

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute

La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata

|                                      | 1°<br>04/09 - 08/09  | 2°<br>11/09 - 15/09   | 3°<br>18/09 - 22/09  | 4°<br>25/09 - 29/09   |
|--------------------------------------|--|---|--|---|
| u<br>n<br>d<br>i                     | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA DI STAGIONE COTTA/ AL GRATIN, AL FORNO  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | PENNETTE/ TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO   | FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO   | FUSILLI AL PESTO DI BASILICO   | GOBBETTI AL POMODORO E PARMIGIANO   |
|                                      | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO                                 | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO   | CASATELLA o RICOTTA  | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | PURE' DI PATATE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO  | PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  | PENNETTE/ SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  |
|                                      | PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO   | SQUACQUERONE o BURGER DI VERDURA  | SVIZZERA DI VITELLONE  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI PLATESSA o POLPETTINE DI PESCE |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o ORZO/FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE                                     | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | GOBBETTI/ TAGLIATELLE CON POMODORO E PISELLI FRULLATI E AROMI, PARMIGIANO   |
|                                      | MOZZARELLA   | POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO   | FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO/ PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO                              |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURA COTTA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI BASILICO  | PENNETTE/ SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO  | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO   | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO/ RISO IN PASSATO DI VERDURA  |
|                                      | POLLO ARROSTO, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO/ FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | UOVO SODO CON SALSINA VERDE o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO   | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO   |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURA CRUDA DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   |
|                                      | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO o A FRITTATA                   | RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO o CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE  | MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI PASSATI, PARMIGIANO   |
|                                      | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | CONIGLIO o POLLO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO   | POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO   |

LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO

**TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2023/2024 NIDO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 5°<br>02/10 - 06/10   | 6°<br>09/10 - 13/10   | 7°<br>16/10 - 20/10   | 8°<br>23/10 - 27/10  |
|--------------------------------------|---|---|---|--|
| l<br>u<br>n<br>e<br>d<br>i           | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA  |
|                                      | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA                   | RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO o RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE   | CORONCINA IN MINESTRA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO  |
|                                      | FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO   | MOZZARELLA   |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO   |
|                                      | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE   | PENNE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE  | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO   |
|                                      | UOVO A FRITTATA (LATTE E PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO   | POLPETTINE DI PESCE o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO                 | RICOTTA/ STRACCHINO CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)                                      | POLPETTINE DI VITELLONE IN BIANCO  |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA   |
|                                      | RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO  | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO   | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO  | FARFALLE/ SPAGHETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   |
|                                      | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PUREA DI PISELLI  | CASATELLA   | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | PIADINA E SARDONCINI ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE   |
|                                      | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE  | RISO IN PASSATO DI LEGUMI   | PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO  | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA                      |
|                                      | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE  | FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO   |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE DI STAGIONE  |
|                                      | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO  | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO  | CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO   | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO   |
|                                      | TACCHINO A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO   | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO | UOVO SODO CON SALSA VERDE   | POLLO ARROSTO, AL FORNO  |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|   | 9°<br>30/10 - 03/11   | 10°<br>06/11 - 10/11  | 11°<br>13/11 - 17/11  | 12°<br>20/11 - 24/11  |
|---|---|---|---|---|
| u<br>n<br>d<br>i                          | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO   | VERDURE COTTE/CRUDE IN INSALATA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO   |
|   | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO   | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO   | GOBBETTI/ FARFALLE CON LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA E AROMI, PARMIGIANO (IN BIANCO)                              | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO   |
|   | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO SODO CON SALSINA VERDE o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTO DI PLATESSA IN CROSTA DI MAIS |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i           | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | CAROTE COTTE/ CRUDE CON SALSINA DI CECI (HUMMUS)                          | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / AL FORNO  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  |
|   | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI DI PANE, PARMIGIANO                       | RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO   | MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI PASSATI, PARMIGIANO   |
|   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO                 | FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA  | POLPETTINE DI RICOTTA, AL FORNO   |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d<br>i | VERDURE COTTE/CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA   | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | ERBE COTTE (SPINACI/BIETE)  | VERDURA COTTA DI STAGIONE   |
|   | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO  | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA           | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE                                   | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO  |
|   | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE AL FORNO   | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO                         | RICOTTA/ CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)                                 | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO   |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i           | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   |
|   | GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  | COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE   | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  | PENNETTE/SPAGHETTI AL RAGU' DI PESCE MISTO IN BIANCO  |
|   | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PUREA DI PISELLI  | RICOTTA/ CRESCENZA  | POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A STRACCETTI ALLA PIZZAIOLA o VITELLONE A SPEZZATINO BRASATO | BURGER DI VERDURA   |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i           | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO                             | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO   |
|   | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE  | GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO                     | PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA                     |
|   | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO                                       | FILETTO DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO  | PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO  |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute

