

## Scuola dell'infanzia "Elena Bettini" e nido integrato - menù annuale

|              |          | LUNEDI'                                                                                                              | MARTEDI'                                                                                                   | MERCOLEDI'                                                                                                                     | GIOVEDI'                                                                                                                     | VENERDI'                                                                                                                     |
|--------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I<br>SETT.   | SPUNTINO | Frutta fresca                                                                                                        | Frutta fresca                                                                                              | Frutta fresca                                                                                                                  | Yogurt al naturale                                                                                                           | Frutta fresca                                                                                                                |
|              | PRANZO   | Pasta alle verdure<br>Uova<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca                                            | Antipasto di verdure di stagione<br>Piatto unico di carne rossa <sup>(1)</sup><br><br>Pane e frutta fresca | Antipasto di verdure di stagione<br>Risotto con verdure<br>Piselli in padella/farinata di ceci<br>Pane e frutta fresca         | Minestra di legumi <sup>(5)</sup><br>Formaggio<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca                                | Minestra di verdure <sup>(5)</sup><br>Pesce <sup>(7)</sup> con patate/polenta<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca |
| II<br>SETT.  | SPUNTINO | Frutta fresca                                                                                                        | Frutta fresca                                                                                              | Yogurt al naturale                                                                                                             | Frutta fresca                                                                                                                | Frutta fresca                                                                                                                |
|              | PRANZO   | Minestra di verdure <sup>(5)</sup><br>Carne bianca con patate/polenta<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca | Antipasto di verdure di stagione<br><br>Pasta all'olio<br>Uova<br>Pane e frutta fresca                     | Lasagne o pasta al ragù di lenticchie/focaccia con farina di legumi al pomodoro<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca | Antipasto di verdure di stagione<br><br>Risotto alle verdure<br>Pesce <sup>(7)</sup> dorato al forno<br>Pane e frutta fresca | Orzo/farro alle verdure<br><br>Formaggio<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca                                      |
| III<br>SETT. | SPUNTINO | Frutta fresca                                                                                                        | Yogurt al naturale                                                                                         | Frutta fresca                                                                                                                  | Frutta fresca                                                                                                                | Frutta fresca                                                                                                                |
|              | PRANZO   | Risotto alle verdure<br>Polpettone di legumi/legumi in umido<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca          | Minestra di legumi <sup>(5)</sup><br>Uova<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca                   | Antipasto di verdure di stagione<br><br>Pasta alle verdure<br>Pesce <sup>(7)</sup><br>Pane e frutta fresca                     | Minestra di verdure <sup>(5)</sup><br>Carne bianca con patate/purè<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca            | Antipasto di verdure di stagione<br><br>Piatto unico di formaggio <sup>(2)</sup><br><br>Pane e macedonia di frutta fresca    |
| IV<br>SETT.  | SPUNTINO | Frutta fresca                                                                                                        | Frutta fresca                                                                                              | Frutta fresca                                                                                                                  | Frutta fresca                                                                                                                | Yogurt al naturale                                                                                                           |
|              | PRANZO   | Minestra di legumi <sup>(5)</sup><br>Formaggio<br>Verdure di stagione<br>Pane e frutta fresca                        | Antipasto di verdure di stagione<br>Piatto unico di pesce <sup>(4,7)</sup><br><br>Pane e frutta fresca     | Antipasto di verdure di stagione<br>Orzo/farro alle verdure<br>Carne bianca<br>Pane e frutta fresca                            | Antipasto di verdure di stagione<br>Risotto alle verdure<br>Uova<br>Pane e frutta fresca                                     | Antipasto di verdure di stagione<br>Pasta all'olio<br>Polpette di legumi<br>Pane e frutta fresca                             |

- N.B.
- 1) Alternanza tra: spezzatino con polenta, gnocchi o lasagne al ragù, polpette o polpettone di carne con patate, goulash con patate, polenta pasticciata...
  - 2) Alternanza tra: pizza margherita, frico con polenta, gateau di patate e formaggio, crocchette di formaggio e patate...
  - 3) Alternanza tra: lenticchie/ceci/fagioli in umido con polenta, riso/orzo/farro/pasta con legumi, lasagne al ragù di legumi, polpette di legumi con patate/polenta ...
  - 4) Alternanza tra: polpette o polpettone di pesce e patate, crocchette di pesce, salmone al forno con patate, pasta al ragù di pesce, insalata di polipo con patate....
  - 5) I piatti liquidi vanno sempre aggiunti di pastina/riso/farro/orzo/crostini di pane/cereali e possono essere presentati passati, in crema, in brodo, a pezzi...
  - 6) Alternanza tra: legumi in umido, polpette/polpettone/crocchette di legumi, legumi in insalata
  - 7) Verranno alternate le tipologie di pesce tra merluzzo, salmone, limanda, platessa, halibut, trota
- Si raccomanda di garantire la varietà di frutta e verdura e l'uso di sale iodato per tutte le preparazioni