

**Menù invernale Asilo nido Scuola dell'Infanzia Santa Maria Bertilla (12-36 mesi) 2019-20**

|              | LUNEDI'   | MARTEDI'  | MERCOLEDI'   | GIOVEDI'  | VENERDI'   |
|--------------|---|---|--|---|--|
| 1° settimana | Pasta al pomodoro<br>Crema di ceci<br>Carote julienne<br>Fagiolini                                    | Risotto al ragù di pollo e<br>verdure di stagione<br>Cappucci                               | Minestra di piselli con riso<br>Latteria/Montasio/Asiago<br>Broccolo romano                                    | Spezzatino di<br>manzo/maiale con<br>polenta<br>Finocchio julienne<br>Budino alla<br>vaniglia/cacao | Pastina in brodo vegetale<br>Merluzzo pomodoro e origano<br>Spinaci                              |
| 2° settimana | Crema di carote/zucca<br>con pastina/crostini<br>Ricotta/Casatella<br>trevigiana<br>Bieta<br>Cappucci | Ditalini alle verdure di<br>stagione<br>Frittata alle patate<br>Radicchio cotto             | Passato di verdure con riso<br>Petto di pollo al limone<br>Patate lesse  | Pasta al ragu' di carne<br>Verza/cavolfiore al<br>vapore<br>Finocchi julienne                       | Brodo vegetale e pastina<br>Halibut in crosta di patate<br>Fagiolini<br>Carote julienne          |
| 3° settimana | Risotto alla curcuma<br>Frittata alle cipolle<br>Finocchi al vapore                                   | Pasta al pomodoro<br>Petti di pollo<br>Cavolfiore gratinato<br>Carote                       | Pasta e fagioli<br>Spinaci<br>Insalata<br>Frutta/Torta leggera**   | Crema di zucca con<br>pastina/riso<br>Arista di maiale al latte<br>Radicchio cotto                  | Risotto arlecchino (piselli,<br>zucchine, carote)<br>Filetto di salmone al forno<br>cappuccio    |
| 4° settimana | Pasta pomodoro e ricotta<br>Fagiolini<br>Insalata   | Pastina in brodo<br>vegetale<br>Polpettone/polpette di<br>manzo al forno<br>Zucca al forno  | Minestra di ceci con pastina<br>Finocchio gratinato<br>Verdure crude miste di stagione                         | Pasticcio al ragù<br>Macedonia di verdure<br>cotte<br>Rape rosse a cubetti                          | Risotto alla parmigiana<br>Filetti di merluzzo panati<br>Cavolfiore al vapore<br>Carote julienne |
| 5° settimana | Risotto al pomodoro<br>Latteria/Montasio/Asiago<br>Bieta<br>Cappuccio                                 | Minestrone di verdure<br>con pastina<br>Prosciutto cotto Alta<br>qualità<br>Carote julienne | Risotto alle verdure di stagione<br>radicchio/funghi/carciofi/asparagi<br>Girella all'uovo<br>Insalata<br>Purè | Cous Cous alle verdure<br>Spezzatino di pollo<br>Cavolfiore/Broccolo                                | Pasta al pomodoro con olive e<br>capperi<br>Nasello al vapore<br>Patate al vapore<br>Radicchio   |

**Pane e frutta fresca di stagione tutti i giorni** Merende: mattina frutta di stagione, pomeriggio a rotazione: yogurt, pane e marmellata, frutta cruda/cotta, dolce fatto a scuola, panini bianchi/kamut/zucca/gocce di cioccolato/uvetta

Calcolo bromatologico

| Settimane | Kcal   | Proteine in % | Lipidi in % | Glicidi % | Proteine in g | Lipidi in g | Glicidi in g |
|-----------|--------|---------------|-------------|-----------|---------------|-------------|--------------|
| Prima     | 462,27 | 14,00         | 35,11       | 50,82     | 16,18         | 18,03       | 62,65        |
| Seconda   | 448,77 | 14,65         | 35,24       | 50,08     | 16,43         | 17,57       | 59,94        |
| Terza     | 455,37 | 14,26         | 35,35       | 50,34     | 16,23         | 17,88       | 61,12        |
| Quarta    | 449,74 | 13,67         | 35,44       | 50,89     | 15,37         | 17,71       | 61,03        |
| Quinta    | 452,94 | 13,94         | 35,00       | 50,93     | 15,79         | 17,62       | 61,52        |



Le informazioni circa la presenza di sostanze o di prodotti che provocano allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi alla Direttrice