

Il menù settimanale prevede:		1° settimana		2° settimana		3° settimana		4° settimana	
		DA	A	DA	A	DA	A	DA	A
		01/09 27/10	05/09 31/10	08/09 12/09		15/09 19/09		22/09 26/09	
✓ L'acqua sempre disponibile ✓ Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale servito al momento della somministrazione del secondo piatto ✓ Verdure crude secondo stagionalità GRATTUGGiate/SMINUZZATE/FRULLATE ✓ Verdure cotte secondo stagionalità servite come contorno SMINUZZATE/FRULLATE ✓ Frutta fresca specifica per stagione optando per almeno 3/4 tipologie diverse la settimana (pesca, albicocca, anguria, melone, susine, mela, pera, prugne) a rotazione grattugiata/sminuzzata/frullata (somministrata come spuntino di metà mattina) ✓ Primo piatto scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pastina, riso...) ✓ Secondo piatto scelto tra differenti matrici proteiche SMINUZZATO/FRULLATO ✓ Pesce almeno 1 volta a settimana SMINUZZATO/FRULLATO ✓ NON AGGIUNGERE SALE ALLE PIETANZE Utilizzo della colorazione menù in base ai secondi piatti o piatti unici - Carne bianca - Carne rossa (bovina/suina) - Pesce - Formaggio - Uova - Legumi Contrassegnare con questo simbolo  le preparazioni che utilizzano prodotti gelo PER IL NIDO ADEGUARE LA CONSISTENZA DEGLI ALIMENTI IN BASE ALLA CAPACITA' MASTICATORIA DEI BAMBINI/E	Lun	RISO CON ZUCCHINE FRITTATA AL GRANA AL FORNO SMINUZZATA/FRULLATA FINOCCHI ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON CREMA DI VERDURE ESTIVE RICOTTA CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON CREMA DI VERDURE ESTIVE STRACCHINO CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		RISO CON OLIO E PARMIGIANO PETTO DI POLLO ALLA SALVIA SMINUZZATO/FRULLATO CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	
	Mar	SABBIOLINA CON OLIO E BASILICO FILETTO DI MERLUZZO * AL FORNO SMINUZZATO/FRULLATO BIETA ALL'OLIO * SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA AL SUGO DI POMODORO LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON OLIO E BASILICO PETTO DI POLLO AL LIMONE SMINUZZATO/FRULLATO BIETA * ALL'OLIO SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON CREMA DI ZUCCHINE FILETTO DI PLATESSA * GRATINATO AL FORNO SMINUZZATO/FRULLATO FINOCCHI ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	
	Mer	SABBIOLINA AL POMODORO CARNE DI MANZO SMINUZZATA/FRULLATA ZUCCHINE CROCCANTI ALLE ERBE AROMATICHE SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON CREMA DI VERDURE ESTIVE TACCHINO AGLI AROMI SMINUZZATO/FRULLATO BIETA * ALL'OLIO SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA AL POMODORO E BASILICO FILETTO DI MERLUZZO * AL FORNO SMINUZZATO/FRULLATO FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI E FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON CREMA DI VERDURE ESTIVE RICOTTA FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	
	Gio	SABBIOLINA CON OLIO E PARMIGIANO LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA CON OLIO E PARMIGIANO FRITTATA CON ZUCCHINE SMINUZZATA/FRULLATA CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		RISO CON CREMA DI VERDURE ESTIVE PETTO DI POLLO ALLA SALVIA SMINUZZATO/FRULLATO MIX DI VERDURE AL FORNO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA AL POMODORO LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI ZUCCHINE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	
	Ven	CREMA DI VERDURE ESTIVE CON ORZO PETTO DI POLLO SMINUZZATO/FRULLATO FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		RISO AL PROFUMO DI ROSMARINO FILETTO DI PLATESSA * GRATINATO AL FORNO SMINUZZATO/FRULLATO ZUCCHINE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		SABBIOLINA ALL'OLIO EVO E GRANA LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI FINOCCHI ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA		CREMA DI VERDURE ESTIVE CON FARRO TACCHINO AGLI AROMI SMINUZZATO/FRULLATO BIETA * ALL'OLIO SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	

