

## Menù Invernale

Nido Il Gabbiano



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Ravioli ricotta e spinaci* all'olio Frittata alle zucchine Biete erbette* al vapore	Passato di verdura* Pizza margherita Fagiolini* al vapore	Riso al pomodoro Sformato di legumi Carote al vapore	Crema di carote* con orzo Cotoletta di pollo Broccoli* al vapore	Pasta integrale al pesto Filetto di merluzzo* gratinato Purè di patate
2	Pasta al ragù di verdure Frittata Fagiolini* al vapore	Riso all'olio Tortino di patate e formaggio Spinaci* gratinati	Farro con zucchine e carote Petto di pollo agli aromi Broccoli* al vapore	Pasta integrale al pomodoro Ceci agli aromi Carote al vapore	Crema di verdure* con riso Platessa* alla mugnaia Zucchine* agli aromi
3	Pasta integrale al pesto Lenticchie in umido Biete erbette* al vapore	Spezzatino di tacchino in umido con polenta Fagiolini* al vapore	Crema di zucca* con crostini Frittata Patate* al forno	Passato di verdura* Pizza margherita Carote* al vapore	Risotto al grana padano Filetto di merluzzo* gratinato Cavolfiore* al vapore
4	Pasta integrale al ragù di bovino Asiago ½ porz. Purè di patate	Crema di verdure* con farro Frittata Finocchi* gratinati	Risotto alla zucca Piselli* in umido Carote* al vapore	Pasta al pesto Bis di formaggi (Asiago e grana) Fagiolini* al vapore	Pasta al pomodoro Platessa* gratinata Broccoli* 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, mandarini e miyakawa (compatibilmente con la disponibilità di mercato). Per tutte le preparazioni viene utilizzato esclusivamente sale iodato e, ove necessario, verrà utilizzato olio extra vergine d'oliva sia e crudo che in cottura

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 29/10/2025 - Validato da: Servizio Dietistico di Area