

ASILO NIDO “SAN GIOVANNI”
TABELLA DIETETICA Anno Scolastico 2023/2024

AUTUNNO – INVERNO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Riso alla parmigiana • Nasello in umido • Finocchio gratinato • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta pomodoro • Pollo al limone • Finocchi • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Zuppa di legumi con fagioli cannellini • Mozzarella • Spinaci • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta all'olio EVO e grana • Scaloppine alla pizzaiola • Insalata mista • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchetti sardi al pomodoro • Uova strapazzate • Carote al limone • Pane • Frutta di stagione
II SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto allo zafferano • Halibut gratinato • Fagiolini in insalata • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchetti sardi al ragù • Insalata • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • (Minestra) * • Polenta con spezzatino • Cavolo cappuccio • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pesto • Formaggi misti • Carote olio e limone • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con lenticchie • Frittata • Zucchine • Pane • Frutta di stagione
III SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Minestra di riso e piselli • Prosciutto • Purè • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pomodoro e ricotta • Polpette di pesce • Bietole • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizza margherita • Insalata • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta ai formaggi • Frittata ai porri • Carote • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta con zucchine • Arrosto di vitello • Insalata • Pane • Frutta di stagione
IV SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> • Ravioli in brodo (vegetale) • Frittata con carote e ricotta • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta alla pizzaiola • Prosciutto • Fagiolini • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al pesto • Polpette di carne • Finocchi • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta al ragù • Carote olio e limone • Pane • Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Riso con piselli • Tonno • Spinaci • Pane • Frutta di stagione

I compleanni si festeggiano con una torta al mese (l'ultimo mercoledì del mese)

A metà mattina ai bambini viene data della frutta

Merenda: ai bambini vengono dati in alternativa: frutta (2 volte alla settimana), pane e marmellata, the con biscotti, budino.

Verranno fornite almeno tre differenti tipologie di frutta di stagione tra: mele, pere, banane, arance, clementine.

Pane a ridotto contenuto di sale ($\leq 1,7\%$ rispetto alla farina). Si utilizza sale iodato.

Si informa che il tonno è sott'olio (ben gocciolato).

ASILO NIDO “SAN GIOVANNI”

TABELLA DIETETICA Anno Scolastico 2023/2024

PRIMAVERA - ESTATE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
I SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta fredda (tonno, pomodori, mozzarella, basilico) Insalata Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al pesto Tacchino arrosto Pomodori Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Minestra di verdura Torta salata Bietole Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Riso con piselli Pollo burro e salvia Carote al limone Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta alla pizzaiola Polpette di pesce Fagiolini in insalata Pane Frutta di stagione
II SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta pomodoro e ricotta Merluzzo in umido Carote olio e limone Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Passato di verdura con lenticchie Prosciutto Patate al forno Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto allo zafferano Caprese (mozzarella e pomodori) Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta all'olio EVO e grana Scaloppine alla pizzaiola Fagiolini Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al ragù Insalata Pane Frutta di stagione
III SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Riso olio e grana Prosciutto Insalata verde Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al pesto Scaloppine al limone Zucchine Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pizza margherita Insalata Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta crudaiaola Pollo arrosto Spinaci Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Crema di verdure con fagioli Nasello in umido Pomodori Pane Frutta di stagione
IV SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta all'olio EVO e grana Caprese (mozzarella e pomodori) Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Minestra con lenticchie Crocchette di pollo Carote olio e limone Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro e ricotta Merluzzo in umido Bietole Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al ragù Insalata mista Pane Frutta di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Riso con i piselli Frittata Fagiolini Pane Frutta di stagione

I compleanni si festeggiano con una torta al mese (l'ultimo mercoledì del mese)

A metà mattina ai bambini viene data della frutta

Merenda: ai bambini vengono dati in alternativa: frutta (2 volte alla settimana), yogurt, the con biscotti, gelato.

Verranno fornite almeno tre differenti tipologie di frutta di stagione tra: mele, banane, albicocche, pesche, melone.

Pane a ridotto contenuto di sale ($\leq 1,7\%$ rispetto alla farina). Si utilizza sale iodato.

Si informa che il tonno è sott'olio (ben gocciolato).