N.B. Per i bambini con età dai 12 mesi ai 36 mesi somministrare Pastina di semola 25 gr (Sabbiolina per i semidivezzi), Pasta corta 25 gr (Mezze penne per i divezzi), Riso 25 gr, Miglio 25 gr, Couscous 25 gr, Polenta di mais 25 gr, Orzo 25 gr
- in caso si utilizzi l'omogeneizzato di carne il quantitativo è pari a 40 gr, se liofilizzato è pari a 5 gr

Il menù settimanale prevede:

- ✓ L'acqua sempre disponibile
- ✓ **Pane di semola di grano duro a basso contenuto di sale** servito al momento della somministrazione del secondo piatto
- ✓ **Verdure crude** secondo stagionalità **GRATTUGGiate/SMINUZZATE/FRULLATE**
- ✓ **Verdure cotte** secondo stagionalità servite come contorno **SMINUZZATE/FRULLATE**
- ✓ **Frutta fresca** specifica per stagione optando per almeno **3/4 tipologie diverse la settimana** (pesca, albicocca, anguria, melone, susine, mela, pera, prugne) a rotazione **grattuggiata/sminuzzata/frullata (somministrata come spuntino di metà mattina)**
- ✓ **Primo piatto** scelto tra le proposte di preparazioni in brodo o asciutte (**alternando vari tipi di cereali: farro, orzo, miglio, pastina, riso...**)
- ✓ **Secondo piatto** scelto tra differenti matrici proteiche **SMINUZZATO/FRULLATO**
- ✓ **Pesce almeno 1 volta a settimana SMINUZZATO/FRULLATO**
- ✓ **NON AGGIUNGERE SALE ALLE PIETANZE**

