

# SCUOLA DELL’INFANZIA “SAN GIOVANNI” TABELLA DIETETICA Anno Scolastico 2025/2026

## AUTUNNO – INVERNO

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

I compleanni si festeggiano con una torta al mese (l’ultimo mercoledì o giovedì 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, pane e cioccolato.

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

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

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

# SCUOLA DELL’INFANZIA “SAN GIOVANNI” TABELLA DIETETICA Anno Scolastico 2025/2026

## PRIMAVERA - ESTATE

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

I compleanni si festeggiano con una torta al mese (l’ultimo mercoledì o giovedì 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, pane e cioccolato.

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).

\*In caso di maltempo e freddo al posto del riso freddo verranno somministrati riso in bianco e prosciutto