



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO METÀ MATTINA	LA FRUTTA FRESCA VIENE DISTRIBUITA COME SPUNTINO DI METÀ MATTINA				
I SETTIMANA	Pasta olio e salvia Mozzarella Zucca al rosmarino al forno Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con orzo Polpettine di pesce * (merluzzo) Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Polenta Brasato di manzo con carote Pane integrale Frutta fresca	Risotto al pomodoro Frittata al forno Zucchine all'olio EVO * Pane integrale Frutta fresca	Pasta olio e grana Hamburger di patate, lenticchie ** e formaggio Bieta all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pesto di broccoli * Frittata al forno Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Primosale Broccoli all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Cotoletta di pollo al forno Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Riso olio e grana Merluzzo al pomodoro e origano * Fagiolini al vapore con olio EVO * Pane integrale Frutta fresca	Buffet di verdura e legumi (Carote e Lenticchie ** agli aromi) Pizza margherita Pane comune ½ pz Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta in salsa aurora Provolone Zucca al forno Pane comune Frutta fresca	PIATTO UNICO Pasta con crema di ceci ** Carote e piselli * all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Uova strapazzate Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana ** con farro e verdure Bocconcini di tacchino dorato Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo panato * Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane integrale Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale al pesto Quartirolo Broccoli all'olio EVO * Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Frittata al forno Patate sabbiose Pane comune Frutta fresca	PIATTO UNICO Pasta al ragù di carne bovina Cavolfiori al vapore * Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Merluzzo agli aromi* Finocchi al forno Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro Cotoletta Veg ** Carote all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al ragù di verdure Formaggio spalmabile Bieta costa ripassata * Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Uova strapazzate Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Buffet di verdura e legumi (Carote all'olio EVO + ceci ** al rosmarino) Pizza margherita Pane integrale ½ porzione Frutta fresca	Crema di carote con crostini Cotoletta di pollo al forno Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Risotto al pomodoro Polpettine di pesce * Broccoli all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta al pomodoro Merluzzo panato Bieta all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto agli spinaci * Crescenza Carote all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta olio e grana Frittata al forno Fagiolini al vapore con olio EVO* Pane comune Frutta fresca	Vellutata di zucca con farro Scaloppina di tacchino all'arancia Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pesto Polpettine di ceci ** Finocchi al forno Pane integrale Frutta fresca
MERENDA POMERIGGIO	PANE E OLIO	LATTE E BISCOTTI	CRACKER + SUCCO/ MACEDONIA	LATTE E BISCOTTI	YOGURT

Ripartizione proteica dei secondi piatti

Piatto a base di formaggio

Piatto a base di uova

Piatto a base di carne

Piatto a base di pesce

Piatto a base di legumi

Le grammature sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età. Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale (1,7 % di sale sul totale della farina) e viene servito dopo il 1^o piatto. Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno n.3 tipologie di frutta nella settimana. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio EVO. In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato. Gli ingredienti indicati con asterisco potrebbero essere surgelati all'origine. Gli ingredienti indicati con due asterischi indicano i legumi secchi.

Si informa che nelle preparazioni possono essere contenuti, come ingrediente o in tracce, uno o più allergeni: 1.cereali contenenti glutine, 2.crostacei, 3.uova, 4.pesce, 5.arachidi, 6.soia, 7.latte incluso lattosio, 8.frutta a guscio, 9.sedano, 10.senape, 11.semi di sesamo, 12.anidride solforosa e solfiti, 13.lupini, 14.molluschi.



