

## Introduzione

### Fabbisogni Nutrizionali dai 6 mesi ai 36 mesi

Per stabilire il corretto fabbisogno nutrizionale e l'apporto calorico giornaliero per un bambino in questa fascia d'età, si fa riferimento ai valori medi raccomandati dai LARN (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana) IV Revisione avendo come riferimento il modello della Dieta Mediterranea, la cui validità è supportata dalla letteratura scientifica.

### Fabbisogno energetico

Il fabbisogno energetico giornaliero durante il divezzamento è pari a 76 - 78 kcal/kg/die, suddiviso tra i diversi macronutrienti (carboidrati, proteine e lipidi) (LARN 2014, EFSA 2013).

LARN – Livelli di assunzione di riferimento per la popolazione italiana: ENERGIA.

Fabbisogno energetico medio (AR) nell'intervallo d'età 6-12 mesi.

Età	Peso corporeo	FABBISOGNO ENERGETICO	FABBISOGNO ENERGETICO
mesi	kg	(kcal/die)	(kcal/kg×die)
<b>Maschi</b>			
6	7,9	620	78
7	8,3	640	77
8	8,6	660	77
9	8,9	690	77
10	9,2	730	79
11	9,4	740	79
12	9,6	760	79
<b>Femmine</b>			
6	7,3	570	79

7	7,6	580	75
8	7,9	600	76
9	8,2	630	76
10	8,5	640	77
11	8,7	660	77
12	8,9	690	78

Livelli di assunzione di riferimento per la popolazione italiana: ENERGIA.

Fabbisogno energetico medio (AR) nell'intervallo d'età 1 - 3 anni.

Età (anni)	Peso corporeo (kg)	MB (kcal/die)	FABBISOGNO ENERGETICO PER UN LAF DI:		
			25° pct	mediana	75° pct
<b>Maschi</b>					
1	10,9	620	840	870	890
2	14,0	800	1090	1130	1160
3	16,3	880	1260	1390	1490
<b>Femmine</b>					
1	10,2	560	770	790	810
2	13,4	750	1020	1050	1080
3	15,7	800	1150	1280	1370

### Fabbisogno di lipidi

Nel lattante il fabbisogno di lipidi è maggiore rispetto alle età successive: fino al primo anno di vita i LARN raccomandano un apporto lipidico del 40% delle calorie giornaliere incluso un apporto del 4% da acido linoleico, dello 0.5% da acido alfa-linolenico e un apporto di 100 mg/die di acido docosaesaenoico (oltre il 250 mg di n-3 LCPUFA), percentuale che diminuisce al 35-40 % dai 12 ai 36 mesi fino ad arrivare, dopo i tre

anni, gradualmente alla quota raccomandata per gli adulti (dal 20 al 35%). Per quanto riguarda la quantità e qualità dei grassi, una revisione della letteratura ha concluso che la quantità di grassi assunti tra 6-24 mesi non risulta associata ad outcomes di salute futura. Quindi in questa fascia di età non deve essere effettuata una restrizione di grassi per effetti preventivi (Agostoni et al., 2012).

### **Fabbisogno di proteine**

La recente revisione dei LARN 2014 riporta, rispetto all'edizione precedente, la riduzione del fabbisogno proteico per tutte le fasce di età, partendo dalla primissima infanzia.

Esiste una possibile correlazione tra elevata assunzione proteica nelle prime fasi della vita e il rischio aumentato di sviluppare obesità e malattie cronico-degenerative nelle epoche successive della vita.

I bambini con un elevato apporto proteico nell'età compresa tra i 12 e i 24 mesi, hanno in media un IMC più elevato, nonché una circonferenza vita e una percentuale di grasso corporeo maggiori; per loro è stato anche riscontrato un più alto rischio di sviluppare un IMC e una percentuale di grasso corporeo elevati all'età di 7 anni (Gunther AL et al., 2007; Agostoni et al., 2005)

Per questo motivo è importante che la quota proteica non superi il 10% dell'energia giornaliera.

Il fabbisogno proteico viene calcolato sulla base del peso corporeo ed espresso in grammi di proteine giornaliere/Kg peso corporeo; per un bambino di età compresa tra 6 e 12 mesi l'assunzione di proteine raccomandata è pari a 1.32 g per Kg di peso corporeo/die che, stimando il peso medio del bambino in tale fascia di età in 8,6 Kg, corrisponde a 11 gr di proteine al giorno.

Dopo i 12 mesi l'assunzione di proteine raccomandata è pari a 1.00 g per Kg di peso corporeo/die.

### **Fabbisogno di glucidi**

Definita la quota energetica che deve essere fornita da lipidi e proteine, la maggior parte dell'apporto energetico giornaliero deve derivare da glucidi di tipo complesso, mentre quello derivante dagli zuccheri semplici non deve superare il 10% dell'energia.