La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata

|                                      | 13°<br>27/11 - 01/12  | 14°<br>04/12 - 08/12   | 15°<br>11/12 - 15/12  | 16°<br>18/12 - 22/12  |
|--------------------------------------|---|--|---|---|
| u<br>n<br>d<br>i                     | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO   |
|                                      | ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o CROSTINI DI PANE/RISO/COUS-COUS  | TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO  | PENNETTE/ SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO  | MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO  |
|                                      | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO  | FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO                                       |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO   | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO  | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO  | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA                     | PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO  |
|                                      | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o PLATESSA ARROSTO | PATATE GRATINATE, IN FORNO  | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO   |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | CAROTE COTTE/ CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMMUS)   | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  |
|                                      | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO   | GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  | MALTAGLIATI IN MINISTRA DI CECI PASSATI, PARMIGIANO   |
|                                      | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO                                    | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO   | POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO o RICOTTA o MOZZARELLA                                |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON LENTICCHIE   | VERDURA COTTA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  |
|                                      | CORONCINE IN MINISTRA DI PATATE   | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA                              | RISOTTO ZUCCA E BORLOTTI PASSATI, PARMIGIANO o RISO IN PASSATO DI LEGUMI  | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO                                |
|                                      | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | POLLO ARROSTO, AL FORNO  | SQUACQUERONE  | PURE' DI PATATE   |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURA COTTA DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA                                   |
|                                      | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO   | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE           | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PENNETTE/SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  |
|                                      | POLLO o CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO  | RICOTTA/ STRACCHINO CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)                 | POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO   | POLPETTINE DI PESCE o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO |

LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute

La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata

|                                      | 17°<br>25/12 - 29/12  | 18°<br>01/01 - 05/01  | 19°<br>08/01 - 12/01  | 20°<br>15/01 - 19/01  |
|--------------------------------------|---|---|---|---|
| u<br>n<br>d<br>i                     | PISELLI IN PUREA o LENTICCHIE STUFATE   | ERBE COTTE (SPINACI/BIETE)  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   |
|                                      | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO   | ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o CROSTINI DI PANE/RISO/COUS-COUS                                  | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO  |
|                                      | STRACCRETI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE  | RICOTTA/ CASATELLA CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)                                       | POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO   | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o SEPPIA CON PISELLI E POMODORO |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  |
|                                      | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE                                | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA   | PENNETTE/ SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO   | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO  |
|                                      | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | POLLO ARROSTO, AL FORNO   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO SODO CON SALSA VERDE   |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO  | FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA                             | FUSILLI AL SUGO DI ZUCCA (BIANCO), PARMIGIANO   |
|                                      | TACCHINO A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO   | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | SVIZZERA DI TACCHINO IN BIANCO O AL POMODORO  |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/CRUDE DI STAGIONE CON HUMMUS DI CECI  | VERDURE MISTE GRATINATE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  |
|                                      | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE E PARMIGIANO  | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  | FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO  | RISOTTO CON CARCIOFI (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO, IN BIANCO                                 |
|                                      | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO   | RICOTTA/ CASATELLA  |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE CRUDE IN INSALATA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  |
|                                      | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINISTRA DI PATATE, PARMIGIANO  | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO  | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO o RISOTTO CON PISELLI PASSATI  | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  |
|                                      | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO                                       | BURGER DI VERDURA   | POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A STRACCRETI (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA)                  |

LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute

La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata

|                                      | 21°<br>22/01 - 26/01  | 22°<br>29/01 - 02/02  | 23°<br>05/02 - 09/02   | 24°<br>12/02 - 16/02   |
|--------------------------------------|---|---|--|--|
| u<br>n<br>d<br>i                     | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA   | VERDURE COTTE DI STAGIONE  |
|                                      | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO  | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA   | RISO IN PASSATO DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO  | RISOTTO CON VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO (IN BIANCO) /RISO IN PASSATO DI VERDURA                  |
|                                      | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | POLLO ARROSTO, AL FORNO   | CASATELLA o BURGER DI VERDURE  | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO  |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | PISELLI IN PUREA o LENTICCHIE STUFATE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA   |
|                                      | RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO                                     | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURA PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE   | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO  |
|                                      | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI CON PANGRATTATO E FRUTTA SECCA, AL FORNO                       | RICOTTA/ STRACCHINO CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) o PIZZA MARGHERITA                 | POLPETTINE DI VITELLONE AL POMODORO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI MERLUZZO ARROSTO |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE   |
|                                      | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE                      | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO  | FARFALLE/ SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO   | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO   |
|                                      | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO  | PIADINA E SARDONCINI ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO SODO CON SALSA VERDE o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO   |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE   |
|                                      | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO  | FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA                      | GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  |
|                                      | LOMBO DI MAIALE A FETTINE ARROSTO, AL FORNO   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | PATATE ARROSTO, AL FORNO   | FILETTO DI PLATESSA A COTOLETTA o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO    |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | CAROTE COTTE/ CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)   | VERDURA COTTA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE CON FRUTTA SECCA  |
|                                      | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | CROSTINI DI PANE CON PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO o MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURE                          | FUSILLI AL SUGO DI VERDURA E PISELLI PASSATI, PARMIGIANO (IN BIANCO)   | FARFALLE AL POMODORO PARMIGIANO  |
|                                      | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO   | POLLO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO  | POLPETTINE DI RICOTTA  |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE ( piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 25°<br>19/02 - 23/02  | 26°<br>26/02 - 01/03  | 27°<br>04/03 - 08/03  | 28°<br>11/03 - 15/03  |
|--------------------------------------|---|---|---|---|
| i<br>u<br>n<br>d<br>i                | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA                                    | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  |
|                                      | PENNETTE/ SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI | MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO  | PENNETTE CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO   | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE                              |
|                                      | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO                               | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO   | RICOTTA/CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE )                             |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE                                    | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  |
|                                      | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE                                     | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO  | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE                          | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO  |
|                                      | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO              | POLLO ARROSTO, AL FORNO   | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO  |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE                                    | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | RISO IN PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO                              | GNOCCHETTI SARDI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO  | RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO (IN BIANCO)                                |
|                                      | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO     | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO | VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO   | SVIZZERA DI TACCHINO IN BIANCO o AL POMODORO  |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE CON FRUTTA SECCA                   | VERDURE COTTE CRUDE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  |
|                                      | SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO                    | SEDANINI/ TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO   | GOBBETTI/ SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PARMIGIANO   | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO  |
|                                      | FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA                                    | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   | FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO SODO CON SALSINA VERDE   |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE                                    | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | CAROTE COTTE/ CRUDE A BASTONCINO CON SALSINA DI CECI (HUMMUS)   | VERDURE MISTE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   |
|                                      | TAGLIATELLE CON RAGU' DI LENTICCHIE                                 | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO  | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA           | PENNETTE/ SPAGHETTI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   |
|                                      | VERDURE DI STAGIONE TRIFOLATE                                       | SQUACQUERONE  | PATATE LESSATE o PURE' DI PATATE  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 29°<br>18/03 - 22/03  | 30°<br>25/03 - 29/03  | 31°<br>01/04 - 05/04  | 32°<br>08/04 - 12/04   |
|--------------------------------------|---|---|---|--|
| u<br>n<br>d<br>i                     | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE LESSATE / GRATINATE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE  |
|                                      | GOBBETTI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA   | RISOTTO ALLA PARMIGIANA/ RISO IN PASSATO DI VERDURA   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA               | RISOTTO IN BIANCO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO (IN BIANCO)                   |
|                                      | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO   | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO  |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | ERBE COTTE (SPINACI/BIETE)   |
|                                      | FARFALLE/ SPAGHETTI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PENNETTE/ TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO  | FUSILLI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE R FRUTTA SECCA  | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE                           |
|                                      | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAAMELLA E PARMIGIANO o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO                         | STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE                                      | STRACCHINO CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)                                  |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | TRIS DI VERDURE DI STAGIONE LESSATE / GRATINATE   | VERDURE COTTE   | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA   |
|                                      | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA               | GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO  | FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO   |
|                                      | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO  | CASATELLA o BURGER DI VERDURA   | SVIZZERA DI VITELLONE ALLA PIZZAIOLA   |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE MISTE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA  |
|                                      | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO/ RISO IN PASSATO DI VERDURA  | CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/ORZO  | PENNETTE/ SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PREZZEMOLO, PARMIGIANO                                       | SEDANINI/ SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  |
|                                      | PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO  | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTO MERLUZZO ARROSTO |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO  |
|                                      | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO   | SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO                                       | GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO   |
|                                      | POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO  | FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO SODO CON SALSA VERDE o CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO   |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**



FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute

La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata

|   | 33°<br>15/04 - 19/04  | 34°<br>22/04 - 26/04  | 35°<br>29/04 - 03/05  | 36°<br>06/05 - 10/05   |
|---|---|---|---|--|
| u<br>n<br>d<br>i                          | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   |
|   | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE                              | GOBBETTI AL PESTO DI BASILICO   | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE E FRUTTA SECCA  | GOBBETTI/ TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO   |
|   | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO o VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO                           |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i           | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE CRUDE DI STAGIONE  |
|   | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO  | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | GOBBETTI CON PISELLI PASSATI, POMODORO, PARMIGIANO/ PASTINA IN PASSATO DI LEGUMI  | RISOTTO ALLA PARMIGIANA/ RISO IN PASSATO DI VERDURA  |
|   | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO o BURGER DI VERDURA   | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO o FILETTO DI PLATESSA A COTOLETTA                  |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d<br>i | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   |
|   | PENNETTE/ SPAGHETTI OLIO E PREZZEMOLO, PARMIGIANO   | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO   | FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  | FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO o ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE   |
|   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO  | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO  |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i           | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE  |
|   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO o PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO o A FRITTATA                   | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE o ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO / RISO IN PASSATO DI VERDURA            | COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE   | SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  |
|   | PURE' DI PATATE E PISELLI   | BOCCONCINI DI POLLO o TACCHINO GRATINATI, AL FORNO  | RICOTTA/ SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)  | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO  |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i           | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE MISTE COTTE/ CRUDE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA  |
|   | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO  | FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO  | PENNETTE/ SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  |
|   | POLLO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO   | POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO  | VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   | PIADINA E SARDONCINI ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 37°<br>13/05 - 17/05  | 38°<br>20/05 - 24/05  | 39°<br>27/05 - 31/05  | 40°<br>03/06 - 07/06  |
|--------------------------------------|---|---|---|---|
| u<br>n<br>d<br>i                     | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  |
|                                      | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO/ RISO IN PASSATO DI VERDURA  | ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE  | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE DI VITELLONE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO  | GOBBETTI/ SPAGHETTI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  |
|                                      | STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE  | POLPETTINE DI RICOTTA   | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   |
|                                      | FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  | SEDANINI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO   | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI BASILICO   | PASTINA IN BRODO VEGETALE + UOVO SODO O A FRITTATA o PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO           |
|                                      | POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO  | TACCHINO A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | PATATE ARROSTO, AL FORNO o LESSATE  |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE MISTE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | ANTIPASTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO  | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | GOBBETTI CON PISELLI PASSATI, POMODORO, PARMIGIANO  | PENNETTE AL SUGO DI CARCIOFI (BIANCO), PARMIGIANO   |
|                                      | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI PLATESSA ARROSTO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO o BURGER DI VERDURA                                   | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI AL FORNO   |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA   | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | SEDANINI/ SPAGHETTI CON PESTO DI BASILICO   | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO   | FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  | FARFALLE/ TAGLIATELLE CON FAGIOLI PASSATI, POMODORO E PARMIGIANO  |
|                                      | FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | POLLO ARROSTO, AL FORNO   | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO   |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | PISELLI IN PUREA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  |
|                                      | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE  | RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO                                    | ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO o CROSTINI DI PANE/ORZO/RISO/CROUS-COUS                            | SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE E FRUTTA SECCA  |
|                                      | PATATE LESSATE o PURE' DI PATATE  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO  | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO   | VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO   |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

**TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2023/2024 NIDO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 41°<br>10/06 - 14/06  | 42°<br>17/06 - 21/06  | 43°<br>24/06 - 28/06  | 44°<br>01/07 - 05/07  |
|--------------------------------------|---|---|---|---|
| l<br>u<br>n<br>e<br>d<br>i           | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  |
|                                      | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE  | FARFALLE AL PESTO DI BASILICO   | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE,<br>PARMIGIANO   | SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE E FRUTTA SECCA  |
|                                      | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | POLPETTINE DI PESCE o FILETTO DI MERLUZZO<br>ARROSTO  | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)<br>POMODORO E MOZZARELLA   | CAPRESE (MOZZARELLA + POMODORO A FETTINE)   |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA CON<br>LENTICCHIE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO  | SEDANINI/ SPAGHETTI AL POMODORO E BASILICO,<br>PARMIGIANO   | SEDANINI/ TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE,<br>PARMIGIANO  | GOBBETTI/ SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E<br>PREZZEMOLO PARMIGIANO                                     |
|                                      | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA<br>(IMPANATURA CON PANGRATTATO E FRUTTA<br>SECCA), AL FORNO           | RICOTTA   | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO<br>(sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o<br>POLPETTINE DI PESCE |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   |
|                                      | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO  | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA<br>DI STAGIONE, PARMIGIANO / RISO IN PASSATO DI<br>VERDURA                  | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI BASILICO   | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI,<br>PARMIGIANO   |
|                                      | POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL<br>FORNO   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI<br>MAIS, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO,<br>SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO SODO CON SALSA VERDE o CROCCHETTE DI<br>VERDURE AL FORNO   |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | SEDANINI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA,<br>PARMIGIANO  | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E<br>PARMIGIANO  | GOBBETTI CON PISELLI PASSATI, POMODORO,<br>PARMIGIANO   | FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E<br>PARMIGIANO   |
|                                      | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO<br>(sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI<br>DI PLATESSA IN CROSTA DI MAIS | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON<br>ERBETTE, AL FORNO o BURGER DI VERDURA  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI  |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | PENNETTE/SPAGHETTI AL POMODORO,<br>PARMIGIANO   | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO   | FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA,<br>PARMIGIANO   | FARFALLE/ TAGLIATELLE CON FAGIOLI PASSATI,<br>POMODORO E PARMIGIANO                                   |
|                                      | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO o<br>PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO<br>(sarde,cefalo,cappone) ARROSTO | UOVO SODO CON SALSA VERDE   | POLLO ARROSTO, AL FORNO   | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON<br>BESCIAMELLA E PARMIGIANO  |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 45°<br>08/07 - 12/07  | 46°<br>15/07 - 19/07   | 47°<br>22/07 - 25/07  | 48°<br>29/07 - 02/08  |
|--------------------------------------|---|--|---|---|
| I<br>u<br>n<br>d<br>i                | VERDURE MISTE COTTE/ CRUDE  | VERDURA CRUDA IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURA COTTA DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | FUSILLI/ SPAGHETTI CON SUGO DI VERDURE DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO | GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO   | FUSILLI POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO   | PENNETTE/ TAGLIATELLE CON LEGUMI PASSATI, POMODORO E PARMIGIANO                                     |
|                                      | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO       | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO   | POLLO ARROSTO, AL FORNO   | VERDURE MISTE COTTE   |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE IN INSALATA  | PISELLI IN PUREA   | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE  | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO  | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO   | FUSILLI CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO (IN BIANCO)                                     |
|                                      | PATATE ARROSTO, AL FORNO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI CON PANGRATTATO, AL FORNO   | STRACCHINO CON FORNARINA/PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)   | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI AL FORNO   |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO                           | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  |
|                                      | RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO                              | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO   | SEDANINI/ TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO   | GOBBETTI/ SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO                                      |
|                                      | FUSILLI DI POLLO ALLA CACCIATORA  | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO  | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO   | POLPETTINE DI PESCE o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO   |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURA CRUDA IN INSALATA   | VERDURE TRIFOLATE, AL FORNO   |
|                                      | FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO                                 | FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO  | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI BASILICO   | FARFALLE OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO   |
|                                      | CASATELLA CON FORNARINAPIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE)         | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO   | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE CON FRUTTA SECCA                       | VERDURE COTTE/ INSALATA MISTA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  |
|                                      | SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO                         | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  | GOBBETTI CON PISELLI PASSATI, POMODORO, PARMIGIANO  | SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE E FRUTTA SECCA  |
|                                      | SVIZZERA DI VITELLONE ALLA PIZZAIOLA                                    | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO o FILETTI DI PLATESSA AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO o BURGER DI VERDURA   | FILETTO DI PLATESSA A COTOLETTA o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**

