

COMUNE DI SOVERE ASILO NIDO



TABELLA INVERNALE anno scolastico 2018/2019

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riferimento tabella ATS	L2	U5	F1	C1	P1
1° settimana	Polenta e lenticchie carote Pane integrale Frutta	Pasta al pomodoro Frittata alle zucchine Pane Frutta	Cannelloni con ricotta e spinaci Fagiolini Pane integrale Frutta	Pasta al pomodoro Petti di pollo al latte Piselli e carote Pane integrale Frutta	Risotto alla parmigiana Pesce al forno fagiolini Pane Frutta
<i>merenda</i>	Biscotti secchi e frutta	Yogurt e frutta	Pane marmellata e yogurt	Yogurt frutta e fette biscottate	Yogurt fette biscottate e marmellata
<i>Riferimento tabella ATS</i>	L3	C7	U1	P5	F10
2° settimana	Pasta e Ceci insalata Pane integrale Frutta	Pasta al sugo di verdura Petto di tacchino al limone Zucchine pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata ai carciofi Insalata mista Pane Frutta	Pasta con zucchine Pesce in umido spinaci Pane Frutta	Passato di Verdura Pizza margherita verdura Pane Frutta
<i>merenda</i>	Biscotti secchi e frutta	Yogurt frutta e fette biscottate	Yogurt e frutta	Yogurt fette biscottate e marmellata	Pane marmellata e yogurt
<i>Riferimento tabella ATS</i>	U8	C12	F7	L1	P9
3° settimana	Pasta al pomodoro uova sode carote Pane integrale Frutta	Lasagne di carne zucchine Pane Frutta	Pizza margherita carote Pane Frutta	Zuppa di legumi zucchine Pane Frutta	Risotto Giallo pesce al forno fagiolini Pane Frutta
<i>merenda</i>	Yogurt e frutta	Yogurt frutta e fette biscottate	Pane marmellata e yogurt	Biscotti secchi e frutta	Yogurt fette biscottate e marmellata
<i>Riferimento tabella ATS</i>	L9	C8	F4	U2	P6
4° settimana	Pasta agli aromi Purea di ceci insalata Pane integrale Frutta	Risotto con asparagi Arrostito di lonza finocchi Pane Frutta	<i>Pasta al pomodoro</i> <i>Formaggio fresco Erbette</i> <i>Pane</i> <i>Frutta</i>	Risotto ai carciofi Frittata con verdure insalata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Pesce al forno insalata Pane Frutta
<i>merenda</i>	Biscotti secchi e frutta	Yogurt frutta e fette biscottate	Pane marmellata e yogurt	Yogurt e frutta	Yogurt fette biscottate e marmellata

La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi)