### **Fabbisogno di sodio**

L'eccessiva assunzione di sodio può aumentare la pressione sanguigna nei bambini, soprattutto se si considera che l'infanzia è un periodo di grande sensibilità al sale rispetto alle fasi successive della vita: esiste una preferenza innata per i cibi salati, che diventa inappropriata in un ambiente ad elevata biodisponibilità di tale sostanza; la conseguente assuefazione può portare a sua volta ad una progressiva "dipendenza da sale". È importante considerare che un elevato apporto di sale non solo aumenta la pressione sanguigna, ma accresce anche il rischio di morbilità e mortalità cardiovascolare (Aaron, K.J. et al., 2013).

È consigliabile limitare il consumo di alimenti trasformati salati e l'aggiunta di sale durante i pasti, non solo per la salute a breve termine, ma anche per impostare la soglia del gusto salato a un livello inferiore (Agostoni et al., 2008).

<b>Fabbisogni Nutrizionali per pasto scolastico</b>	<b>6 - 12 mesi</b>	<b>13 - 24 mesi</b>	<b>25 - 36 mesi</b>
Fabbisogno Energetico	197 – 230 Kcal	< 336 Kcal	< 425 Kcal
Fabbisogno Proteico	4.9 g	8.4 g	10.6 g
Fabbisogno Lipidico	40 % dell'energia giornaliera	35 – 40 % dell'energia giornaliera	35 – 40 % dell'energia giornaliera
Fabbisogno Glucidico* * viene ricavato, per differenza, dai riferimenti relativi al fabbisogno energetico in proteine e lipidi.	45 - 60 % dell'energia giornaliera	45 – 60 % dell'energia giornaliera	45 – 60 % dell'energia giornaliera
Fibra Alimentare	1,6 g	2,8 g	3,6 g
Calcio (Ca)	91 - 104 mg (AI)	245 - 280 mg (PRI)	245 - 280 mg (PRI)
Ferro (Fe)	4 – 4,5 mg (AI)	3 – 3,2 mg (PRI)	3 – 3,2 mg (PRI)

Si prevedono 4 tabelle dietetiche ciascuna specifica per le fasce d'età riportate in tabella:

#### 1) **Prima pappa**

<b>Prima pappa (5 - 7 mesi)</b> formulata su una sola settimana	
Primo Piatto	Crema di semolino/crema di riso/crema di mais e tapioca con brodo vegetale/pomodoro
Secondo Piatto	Omogeneizzato o liofilizzato di carne bianca Omogeneizzato di formaggio Parmigiano grattugiato
Frutta	Omogeneizzato di frutta

## 2) Dieta semisolida (8 - 16 mesi)

<b>Lattanti (8 - 16 mesi)</b> formulata su due settimane	
Primo Piatto	Pastina 00 con brodo vegetale/pomodoro/verdure passate (zucca, zucchine, spinaci)/legumi passati (lenticchie, fagioli)
Secondo Piatto	Omogeneizzato o liofilizzato di carne bianca o rossa Omogeneizzato o liofilizzato di prosciutto cotto Omogeneizzato di pesce Formaggino prima infanzia o ricotta
Frutta	Omogeneizzato di frutta

## 3) Dieta solida (17 - 24 mesi)

<b>Lattanti (17 - 24 mesi) *</b> formulata su due settimane	
Primo Piatto	Pastina o riso con brodo vegetale/pomodoro/verdure (zucca, zucchine, spinaci)/patate/legumi (lenticchie, fagioli)
Secondo Piatto	Omogeneizzato per i bambini che hanno una diversa abilità masticatoria Carne bianca o rossa Pesce Prosciutto cotto oppure Frittatina, formaggino o ricotta
Contorno	Un eventuale contorno costituito da verdure passate (carote, spinaci, patate)
Frutta	Confezione di polpa di frutta

\* costituita da un pasto a più portate abituando così i bambini a consumare vari alimenti nell'arco della settimana con combinazioni diverse permettendo loro maggiori esperienze di sapori, odori, colori e consistenze, stimolando non solo i sensi e la masticazione ma anche curiosità verso i cibi.

#### 4) Nido (25\36 mesi)

<b>Nido (25 - 36 mesi) *</b> formulata su cinque settimane	
Primo Piatto	Pastina o riso con pomodoro/verdure/patate/legumi
Secondo Piatto	Carne bianca o rossa Pesce Prosciutto cotto Tacchino arrosto Frittatina Formaggino o ricotta
Contorno	Un eventuale contorno costituito da verdure a pezzetti o passate (carote, spinaci, patate)
Frutta	Frutta fresca tagliata oppure banane, arance o clementine

\* formulata con la rotazione di cinque settimane al termine della quale il menù prenderà avvio dal secondo giorno della prima settimana al fine di far scorrere la tabella in modo da garantire la più ampia variabilità possibile. È prevista una tabella “invernale” ed una “estiva” per garantire anche, ove possibile, la stagionalità degli alimenti.

