

ASILO NIDO (03-12 MESI) - MENU' INVERNALE

ANNO EDUCATIVO 2022/2023

SETTIMANA	GIORNO	PRIMI PIATTI	SECONDI PIATTI	CONTORNO
PRIMA	LUNEDI'	Pasta al pomodoro/passato di verdura con pastina	Petto di tacchino	Cavolfiore al vapore
	MARTEDI'	Risotto con verdura di stagione/crema di verdura con cous cous	Frittata/lenticchie	Cappuccio crudo o cotto
	MERCOLEDI'	PIATTO UNICO: Spezzatino di manzo con polenta e patate al vapore		Finocchio e carote crudo o cotto
	GIOVEDI'	Crema di piselli con pasta	Formaggio	Carote al vapore e insalata a striscioline
	VENERDI'	Pasta all'olio di oliva e parmigiano/passato di verdura	Coda di rospo al forno	Spinaci all'olio e verdura cruda di stagione
SECONDA	LUNEDI'	PIATTO UNICO: Pasta al pomodoro e ricotta/passato di verdura con pastina	Ricotta	Verdura cruda mista di stagione
	MARTEDI'	Crema di carote con pasta/pastina	Petto di pollo al forno	Purè e verdure crude miste di stagione
	MERCOLEDI'	Pasta alle verdure/passato di verdura con miglio	Straccetti di manzo	Finocchio al vapore
	GIOVEDI'	Risotto alle verdure/passato di verdura	Frittata/tofu	Cappuccio o spinaci
	VENERDI'	Pasta al pomodoro/passato di verdura con pastina	Merluzzo al limone	Zucchine
TERZA	LUNEDI'	Crema di fagioli con pastina/pastina	Fesa di tacchino	Insalata a striscioline e carote al vapore
	MARTEDI'	Pasta al pomodoro/passato di verdura con cous cous	Uova strapazzate/lenticchie	Carote al tegame
	MERCOLEDI'	PIATTO UNICO: Pasta al ragù di carni bianche (tacchino, pollo)/passato di verdura	Tacchino/pollo	Verdure miste cotte
	GIOVEDI'	Orzotto di spinaci/passato di verdura	Coda di rospo al forno	Zucchine o cavolfiore
	VENERDI'	Pasta al pomodoro/passato di verdura con pastina	Formaggio	Fagiolini
QUARTA	LUNEDI'	Pasta all'olio di oliva e parmigiano/passato di verdura con pastina	Pollo al forno	Broccolo cotto
	MARTEDI'	Risotto con piselli/crema di piselli		Finocchi julienne e spinaci
	MERCOLEDI'	Crema di lenticchie con pasta/pastina	Formaggio	Carote grattugiate o al vapore
	GIOVEDI'	PIATTO UNICO: Pasta al ragù di carne/passato di verdura	Manzo	Misto di verdure cotte
	VENERDI'	Crema di carote con riso	Hamburger di trota salmonata/merluzzo	Patate al vapore e verdura cruda mista

A ogni pasto è disponibile pane bianco.

Verdura a rotazione e secondo stagionalità: carote, pomodori, zucchine, fagiolini, bieta, cavolfiore, cavolo romano, piselli, spinaci, radicchio, zucca..

Formaggio: caciotta fresca, casatella, stracchino, ricotta

Merenda del mattino: frutta di stagione / **Merenda del pomeriggio:** yogurt bianco, pane/galette con marmellata/frutta