil. Pesce gratinato	Patate arrosto			Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	**HAMBURGER VEGETALE**	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
26- 31 mag. 5° Settimana	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)		Gelato
	MAR	Risotto allo zafferano	**PESCE AL FORNO**	ZUCCHINE TRIFOLATE			Pane + frutta
	MERC	Passato di legumi con orzo	Sformatino di patate	dadolata di pom (+finocchi al vapore)			Focaccia
	GIOV	**Pasta all'uovo al POMODORO**	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
02- 06 giu. 6° Settimana	LUN				Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
	MAR	MEZZE PENNE rosè(pom e ric)+ fr.Secca (Trita	Crocchette di pesce	INSALATA (+POMODORI GRAT)			Frutta
	MERC	Risotto con zucchine	**FRITTATA**	melanzane al forno			Focaccia
	GIOV	**PASTINA IN BRODO VEGETALE**	**HAMBURGER LEGUMI**	Purè di patate			Banana
	VEN	FUSILLI con sugo di pesce	**Sformato di verdura**	dadolata pomodori + fagiolini al vapore			Yogurt

7° Settimana 09- 13 giu.	LUN	Riso al pomodoro	Bastoncini di pesce	ZUCCHINE TRIFOLATE	Pane e Frutta		Yogurt
	MAR	Crema di verdura e piselli con cous cous	stracchino + piadina	carote filanger			Frutta
	MERC	Ravioli al ragù vegetale	Parmigiano 1/2 porz	finocchi in insalata + pomodori al forno			Gelato
	GIOV	Pasta al pesto	**PESCE AL FORNO**	Pure'			Pizza al pomodoro
	VEN	Pasta con zafferano e zucchine	**HAMBURGER VEGETALE**	Pomodori in insalata			Banana
8° Settimana 16- 20 giu.	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	carote filanger	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		Pane + frutta
	MAR	Pasta con sugo di pesce	Crocchetta di verdura	FAGIOLINI AL VAPORE			Succo 100% + Streghette (10 g)
	MERC	Crema di ceci con orzo	Frittatina con verdure	insalata			Focaccia
	GIOV	Pasta all'ortolana	Pesce in crosta di cereali c/fr secca	FINOCCHI IN INSALATA			Frutta
	VEN	Pasta integrale con pomodoro e basilico	**PESCE AL FORNO**	PATATE AL FORNO			Yogurt

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"