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
I SETTIMANA	Pasta olio e salvia Mozzarella Zucca al rosmarino al forno Pane comune Frutta fresca	Passato di verdura con orzo Polpettine di pesce (4) Legumi Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Polenta Brasato di manzo con carote (3) Filetto di pesce Pane comune Frutta fresca	Risotto al pomodoro Frittata al forno Zucchine all'olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Pasta olio e grana Hamburger di patate, lenticchie e formaggio Bieta all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
II SETTIMANA	Pasta al pesto di broccoli Frittata al forno Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro Primosale Broccoli all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Cotoletta di pollo al forno (1) Filetto di pesce Patate al forno Pane comune Frutta fresca	Riso olio e grana Merluzzo al pomodoro e origano (4) Legumi Fagiolini al vapore con olio EVO Pane integrale Frutta fresca	Buffet di verdura e legumi (Carote e Lenticchie agli aromi) Pizza margherita Pane comune ½ pz Frutta fresca
III SETTIMANA	Pasta in salsa aurora Provolone Zucca al forno Pane comune Frutta fresca	PIATTO UNICO Pasta con crema di ceci Carote e piselli * all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta al pomodoro Uova strapazzate Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Zuppa toscana con farro e verdure Bocconcini di Tacchino dorato (1) Legumi Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Risotto alla milanese Merluzzo panato (4) Formaggio fresco Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca
IV SETTIMANA	Pasta integrale al pesto Quartirolo Broccoli all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pastina in brodo di verdure Frittata al forno Patate sabbiose Pane comune Frutta fresca	PIATTO UNICO Pasta al ragù di carne bovina (3) Pasta al pomodoro + Formaggio fresco Cavolfiori al vapore Pane comune Frutta fresca	Risotto alla zucca Merluzzo agli aromi (4) Legumi Finocchi al forno Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pomodoro Cotoletta Veg Carote all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
V SETTIMANA	Pasta al ragù di verdure Formaggio spalmabile Bieta costa ripassata Pane comune Frutta fresca	Pasta al pesto Uova strapazzate Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca	Buffet di verdura e legumi (Carote all'olio EVO + ceci al rosmarino) Pizza margherita Pane comune ½ porzione Frutta fresca	Crema di carote co crostini Cotoletta di pollo al forno (1) Filetto di pesce Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Risotto al pomodoro Polpettine di pesce (4) Legumi Broccoli all'olio EVO Pane comune Frutta fresca
VI SETTIMANA	Pasta al pomodoro Merluzzo panato (4) Legumi Bieta all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Risotto agli spinaci Crescenza Carote all'olio EVO Pane comune Frutta fresca	Pasta olio e grana Frittata al forno Fagiolini al vapore con olio EVO Pane comune Frutta fresca	Vellutata di zucca con farro Scaloppina di tacchino all'arancia (1) Formaggio fresco Patate al forno Pane integrale Frutta fresca	Pasta al pesto Polpettine di ceci Finocchi al forno Pane comune Frutta fresca

SOSTITUZIONI PER MENU' ETICO RELIGIOSO

SOSTITUZIONI DELLA **CARNE AVICOLA** INDICATE CON IL NUMERO (1)
SOSTITUZIONI DELLA **CARNE SUINA** INDICATE CON IL NUMERO (2)
SOSTITUZIONI DELLA **CARNE BOVINA** INDICATE CON IL NUMERO (3)
SOSTITUZIONI DEI **PRODOTTI ITTICI** INDICATE CON IL NUMERO (4)



MENU' B

MENU 6 MESI – PRIMA PAPPA

QUESTO MENU' PREVEDE L'INTRODUZIONE DELLA PRIMA PAPPA, OSSIA IL PASSAGGIO DAL LATTE AD ALIMENTI COMPLEMENTARI
LINEE GUIDA "PAPPA AL NIDO" - SISTEMA SOCIO SANITARIO REGIONE LOMBARDIA

LA BASE PER LA PRIMA PAPPA È IL BRODO VEGETALE CHE PUÒ ESSERE PREPARATO UTILIZZANDO VERDURE FRESCHE: **PATATE, CAROTE E ZUCCHINE.**
NON AGGIUNGERE NÉ SALE NÉ DADO.

I PIATTI VENGONO CONDITI ESCLUSIVAMENTE CON OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

LO SCHEMA È INDICATIVO, QUALORA L'UTENTE NON ABBAIA ANCORA INTRODOTTI UNO O PIÙ ALIMENTI CONSIDERATI **ALLERGENI** (14 ALLERGENI) È NECESSARIO
PRESENTARE LA DOCUMENTAZIONE PER RICHIESTA DI DIETA SPECIALE.

SCHEMA SETTIMANALE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO MATTINA	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g
PRANZO	CREMA DI RISO 20 g ***PESCE 20 g VERDURE 30 g OLIO EVO 5 g	CREMA DI MAIS E TAPIOCA 20 g *PARMIGIANO REGGIANO/GRANA PADANO 10 g VERDURE 30 g OLIO EVO	SEMOLINO 20 g **CARNE 15 g VERDURE 30 g OLIO EVO	CREMA MULTICEREALI 20 g LENTICCHIE DECORTICATE SECCHE 10 g VERDURE 30 g OLIO EVO	CREMA DI MAIS E TAPIOCA 20 g ***PESCE 20 g VERDURE 30 g OLIO EVO
MERENDA	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g

FRUTTA: La frutta deve essere ben matura (banana schiacciata, pera o mela grattugiata) 80g. L'omogeneizzato quando necessario sarà a rotazione mela, banana, pera

