

Asili Nido - Comune di Verbania

Menù autunno – inverno per bambini dai 12 ai 36 mesi

A.S. 2022/2023

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana
Lunedì	Scaglie di parmigiano Verdura (\$) Pasta al pomodoro Merenda: Frutta fresca con pane	Frittata al formaggio (al forno) Patate all'olio Minestra di verdure con pasta Merenda: Succo (100% frutta) e crackers	Frittata con prezzemolo (al forno) Verdura (\$) Crema di carote/porri e patate con pasta Merenda: Focaccia prepar. in sede/ Pane e olio	Frittata semplice (al forno) Verdura (\$) Pasta al pomodoro/olio e parmigiano Merenda: Pane con ricotta e (spolverata di zucchero o cacao)
Martedì	Sogliola impanata (al forno) Verdura (\$) Gnocchi di zucca/di patate olio e parmigiano Merenda: Focaccia prepar. in sede/ Pane e olio	Nasello limone e prezzemolo Verdura (\$) Risotto alla parmigiana Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)	Lenticchie / Fagioli in umido Verdura (\$) Gnocchi di semolino Merenda: Torta preparata in sede	Polpette di merluzzo (al forno) (al forno) Purè di patate fresche Minestra di verdura con pasta Merenda: Pane e miele
Mercoledì	Petto di pollo Patate al forno Minestra di verdura con orzo Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)	Tacchino al forno Verdura (\$) Passato di verdura con crostini Merenda: Frutta fresca con pane / Frullato di frutta fresca	Involentino di prosciutto cotto/lonza con formaggio (*) + Verdura (\$) Pasta con crema di broccoli/verdura Merenda: Pane e marmellata	Scaloppine di tacchino Verdura (\$) Riso e zucca Merenda: Torta preparata in sede
Giovedì	Polpette di legumi (al forno) Verdura (\$) Risotto ai formaggi Merenda: Torta preparata in sede	Polpette di ricotta e spinaci al forno o al pomodoro/Ricotta al forno Verdura (\$) Risotto al pomodoro Merenda: Pane e cioccolato	Platessa impanata Verdura (\$) Risotto allo zafferano Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)	Passato di legumi Pizza pomodoro e mozzarella/ Focaccia ripiena con mozzarella / crescenza / formaggio (*) Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)
Venerdì	Lonza al forno Verdura (\$) Minestra di patate con pasta Merenda: Budino	Carote con legumi Lasagne con ragù di bov. adulto e besciamella (<i>piatto unico</i>) Merenda: Torta preparata in sede	Petto di pollo Patate al forno Minestra di verdura con cereali misti Merenda: Mele cotte con crackers / Frutta fresca con crackers	Bovino adulto in umido Verdure (\$) Polenta Merenda: Frutta fresca con pane / Frullato di frutta fresca

Il pranzo viene completato con **PANE** comune + ¼ di pane integrale. La frutta viene servita lontano dai pasti alle ore 9.30

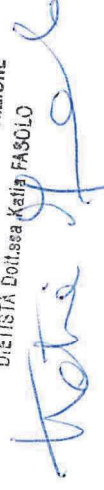
Si raccomanda di:

- ✓ limitare il più possibile l'uso di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ utilizzare esclusivamente sale iodato

14 GIU. 2022

ASL VCO

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FASOLO



Asili Nido - Comune di Verbania

Menù primavera - estate per bambini dai 12 ai 36 mesi

A.S. 2022/2023

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana
Lunedì	Frittata semplice (al forno) Carote e piselli all'olio Pasta al pomodoro Merenda: Frullato di frutta fresca/ Frutta fresca con pane	Frittata al prezzemolo (al forno) Verdura (\$) Risotto alle zucchine Merenda: Focaccia preparata in sede/Pane e pomodoro	Frittata al formaggio (al forno) Verdura (\$) Risotto con piselli Merenda: Frullato di frutta fresca/ Frutta fresca con pane	Polpette di merluzzo (al forno) Verdura (\$) Pasta al pomodoro Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)
Martedì	Sogliola impanata (al forno) Verdura (\$) Risotto allo zafferano Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)	Nasello/Pesce (^) olio limone e prezzemolo + Verdura (\$) Minestra di verdura con orzo Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)	Platessa impanata (al forno) Verdura (\$) Pasta al pesto Merenda: Yogurt intero alla frutta (^)	Lenticchie / Fagioli al pomodoro Verdura (\$) Crespelle spinaci e ricotta Merenda: Pane e pomodoro/ Pane e olio
Mercoledì	Tacchino al forno Verdura (\$) Pasta al pesto Merenda: Pane e marmellata	Petto di pollo + Verdura (\$) Pasta con pomodorini freschi e basilico Merenda: Frullato di frutta fresca/ Frutta fresca con pane	Polpette di bovino adulto Verdura (\$) Crema di carote e patate / Minestra di patate e fagiolini con riso Merenda: Frutta fresca (anguria o melone) con pane/crackers	Lonza Verdura (\$) Risotto alla parmigiana Merenda: Frullato di frutta fresca/ Frutta fresca con pane
Giovedì	Pomodori al forno ripieni di ricotta/Ricotta al forno/Formaggio (*) Verdura (\$) Minestra di riso patate e prezzemolo Merenda: Torta preparata in sede	Polpette di legumi (al forno) + Verdura Risotto al pomodoro oppure Verdura e legumi Insalata di riso (£) Merenda: Pane e miele	Melanzane alla parmigiana Verdura (\$) Pasta olio e parmigiano Merenda: Pane e marmellata	Crema di zucchine Pizza pomodoro mozzarella/ Focaccia ripiena con mozzarella o crescenza e pomodorini freschi Merenda: Gelato panna e cioccolato/ Gelato limone e fragola/Budino
Venerdì	Polpettone di bovino adulto Verdure (\$) Pasta alle verdure estive Merenda: Frutta fresca (anguria o melone) con pane/crackers	Involentino di prosciutto cotto/lonza con formaggio (*) e verdura Patate al forno/all'olio Passato di verdure con pasta Merenda: Gelato limone e fragola	Tacchino Patate al forno Minestra di verdura con farro/cereali Merenda: Torta preparata in sede	Petto di pollo Verdura (\$) Orzo con verdure Merenda: Succo (100% frutta) e crackers

Il pranzo viene completato con **PANE** comune + 1/4 di pane integrale. La frutta viene servita lontano dai pasti alle ore 9.30

Si raccomanda di:

- ✓ limitare il più possibile l'uso di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ utilizzare esclusivamente sale iodato

(£) Insalata di riso: verdura (pomodorini, carote, zucchine, ecc.), mozzarella / formaggio (*), olive

ASL VCO
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SERVIZIO IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE
DIETISTA Dott.ssa Katia FAGOLO

14 GIU. 2022