Giornata CELIACHIA

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

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

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

camst group

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO			MERENDA
28 apr- 02 mag. 1° Settimana	LUN	Riso con piselli e verdure	CACIOTTA	Insalata (+ CAROTE VAP)	Pane e Frutta		Focaccia
	MAR	STELLINE in brodo vegetale	**POLPETTE LEGUMI**	Patate al forno			Latte e biscotti secchi
	MERC	**SEDANINI alla pizzaiola**	**FRITTATA**	FAGIOLINI AL VAPORE			Gelato / yogurt frutta
	GIOV						
	VEN	FUSILLI pomodoro e basilico	**HAMBURGER VEGETALE**	carote filanger + (POMO GRAT)			Frutta
05- 09 mag. 2° Settimana	LUN	SEDANINI all'olio	**POLPETTE DI LEGUMI**	INSALATA (+ZUCCHINE VAP)	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 (+ MELANZANE VAP)			Pane e frutta
	GIOV	Pizza	**PARMIGIANO**	FAGIOLINI AL VAPORE			Succo 100% + Streghette (10 g)
	VEN	**RISO AL POMODORO**	Sformato di verdura al forno	INS. E VALERIANA (+FINOCCHI VAP.)			Banana
12- 16 mag. 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 + carote al vapore			Frutta
	MERC	CHIFFERI agli aromi e fr. Secca (Tritata)	**HAMBURGER VEGETALE**	MELANZANE AL VAPORE			Focaccia
	GIOV	Riso al pomodoro	Crocchette di legumi	FINOCCHI AL VAPORE			Gelato
	VEN	**Cappelletti OLIO E SALVIA**	Sformatino 1/2 porz	DADOLATA DI POMODORI + ZUCCHINE			Yogurt
19- 23 mag. 4° Settimana	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 VEGETALE	**SFORMATINO DI VERDURA**	Patate arrosto			Frutta
	MERC	GRAMIGNA all'olio	**POLPETTE DI LEGUMI**	CETRIOLI IN INSALATA (+ZUCCH grat.)			Pizza al pomodoro
	GIOV	FUSILLI alla pizzaiola	**HAMBURGER DI VERDURE**	FAGIOLINI AL VAPORE			Yogurt
	VEN	Pasta integrale al pesto	Frittata	CAR. FILANGER(+POM FORNO)			Banana
26- 31 mag. 5° Settimana	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)		Gelato
	MAR	Risotto allo zafferano	**FRITTATA**	ZUCCHINE TRIFOLATE			Pane + frutta
	MERC	Passato di legumi con orzo	Sformatino di patate	dadolata di pom (+finocchi al vapore)			Focaccia
	GIOV	**Pasta all'uovo al POMODORO**	Parmigiano 1/2 porz	POM GRAT+FAGIOLINI AL VAP			yogurt
	VEN	MINI PIPE agli aromi e fr. Secca (Tritata)	**POLPETTE DI LEGUMI**	CAROTE FILANGER (+MELANZ VAP.)			Frutta
02- 06 giu. 6° Settimana	LUN				Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		
	MAR	MEZZE PENNE rosè(pom e ric)+ fr.Secca (Tritata)	**POLPETTE DI VERDURE**	INSALATA (+POMODORI GRAT)			Frutta
	MERC	Risotto con zucchine	**FRITTATA**	melanzane al forno			Focaccia
	GIOV	**PASTINA IN BRODO VEGETALE**	**HAMBURGER LEGUMI**	Purè di patate			Banana
	VEN	**PASTA CON POMODORO**	Sformato di verdura	dadolata pomodori + fagiolini al vapore			Yogurt

7° Settimana 09- 13 giu.	LUN	Riso al pomodoro	**HAMBUGER DI LEGUMI**	ZUCCHINE TRIFOLATE	Pane e Frutta		Yogurt
	MAR	Crema di verdura e piselli con cous cous	stracchino + piadina	carote filanger			Frutta
	MERC	Ravioli al ragù vegetale	Parmigiano 1/2 porz	finocchi in insalata + pomodori al forno			Gelato
	GIOV	Pasta al pesto	**FRITTATA**	Pure'			Pizza al pomodoro
	VEN	Pasta con zafferano e zucchine	**HAMBURGER VEGETALE**	Pomodori in insalata			Banana
8° Settimana 16- 20 giu.	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	**FORMAGGIO FRESCO**	carote filanger	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)		Pane + frutta
	MAR	**PASTA AL POMODORO**	Crocchetta di verdura	FAGIOLINI AL VAPORE			Succo 100% + Streghette (10 g)
	MERC	Crema di ceci con orzo	Frittatina con verdure	insalata			Focaccia
	GIOV	Pasta all'ortolana	**POLPETTE DI LEGUMI**	FINOCCHI IN INSALATA			Frutta
	VEN	Pasta integrale con pomodoro e basilico	**HAMBURGER DI VERDURE**	PATATE AL FORNO			Yogurt

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" **Giornata CELIACHIA**

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

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi

MENU' ESTATE NIDO (Girasoli, Chiccodrillo, Coccinelle) – NO GLUTINE – A.S. 2024/5

		PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO		MERENDA
1° Settimana 28 apr- 02 mag.	LUN	RISO con piselli e verdure (No.Glut)	STRACCHINO	Insalata (+ CAROTE VAP)	**Pane** e Frutta	**Focaccia (No.Glut)**
	MAR	**STELLINE in brodo vegetale**	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno		**Latte e biscotti (No.Glut)**
	MERC	**SEDANINI** alla pizzaiola	**PESCE GRATINATO (No.Glut**	FAGIOLINI AL VAPORE		**Gelato (no.Glut)**
	GIOV					
	VEN	**PASTA (No.Glut)** pomo e basilico	Svizzera di manzo	Carote filanger + **POMO GRAT**		Frutta
2° Settimana 05- 09 mag.	LUN	**PASTA** all'olio	**Bastoncini di pesce (No.Glut)**	INSALATA (+ZUCCHINE VAP)	**Pane** e Frutta	Yogurt
	MAR	**PASTA** al pesto	Pollo al forno (coscia disossata)	CAROTE AL VAPORE		**Pizza al pomodoro (No.Glut)**
	MERC	**DITALINI e legumi (in brodo o asciutti)**	Frittatina con patate	Radicchio e carote (+ MELANZANE VAP		**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)**	INS. E VALERIANA (+FINOCCHI VAP.)		Banana
3° Settimana 12- 16 mag.	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 ditalini (No.Glut)**	Fil.pesce agli agrumi	Insalata mista + carote al vapore		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	Riso 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 + ZUCCHINE		Yogurt
4° Settimana 19- 23 mag.	LUN	Riso pomodoro e piselli	**stracchino + PIADINA**	INSALATA (+FINOCCHII VAP.)	**Pane** e Frutta	**Succo + Crackersi (No.Glut)**
	MAR	**PASTINA (No.Glut) in brodo**	**Fil. Pesce gratinato (No.Glut)**	Patate arrosto		Frutta
	MERC	**PASTA (No.Glut) all'olio**	LOMBO DI MAIALE (No.Glut)	CETRIOLI IN INS + **ZUCCH. GRAT**		**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)**	CAR. FILANGER(+POM FORNO)		Banana
5° Settimana 26- 31 mag.	LUN	**PASTA all'olio**	Fil. Pesce agli agrumi	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	**Pane** e Frutta (mar gallette di mais)	**Gelato (no.Glut)**
	MAR	**Risotto allo zafferano(No glut)**	Bocc. Tacchino agli aromi	ZUCCHINE TRIFOLATE		**Pane (No.Glut) + frutta**
	MERC	**Passato legumi (No.Glut) c/PASTINA (No.Glut)**	**FRITTATINA di patate (No.Glut)**	dadolata di pom (+finocchi al vapore)		**Focaccia (No.Glut)**
	GIOV	**PASTA (No.Glut) all'uovo al ragù di carne**	Parmigiano (1/2 por)	**POMO GRAT** + fagiolini al vapore		Yogurt
	VEN	**PASTA (No.Glut) agli aromi e fr. Secca (Tritata)**	**Pesce GRATINATO (No.Glut)**	CAROTE FILANGER (+MELANZ VAP.)		Frutta
6° Settimana 02- 06 giu.	LUN				**Pane** e Frutta	
	MAR	**PASTA (No.Glut) POMODORO + fr. Secca (Tritata)**	**Crocchette di pesce (No.Glut)**	INSALATA + **POMO GRAT**		Frutta
	MERC	**Risotto con zucchine (No.Glutine)**	Pollo alla cacciatora	melanzane al forno		**Focaccia (No.Glut)**
	GIOV	**PASTINA (No.Glut) in brodo**	**polpettone di pollo (No.Glut)**	Purè di patate		Banana
	VEN	**PASTA (No.Glut) con sugo di pesce**	**FRITTATINA di verdura (No.Glut)**	dadolata pomodori + fagiolini al vapor		Yogurt

7° Settimana 09- 13 giu.	LUN	Riso al pomodoro	**Bastoncini di pesce (No.Glut)**	zucchine trifolate	**Pane** e Frutta		Yogurt
	MAR	**Crema di verdure e piselli+ RISO**	**Stracchino + PIADINA**	carote filanger + fagiolini al vapore			Frutta
	MERC	**Ravioli (No.Glut) al ragù vegetale**	Parmigiano (1/2 por)	finocchi in insalata + pomodori al forno			**Gelato (no.Glut)**
	GIOV	**PASTA al pesto**	Arista al forno	Pure'			**Pizza (No.Glut)**
	VEN	**PASTA con zafferano e zucchine**	Pollo al forno (coscia disossata)	pomodori in insalata + carote al vapore			Banana
8° Settimana 16- 20 giu.	LUN	**Pizza (No.Glut) o PASTA all'olio**	Prosciutto Cotto	carote filanger + pomodori gratinati	**Pane** e Frutta		**Pane (No.Glut) + frutta**
	MAR	**PASTA con sugo di pesce**	**Crocchette di verdure (No.Glut)**	FAGIOLINI AL VAPORE			**Succo + Crackersi (No.Glut)**
	MERC	Crema di ceci con orzo	Frittatina con verdure	insalata + zucchine al forno			**Focaccia (No.Glut)**
	GIOV	**PASTA all'ortolana**	**PESCE GRATINATO (No.Glut)**	MELANZANE AL FORNO + FINOCCHI IN			Frutta
	VEN	**PASTA con pomodoro e basilico**	Arrosto di tacchino	PATATE AL FORNO			Yogurt