*FORMAGGIO in alternativa a parmigiano reggiano / grana padano si può somministrare ricotta 30 g

**CARNE (*pollo, tacchino, macinata di manzo*) in caso si utilizzi L'omogeneizzato il quantitativo è pari a 40 g, se liofilizzato è pari a 5 g

***PESCE (*merluzzo, platessa*) in caso si utilizzi L'omogeneizzato il quantitativo è pari a 40 g, se liofilizzato è pari a 5 g



MENU' C

MENU FINO A 12 MESI

LINEE GUIDA "PAPPA AL NIDO" - SISTEMA SOCIO SANITARIO REGIONE LOMBARDIA

DOPO LA PRIMA PAPPA SI COMINCIANO A SOMMINISTRARE ALIMENTI A PEZZETTI (FORMATO PASTA PICCOLO O SMINUZZATO) E NON SOLO CREME, AFFIANCANDO ALLA CARNE E AL PESCE (TAGLIATI A PEZZETTI) LE VERDURE TAGLIATE A PEZZETTI.

I PIATTI VENGONO CONDITI ESCLUSIVAMENTE CON OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

LO SCHEMA È INDICATIVO, QUALORA L'UTENTE NON ABBA ANCORA INTRODOTTI UNO O PIÙ ALIMENTI CONSIDERATI **ALLERGENI** (14 ALLERGENI) È NECESSARIO PRESENTARE LA DOCUMENTAZIONE PER RICHIESTA DI DIETA SPECIALE.

SCHEMA SETTIMANALE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO MATTINA	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g	FRUTTA FRESCA (80 g) / ½ OMOGENEIZZATO DI FRUTTA 40 g
PRANZO	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (PASTA DI SEMOLA) 25 g ***LEGUMI SECCHI 15 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (ORZO) 25 g *FORMAGGIO FRESCO 20 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (PASTA DI SEMOLA) 25 g **CARNE 30 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g	PIATTO ASCIUTTO CON CEREALI (RISO) 25 g ***LEGUMI SECCHI 15 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g	PIATTO IN BRODO CON CEREALI (PASTINA) 25 g ****PESCE 30 g VERDURE**** 30 g OLIO EVO 10 g
MERENDA	FRUTTA FRESCA (80 g)	MOUSSE DI FRUTTA (40 g)	YOGURT BIANCO (1 VASETTO)	FRUTTA FRESCA (80 g)	YOGURT BIANCO (1 VASETTO)

LE GRAMMATURE SONO DA INTENDERSI AL CRUDO E AL NETTO DEGLI SCARTI.

FRUTTA: La frutta deve essere ben matura (banana schiacciata, pera o mela grattugiata) 80g L'omogeneizzato sarà a rotazione mela, banana, pera

*FORMAGGIO FRESCO = RICOTTA (20 g) SOSTITUIBILE CON PARMIGIANO REGGIANO O GRANA PADANO (10 g)

**CARNE – PRODOTTO FRESCO (pollo, tacchino, macinata di manzo)

***LEGUMI SECCHI (15 g) (fagioli borlotti, fagioli cannellini, lenticchie, piselli, ceci) SONO SOSTITUIBILI CON 40 g DI LEGUMI FRESCHI O SURGELATI

****PESCE – PRODOTTO GELO (merluzzo, platessa)

***** VERDURE – a rotazione le verdure saranno PATATE, CAROTE, ZUCCHINE

CONDIMENTI: SI RACCOMANDA DI UTILIZZARE ESCLUSIVAMENTE OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA, SIA PER L'AGGIUNTA A CRUDO CHE PER LA COTTURA. NON VA UTILIZZATO NÉ DADO NÉ SALE NELLA PRIMA INFANZIA.

PREPARAZIONE E COTTURA: NON È CONSENTITA LA FRITTURA E LE EVENTUALI DORATURE DOVRANNO ESSERE FATTE AL FORNO. PER LE VERDURE, SE CONSUMATE COTTE, È PREFERIBILE LA COTTURA A VAPORE CHE PRESERVA IL LORO VALORE NUTRIZIONALE. NEL CASO DI COTTURA IN ACQUA DOVRANNO ESSERE CONTROLLATI SIA IL TEMPO DI COTTURA, IL PIÙ BREVE TEMPO POSSIBILE, SIA IL QUANTITATIVO DI ACQUA CHE DEVE ESSERE LIMITATO. PER PASTINA O ALTRE PREPARAZIONI UTILIZZARE ESCLUSIVAMENTE BRODI PREPARATI CON VERDURE FRESCHE O SURGELATE