



MENÙ INVERNALE a.s. 2021-22

Asilo Nido di Sovere

In vigore dal 8/11/2021 con la 1° settimana



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riferimento tabella ATS	L 2	U 5	P 1	C 1	F 9
1° SETTIMANA	Polenta e lenticchie Carote Pane integrale Frutta	Pasta al pomodoro Frittata alle zucchine Pane Frutta	Risotto alla parmigiana Pesce al forno Fagiolini Pane integrale Frutta	Pasta al pomodoro Petto di pollo al latte Piselli e carote Pane integrale Frutta	Pasta all'olio extravergine d'oliva Crescenza Fagiolini Pane Frutta
Merenda	Biscotti secchi e frutta	Yogurt e frutta	Pane con marmellata e yogurt	Yogurt con frutta e fette biscottate	Yogurt con fette biscottate e marmellata
Riferimento tabella ATS	L 3	C 7	U 1	P 5	F 10
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 Erbette Pane Frutta	Passato di verdura Pizza Margherita Verdura Pane Frutta
Merenda	Biscotti secchi e frutta	Yogurt alla frutta e fette biscottate	Yogurt e frutta	Yogurt con fette biscottate e marmellata	Pane con marmellata e yogurt
Riferimento tabella ATS	U 3	C 12	F 7	L 1	P 9
3° SETTIMANA	Pasta all'olio extravergine d'oliva Crocchette d'uovo Carote Pane integrale Frutta	Lasagne al ragù di manzo Zucchine gratinate Pane Frutta	Pizza Margherita Carote Pane Frutta	Zuppa di legumi Fagiolini Pane Frutta	Risotto giallo Pesce al forno Zucchine Pane Frutta
Merenda	Yogurt e frutta	Yogurt alla frutta e fette biscottate	Pane con marmellata e yogurt	Biscotti secchi e frutta	Yogurt con fette biscottate e marmellata
Riferimento tabella ATS	L 9	C 8	F 4	U 2	P 6
4° SETTIMANA	Pasta agli aromi Purea di ceci Insalata Pane integrale Frutta	Risotto con asparagi Arrostato di lonza Finocchi Pane Frutta	Pasta al pomodoro Formaggio fresco Erbette Pane Frutta	Risotto ai carciofi Frittata con verdure Insalata Pane Frutta	Pasta al pomodoro Pesce al forno Insalata Pane Frutta
Merenda	Biscotti secchi e frutta	Yogurt alla frutta e fette biscottate	Pane con marmellata e yogurt	Yogurt e frutta	Yogurt con fette biscottate e marmellata

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.

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