

MENU INVERNALE (dal 1/11/2020 al 30/04/2021) bambini 3-6 anni

	I	II	III	IV
LUNEDI'	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta patate carote e piselli (o cous-cous di verdure) Merluzzo in crema di zucca Fagiolini all'olio e limone</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Frappè di yogurt e frutta</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Lasagnetta al pomodoro Polpettine di merluzzo Carotine in padella</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Frappè di yogurt e frutta</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta al forno con la zucca Platessa gratinata al forno Fagiolini all'olio e limone</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Frappè di yogurt e frutta</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pennette olio e parmigiano Nasello e piselli in umido</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Frappè di yogurt e frutta</p>
MARTEDI'	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Farro e lenticchie Caciottina fresca Bieta al pomodoro</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordilatte</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta al pomodoro e ricotta Polpettine di ceci e pane integrale al forno Insalatina croccante di finocchi</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordilatte</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Minestra ai 4 colori (riso, patate, carote, piselli) Spiedino di formaggi Broccoletti</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordilatte</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta e fagioli Crescenza Spinaci all'olio</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordilatte</p>
MERCOLEDI	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Risotto ai carciofi Frittatina al forno con prosciutto cotto Finocchi in pinzimonio</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di mandorle</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Gnocchetti sardi con crema di broccoli Uovo strapazzato Spinaci alla parmigiana</p> <p>Oppure Riso alla cantonese (verdure saltate, uovo strapazzato, prosciutto cotto)</p> <p>Involcini di frittata e spinaci Insalatina colorata</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di noci</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Tortellini in brodo Uovo in camicia Finocchi gratinati con olio e parmigiano</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di nocciole</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Farro saltato con prosciutto cotto e verdure di stagione Uovo sodo Insalatina colorata</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di mandorle</p>

GIOVEDI'	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta ai broccoli e pecorino Straccetti di petto di pollo Purè di patate</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Risotto alla zucca Sgaloppina di tacchino Purè di patate</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Pane e marmellata</p> <p>PRANZO: Orecchiette e broccoli siciliani Fettina di carne panata al forno Carote e piselli al vapore</p> <p>MERENDA II: Succo di frutta (100%) Yogurt con fiocchi di riso soffiato</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Tortino di riso e zucca Pollo al limone Verdure gratinate</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>
VENERDI'	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta di kamut con crema di cavolfiore Polpettine al limone Spinaci all'olio</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta e fagioli Crescenza Verdure gratinate</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordilatte</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pasta di kamut con crema di parmigiano Uovo strapazzato Insalatina colorata</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>	<p>MERENDA I: Latte p.s. con miele d'acacia Biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa Frutta</p> <p>PRANZO: Pizza pomodoro, mozzarella, prosciutto e verdure grigliate Oppure Pizza primavera (formaggio, cubetti di cotto e zucchine)</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>

N.B.:

- Tutti i giorni il menù prevede: *pane (tipo 1), 10-30 gr, olio, 7-17 gr, a seconda della composizione del menù; formaggio grattugiato, 5 gr.*

- Tutti i **cereali/pseudocereali** indicati possono essere sostituiti da altri equivalenti nella rotazione settimanale dei menù;
- Il tipo di **pesci** “magri” indicati può essere sostituito da altri equivalenti (merluzzo/sogliola/orata/spigola/trota/rombo, etc.);
- **Formaggi:** a seconda della disponibilità del giorno sono possibili sostituzioni tra: ricotta vaccina, fiocchi di formaggio magro, formaggino, formaggio cremoso spalmabile, mozzarella fiordilatte, crescenza, stracchino.
- Al **latte** vaccino parzialmente scremato potrebbero essere alternati, saltuariamente, dei “latte” vegetali (quali riso, mandorla, avena, mais, miglio).

MENU ESTIVO (dal 1/05/2021 al 30/10/2021) bambini 3-6 anni

	I	II	III	IV
LUNEDI'	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Insalata di riso con verdure tre colori Platessa in crosta di patate Dadolata di pomodori</p> <p>MERENDA II: Pane con olio e pomodorini Frappè di yogurt e frutta</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pasta di kamut al ragù di verdure Medaglioni di nasello all'acqua pazza verdure di stagione al gratin</p> <p>MERENDA II: Pane con olio e pomodorini Frappè di yogurt e frutta</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pasta e patate Platessa al limone Bieta all'olio</p> <p>MERENDA II: Pane con olio e pomodorini Frappè di yogurt e frutta</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pasta integrale con pesto (oppure olio e parmigiano) Merluzzetti al pomodoro Zucchine grigliate</p> <p>MERENDA II: Pane con olio e pomodorini Frappè di yogurt e frutta</p>
MARTEDI'	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pastina con crema di ceci al rosmarino Tortino di ricotta e spinaci</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di mandorle</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Cannolicchi e lenticchie Formaggio primo sale Rondelle di zucchine al tegame</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di noci</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Insalata mista di cereali e legumi Spiedino di formaggi e verdure di stagione</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di mandorle</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Cous-cous o riso saltato con verdure e fagioli Caprese di mozzarella e pomodori</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con marmellata Yogurt con granella di mandorle</p>
MERCOLEDI'	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pasta al pesto (oppure olio e parmigiano) Petto di pollo con crema di carote</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Riso 2 colori (bianco e venere) all'olio Rotolo di carne e spinaci Carotine baby</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pasta con sugo alla pizzaiola Petto di pollo al forno in crosta di patate Insalatina di misticanza</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Sformatino di riso al parmigiano Sgaloppina di coscio di tacchino al limone Carote e piselli al vapore</p> <p>MERENDA II: Pane integrale con crema di cacao e nocciole Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>

GIOVEDI'	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Farfalle integrali con dadini di prosciutto cotto e zucchine Uovo sodo e fagiolini all'olio</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pomodori ripieni con riso Omelette al prosciutto cotto Insalatina di misticianza</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pasta piselli e prosciutto Uovo in camicia Zucchine grigliate</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Riso al pomodoro fresco Rotelle di frittata, prosciutto cotto e spinaci Carote in padella</p> <p>MERENDA II: Bruschettina di pane integrale all'olio Yogurt con pezzetti di frutta fresca</p>
VENERDI'	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Riso al pomodoro Spiedino di formaggi Purè di piselli</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Pizza pomodoro, mozzarella, prosciutto e verdure grigliate Oppure Pizza primavera (formaggio, cubetti di cotto e zucchine)</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>	<p>Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Orzotto all'ortolana Polpettine al forno Dadolata di pomodori</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>	<p>MERENDA I : Latte/yogurt p.s. con miele d'acacia, biscotti o fette biscottate o dolce fatto in casa, frutta fresca</p> <p>PASTO II: Farro alle verdure Arrostitino di vitello Spinaci all'olio</p> <p>MERENDA II: Tagliata di frutta con gelato fiordiLatte/yogurt</p>