

COMUNE DI SOVERE ASILO NIDO



TABELLA ESTIVO anno scolastico 2018/2019

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riferimento tabella ATS	L10	U5	F1	C1	P1
1° settimana	Pasta con lenticchie Carote e zucchine 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>	Frutta e biscotti secchi	Yogurt e frutta	pane e marmellata yogurt	Yogurt +frutta + fette biscottate	pane e marmellata yogurt
Riferimento tabella ATS	L3	C7	U1	P5	F6
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	Pizza margherita verdura Pane Frutta
<i>merenda</i>	Frutta e biscotti secchi	Yogurt +frutta + fette biscottate	Yogurt e frutta	pane e marmellata yogurt	pane e marmellata yogurt
Riferimento tabella ATS	U8	C12	F7	L8	P9
3° settimana	Pasta al pomodoro uova sode carote Pane integrale Frutta	Lasagne di carne zucchine Pane Frutta	Pizza margherita carote Pane Frutta	Riso e prezzemolo Lenticchie e carote Pane Frutta	Risotto Giallo pesce al forno fagiolini Pane Frutta
	Yogurt e frutta	Yogurt +frutta + fette biscottate	pane e marmellata yogurt	Frutta e biscotti secchi	pane e marmellata yogurt
Riferimento tabella ATS	L9	C8	F4	U2	P6
4° settimana	Pasta agli aromi Purea di ceci insalata Pane integrale Frutta	Risotto con asparagi Arrosto 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
	Frutta e biscotti secchi	Yogurt +frutta + fette biscottate	pane e marmellata yogurt	Yogurt e frutta	pane e marmellata yogurt

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