FRUTTA e VERDURA DI STAGIONE devono essere diversificate; nella settimana un solo frutto e una sola verdura possono essere ripetute al massimo due volte

Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

Il PANE (piadina, forarina e pizza) dovrà essere prodotto con FARINE DI GRANO O DI CEREALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi).

I colori identificano il tipo di fonte proteica principale utilizzata nel pasto giallo=uovo azzurro=pesce verde=formaggio rosso=carne rossa arancione=carne bianca viola=legumi

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

**La frutta secca fino ai 4 anni deve essere finemente tritata**

|                                      | 49°<br>05/08 - 09/08   | 50°<br>12/08 - 16/08   | 51°<br>19/08 - 23/08  | 52°<br>26/08 - 30/08  |
|--------------------------------------|--|--|---|---|
| i<br>u<br>n<br>d<br>i                | VERDURE COTTE DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA   | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  | VERDURE COTTE DI STAGIONE   |
|                                      | SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO  | PENNETTE/SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO   | GOBBETTI AL PESTO DI BASILICO   | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO   |
|                                      | SVIZZERA DI VITELLONE ALLA PIZZAIOLA   | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO o SEPPIA LESSATA IN INSALATA | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO  | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO                       |
| m<br>a<br>r<br>t<br>e<br>d<br>i      | VERDURE MISTE COTTE/ CRUDE CON FRUTTA SECCA  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE   | VERDURE COTTE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  |
|                                      | PENNETTE/ SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO  | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE   | RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO / RISO IN PASSATO DI VERDURA             | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO                              |
|                                      | FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO | PATATE ARROSTO, AL FORNO   | BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO  | MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) AL POMODORO             |
| m<br>e<br>r<br>c<br>o<br>l<br>e<br>d | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO  | VERDURE COTTE DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  |
|                                      | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO   | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO   | GOBBETTI/TAGLIATELLE CON FAGIOLI PASSATI, POMODORO E PARMIGIANO   | SEDANINI AL PESTO DI BASILICO   |
|                                      | UOVO SODO CON SALSIA VERDE   | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO  | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO   | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO                           |
| g<br>i<br>o<br>v<br>e<br>d<br>i      | VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO  | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE IM ISALATA   | VERDURA COTTA/ CRUDA IN INSALATA  |
|                                      | RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO   | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO   | FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO   | PENNETTE/SPAGHETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO             |
|                                      | POLLO ARROSTO, AL FORNO  | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA   | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO  | PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO |
| v<br>e<br>n<br>e<br>r<br>d<br>i      | VERDURE COTTE/ CRUDE DI STAGIONE   | VERDURA COTTA/CRUDA IN INSALATA CON FRUTTA SECCA   | VERDURA COTTA/ CRUDA DI STAGIONE  | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO                                     |
|                                      | FARFALLE/ TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO                                 | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO   | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO   | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE  |
|                                      | VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO  | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO   | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO o PESCE AZZURRO FRESCO, SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO | PATATE AL VAPORE E PISELLI  |

**LA FRUTTA DEL PRANZO DOVRA' ESSERE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI META' MATTINA AI BAMBINI DI NIDO, INFANZIA E PRIMARIA A TEMPO PIENO**