



MENÙ INVERNALE a.s. 2022-23

Asilo Nido di Sovere

In vigore dal 7/11/2022 con la 1° settimana



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riferimento tabella ATS	LEGUMI	UOVO	PESCE	CARNE	FORMAGGIO
1° SETTIMANA	Polenta e lenticchie Carote al vapore* Pane Frutta	Pasta al pomodoro Frittata alle zucchine* Pane Frutta	Risotto allo zafferano Crocchette di pesce* Fagiolini* Pane Frutta	Passato di verdure con orzo* Petto di pollo al latte Patate al forno* Pane Frutta	Pasta all'olio extravergine d'oliva Formaggio Insalata Pane Frutta
Merenda	Biscotti secchi e frutta	Yogurt e frutta	Pane con marmellata e yogurt	Fette biscottate e marmellata	Yogurt con frutta e fette biscottate
Riferimento tabella ATS	PESCE	CARNE	UOVO	LEGUMI	FORMAGGIO
2° SETTIMANA	Risotto alla parmigiana Pesce gratinato* Carote al vapore* Pane Frutta	Pasta alla crema di zucchine e pesto* Bocconcini di tacchino al limone Zucchine* Pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Frittata Insalata mista Pane Frutta	Pasta alla crema di pomodoro e ceci Fagiolini* Pane Frutta	Polenta con formaggio Erbette all'olio extravergine d'oliva* Pane Frutta
Merenda	Biscotti secchi e frutta	Yogurt alla frutta e fette biscottate	Yogurt e frutta	Fette biscottate e marmellata	Pane con marmellata e yogurt
Riferimento tabella ATS	UOVO	CARNE	FORMAGGIO	LEGUMI	PESCE
3° SETTIMANA	Pasta al pomodoro Crocchette d'uovo* Carote julienne Pane Frutta	Lasagne al ragù di manzo* Zucchine gratinate* Pane Frutta	Pizza Margherita Fagiolini* Pane Frutta	Passato di legumi con riso* Carote al vapore* Pane Frutta	Risotto allo zafferano Pesce al forno* Cavolfiori* Pane Frutta
Merenda	Yogurt e frutta	Yogurt alla frutta e fette biscottate	Pane con marmellata e yogurt	Biscotti secchi e frutta	Fette biscottate e marmellata
Riferimento tabella ATS	FORMAGGIO	UOVO	LEGUMI	CARNE	PESCE
4° SETTIMANA	Pastina in brodo Formaggio Erbette* Pane Frutta	Riso al pomodoro Frittata con verdure* Broccoli* Pane Frutta	Pasta al pesto Crocchette di legumi* Carote julienne Pane Frutta	Risotto con zucchine* Arrostito di lonza Finocchi al forno* Pane Frutta	Gnocchi al pomodoro Pesce gratinato* Insalata Pane Frutta
Merenda	Biscotti secchi e frutta	Yogurt alla frutta e fette biscottate	Pane con marmellata e yogurt	Fette biscottate e marmellata	Yogurt e frutta

In caso di indisponibilità, la verdura potrà essere sostituita con altra verdura di stagione (no patate e legumi).

Tra le proposte di formaggio si alterneranno: mozzarella, crescenza, primosale.

Tra le tipologie di pesce si alterneranno: merluzzo, platessa, limanda.

Il pane servito è a ridotto contenuto di sale (contenuto non superiore all' 1,7% riferito al peso della farina).

Per le preparazioni e i condimenti vengono usati olio extravergine d'oliva e sale iodato.

**la preparazione contiene uno o più ingredienti surgelati/congelati all'origine.*

In riferimento al Regolamento UE 1169/2011 allegato II, le modalità di gestione degli allergeni sono definite all'interno del capitolato.