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
28 apr- 02 mag. 1° Settimana	LUN	Riso con piselli e verdure	**Prosciutto cotto**	Insalata (+ CAROTE VAP)	Pane e Frutta	Focaccia
	MAR	STELLINE in brodo vegetale	Pollo al forno (coscia disossata)	Patate al forno		**THE + BISCOTTI CRICH**
	MERC	SEDANINI alla pizzaiola	Fil pesce in crosta di cereali	FAGIOLINI AL VAPORE		**gelato (no latte)**
	GIOV					
	VEN	FUSILLI pomodoro e basilico	Svizzera di manzo	carote fuilanger + **pomo grat**		Frutta
05- 09 mag. 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
12- 16 mag. 3° Settimana	LUN	Riso con porri e parmigiano	prosciutto cotto	zucchine al vapore	Pane e Frutta (lun 12/05- gallette di mais)	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	Riso 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**
19- 23 mag. 4° Settimana	LUN	Riso pomodoro e piselli	**Prosciutto cotto + piadina**	INSALATA (+FINOCCHII VAP.)	Pane e Frutta	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
26- 31 mag. 5° Settimana	LUN	Pizza POMODORO	**Prosciutto cotto**	INSALATA MISTA (+CAROTE VAP.)	Pane e Frutta (1/Sett Pane ai cereali)	**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
02- 06 giu. 6° Settimana	LUN				Pane e Frutta	
	MAR	**Pasta POMODORO + fr. Secca (Tritata)**	crocchette di pesce	INSALATA + **POMO GRAT**		Frutta
	MERC	**Risotto con zucchine (No.Latte)**	Pollo alla cacciatora	melanzane al forno		Focaccia
	GIOV	pastina in brodo	**polpettone di pollo (no latte)**	**patate lessate**		Banana
	VEN	FUSILLI con sugo di pesce	**Sformato di verdura (No.Latte)**	dadolata pomodori + fagiolini al vapore		**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**

7° Settimana 09- 13 giu.	LUN	Riso al pomodoro	**Bastoncini di pesce (No.Glut/No.Latte)**	ZUCCHINE TRIFOLATE	Pane e Frutta		**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**
	MAR	Crema di verdura e piselli con cous cous	**prosciutto cotto + piadina**	carote filanger			Frutta
	MERC	Ravioli al ragù vegetale	**OMELETTE (No.Latte)**	finocchi in insalata + pomodori al forno			**gelato (no latte)**
	GIOV	**PASTA al pesto (No.Latte)**	Arista al forno	Pure'			Pizza al pomodoro
	VEN	Pasta con zafferano e zucchine	Pollo al forno (coscia disossata)	Pomodori in insalata			Banana
8° Settimana 16- 20 giu.	LUN	Pasta all'Olio o Pizza	Prosciutto Cotto	carote filanger	Pane e Frutta		Pane e frutta
	MAR	Pasta con sugo di pesce	**Crocchette di verdure (No.Latte)**	FAGIOLINI AL VAPORE			**SUCCO + CRACKERS**
	MERC	Crema di ceci con orzo	**Frittata (No.Latte)**	insalata			Focaccia
	GIOV	Pasta all'ortolana	Pesce in crosta di cereali	FINOCCHI IN INSALATA			Frutta
	VEN	Pastina in brodo vegetale	Arista al forno (No.Latte	PATATE AL FORNO			**YOGURT SOJA / BUDINO SOJA**

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"

Giornata CELIACHIA

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

Dietista Dott.ssa Beatrice Montecchi