



## Menù Estivo

Nido Il Gabbiano



|   | Lunedì   | Martedì   | Mercoledì   | Giovedì  | Venerdì  |
|---|--|---|---|--|--|
| 1 | Pasta integrale al ragù di verdure<br>Frittata<br>Fagiolini* al vapore               | Pastina in brodo<br>Pizza margherita<br>Spinaci* gratinati                              | Risotto alle zucchine<br>Sformato di legumi<br>Carote al vapore                                 | Pasta all'olio<br>Cotoletta di pollo<br>Zucchine* al vapore              | Pasta al pomodoro<br>Filetto di merluzzo*<br>gratinato<br>Finocchi* al vapore        |
| 2 | Riso al pomodoro<br>Piselli* in umido<br>Fagiolini* al vapore                        | Pasta all'olio<br>Polpette di pollo e<br>tacchino* al forno<br>Biete erbette* al vapore | Pasta alle verdure<br>Primo sale<br>Patate* al forno  | Pasta integrale al pesto<br>Tortino di melanzane<br>Zucchine* agli aromi | Pasta al pomodoro<br>Filetto di platessa* alla<br>mugnaia<br>Pomodori in insalata    |
| 3 | Pasta integrale al<br>pomodoro<br>Frittata alle zucchine<br>Biete erbette* al vapore | Riso all'olio<br>Petto di pollo agli aromi<br>Fagiolini* al vapore                      | Farro con zucchine e<br>carote<br>Lenticchie in umido<br>Finocchi* al vapore                    | Pastina in brodo<br>Pizza margherita<br>Carote al vapore                 | Risotto al grana padano<br>Filetto di merluzzo*<br>gratinato<br>Pomodori in insalata |
| 4 | Pasta al pesto<br>Frittata<br>Fagiolini* al vapore                                   | Pasta all'olio<br>Bocconcini di tacchino<br>agli aromi<br>Patate* al vapore             | Pasta integrale al<br>pomodoro<br>Filetto di platessa*<br>gratinato<br>Biete erbette* al vapore | Risotto allo zafferano<br>Sformato di legumi<br>Finocchi* gratinati      | Pasta all'olio<br>Mozzarella<br>Carote al vapore                                     |

Tutti i pasti vengono completati con pane comune e/o integrale non addizionato di grassi ed a ridotto contenuto di sale e frutta fresca o mousse di frutta. Verranno proposti almeno tre tipi diversi di frutta nell'arco della settimana a scelta tra: banana, mela, pera, arancia, pesca, albicocca, susina, prugna e kiwi (compatibilmente con la disponibilità di mercato).

Le preparazioni gastronomiche potrebbero contenere tracce di: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesci, arachidi, soia, latte e lattosio, frutta con guscio, semi di sesamo, sedano, senape, solfiti e anidride solforosa, lupini, molluschi e prodotti a base di tutti i precedenti (In presenza di certificati medici comprovanti intolleranze/allergie vengono formulate apposite diete).

\* Materia prima di base congelata e/o surgelata.

Aggiornato in data 03/06/2025 - Validato da: Servizio Dietistico di Area