Utilizzo della colorazione menù in base ai secondi piatti o piatti unici

- Carne bianca
- Carne rossa (bovina/suina)
- Pesce
- Formaggio
- Uova
- Legumi

Contrassegnare con questo simbolo  le preparazioni che utilizzano prodotti gelo

PER IL NIDO ADEGUARE LA CONSISTENZA DEGLI ALIMENTI IN BASE ALLA CAPACITA' MASTICATORIA DEI BAMBINI/E

		5° settimana DA 29/09 A 03/10	6° settimana DA 06/10 A 10/10	7° settimana DA 13/10 A 17/10	8° settimana DA 20/10 A 24/10
Lun		SABBIOLINA AL POMODORO RICOTTA FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	CREMA DI VERDURE ESTIVE CON FARRO TACCHINO AL LIMONE SMINUZZATO/FRULLATO FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA AL RAGU' DI VERDURE FRITTATA AL GRANA AL FORNO SMINUZZATE/FRULLATE CAROTE ALL' OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA CON CREMA DI ZUCCHINE PETTO DI POLLO ALLA SALVIA SMINUZZATO/FRULLATO FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA
Mar		RISO CON OLIO E PARMIGIANO LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI FINOCCHI ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA CON OLIO E BASILICO STRACCHINO CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	RISO CON ZUCCHINE FILETTO DI PLATESSA SMINUZZATA/FRULLATA BIETA ALL'OLIO * SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA AL POMODORO E BASILICO LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA
Mer		CREMA DI VERDURE ESTIVE CON ORZO PETTO DI POLLO ALLA SALVIA SMINUZZATO/FRULLATO ZUCCHINE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA CON SUGO DI POMODORO E BASILICO FILETTO DI MERLUZZO * SMINUZZATO/FRULLATO BIETA ALL'OLIO * SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA AL POMODORO CARNE BOVINA SMINUZZATA/FRULLATA FINOCCHI ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA ALL'OLIO EVO E GRANA RICOTTA ZUCCHINE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA
Gio		SABBIOLINA CON SUGO AL POMODORO FILETTO DI PLATESSA * AL FORNO SMINUZZATA/FRULLATA BIETA ALL'OLIO * SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA CON CREMA DI VERDURE ESTIVE PETTO DI POLLO AGLI AROMI SMINUZZATO/FRULLATO MIX DI VERDURE ESTIVE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA ALL'OLIO EVO E GRANA LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI FAGIOLINI * ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	RISO CON OLIO E PARMIGIANO FILETTO DI PLATESSA * AL FORNO SMINUZZATA/FRULLATA FINOCCHI ALL'OLIO SMINUZZATI/FRULLATI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA
Ven		SABBIOLINA CON OLIO E BASILICO FRITTATA DI ZUCCHINE SMINUZZATA/FRULLATA CAROTE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	RISO ALL'OLIO EVO E GRANA LEGUMI DECORTICATI SMINUZZATI/FRULLATI ZUCCHINE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	SABBIOLINA AL POMODORO FILETTO DI MERLUZZO * SMINUZZATO/FRULLATO ZUCCHINE ALL'OLIO SMINUZZATE/FRULLATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA	CREMA DI VERDURE ESTIVE CON ORZO CARNE BOVINA SMINUZZATA/FRULLATA BIETA ALL'OLIO * SMINUZZATA/FRULLATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE GRATTUGGUATA/SMINUZZATA

**N.B. Per i bambini con età dai 12 mesi ai 36 mesi somministrare Pastina di semola 25 gr (Sabbolina per i semidivezzi), Pasta corta 25 gr (Mezze penne per i divezzi), Riso 25 gr, Miglio 25 gr, Couscous 25 gr, Polenta di mais 25 gr, Orzo 25 gr
 - in caso si utilizzi l'omogeneizzato di carne il quantitativo è pari a 40 gr, se liofilizzato è pari a 5 gr**

Alternare le varie tipologie di cereali (frumento, riso, farro, avena, mais, orzo, miglio...)

Alternare le varie tipologie di legumi (lenticchie, piselli, fagioli, ceci...), utilizzare legumi decorticati o passati, in purea secchi, freschi o surgelati

Alternare le varie tipologie di formaggi: formaggi a pasta molle (stracchino, robiolino, crescenza)

Alternare le varie tipologie di carne e pesce

In caso si utilizzi l'omogeneizzato di carne il quantitativo è pari a 40 gr, se liofilizzato è pari a 5 gr

Si raccomanda di **non aggiungere sale** al cibo per bambini fino al compimento dei 2 anni di età

Si raccomanda pertanto di **evitare anche i cibi naturalmente salati** come salumi, carni conservate, preparati per brodi (dadi e granulato), salse, salamoie, sottaceti, cibi pronti, chips e snacks salati.

Se si utilizza formaggio grana (Parmigiano Reggiano o Grana Padano o Trentin Grana) non superare il quantitativo di g.5 (pari ad 1 cucchiaino) al giorno poiché si tratta di un alimento ricco in proteine, grassi, glutammato e sale, presente naturalmente nell'alimento.

N.B. Nel caso la famiglia utilizzi abitualmente il formaggio grana per le proprie preparazioni ed il bambino consumi lo stesso cibo dei genitori, sarebbe comunque consigliabile aggiungere il formaggio per il piccolo al momento del consumo del piatto, verificando che la quantità totale non superi quella consigliata del cucchiaino/die. *Si ricorda inoltre che il Grana Padano contiene lisozima derivato da uovo e pertanto non dovrà essere utilizzato per bambini con allergia o intolleranza all'uovo

Si invita a personalizzare l'offerta seguendo le eventuali indicazioni del pediatra e concordando con la famiglia l'introduzione graduale di nuovi alimenti