# Prima Pappa

<b>G</b>	<b>MENU</b>	<b>GRAMMATURE</b>
<b>1</b>	Crema di Semolino al pomodoro Omogeneizzato di formaggino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di Semolino 20 g – Pomodoro q.b. 40 g 5 g 40 g
<b>2</b>	Crema di riso con brodo vegetale Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5 g 40 g
<b>3</b>	Crema di mais e tapioca con brodo vegetale Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema mais e tapioca 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5 g 40 g
<b>4</b>	Crema di riso 00 al pomodoro Parmigiano grattugiato Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Pomodoro q.b. 5 g 5 g 40 g
<b>5</b>	Crema di Semolino con brodo vegetale Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di Semolino 00 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5 g 40 g

## Dieta semisolida - I Settimana

Tabella dietetica a consistenza semisolida, destinata orientativamente a bambini di 8 – 16 mesi. I genitori possono richiedere l'erogazione di questa tabella in funzione della capacità masticatoria del piccolo.

<b>G</b>	<b>MENU</b>	<b>GRAMMATURE</b>
<b>1</b>	Pastina 00 con lenticchie passate Formaggio Prima Infanzia Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Lenticchie gr. 10 22 g 5 g 80 g
<b>2</b>	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
<b>3</b>	Crema di riso con brodo vegetale passato Omogeneizzato di pesce oppure Liofilizzato di pesce Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5g 80 g
<b>4</b>	Pastina 00 al pomodoro Ricotta Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 30 g 5 g 80 g
<b>5</b>	Pastina 00 con zucca o zucchine passate Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Zucca o zucchine q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g



## Dieta semisolida - II Settimana

<b>G</b>	<b>MENU</b>	<b>GRAMMATURE</b>
<b>1</b>	Pastina 00 con fagioli passati Formaggino Prima Infanzia Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Fagioli gr. 10 40 g 5 g 80 g
<b>2</b>	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di prosciutto cotto oppure Liofilizzato di prosciutto cotto Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
<b>3</b>	Crema di riso con brodo vegetale passato Omogeneizzato di pesce oppure Liofilizzato di pesce Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5g 80 g
<b>4</b>	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di manzo oppure Liofilizzato di manzo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
<b>5</b>	Pastina 00 con spinaci passati Ricotta Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Spinaci q.b. 30 g 5 g 80 g

## Dieta Solida - I Settimana

Tabella dietetica a consistenza solida, destinata orientativamente a bambini di 17 – 24 mesi. I genitori possono richiedere l'erogazione di questa tabella in funzione della capacità masticatoria del piccolo.

<b>G</b>	<b>MENU</b>	<b>GRAMMATURE</b>
<b>1</b>	Pastina con lenticchie passate Formaggio Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Lenticchie gr. 20 22 g 10 g 100 g
<b>2</b>	Pastina al pomodoro Prosciutto cotto Crema di zucchine Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Pomodoro q.b. 30 g q.b. 10 g 100 g
<b>3</b>	Pastina con patate passate Polpettine di bovino o tacchino Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Patate 20 g Bovino o tacchino 30 g - uova q.b. - pane q.b. – parmigiano 5 g 10 g 100 g
<b>4</b>	Riso al pomodoro Frittatina Crema di carote Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Riso 30 g - Pomodoro q.b. Uova 30 g - parmigiano 5 g q.b. 10 g 100 g
<b>5</b>	Pastina con zucca o zucchine passate Filetto di pesce alla mugnaia Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Zucca o zucchine q.b. 40 g 10 g 100 g

## Dieta Solida - II Settimana

<b>G</b>	<b>MENU</b>	<b>GRAMMATURE</b>
<b>1</b>	Pastina con fagioli passati Frittatina Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Fagioli 20 g Uova 30 g - parmigiano 5 g 10 g 100 g
<b>2</b>	Pastina al pomodoro Spezzatino di pollo Crema di zucchine Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Pomodoro q.b. 30 g Zucchine q.b. 10 g 100 g
<b>3</b>	Riso con brodo vegetale passato Prosciutto cotto Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Riso 30 g - brodo vegetale q.b.- parmigiano 5 g 30 g 5 g 100 g
<b>4</b>	Pastina al pomodoro Filetto di pesce alla mugnaia Crema di carote Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Pomodoro q.b. 40 g q.b. 10 g 100 g
<b>5</b>	Pastina con spinaci passati Ricotta Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Spinaci q.b.- parmigiano 5 g 30 g 5 g 100 g

Asili Nido: 25 – 36 Mesi  
Tabella Dietetica Standard: Invernale

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Risotto con crema di carciofi</li> <li>➤ Formaggino</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con spinaci</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Polpette di bovino</li> <li>➤ Piselli</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna con zucca</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Zuppa di farro e legumi</li> <li>➤ Polpettine di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orecchiette con broccoli baresi</li> <li>➤ Frittata con spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con cavolo</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con piselli</li> <li>➤ Rollè di frittata con spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al latte</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Arista di maiale</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna rossa</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orecchiette con broccoli baresi</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchini</li> <li>➤ Frittata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta e patate</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa alla mugnaia</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con fagioli</li> <li>➤ Polpettine di ricotta e spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta alla bolognese</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Zuppa di orzo e legumi</li> <li>➤ Frittata di spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucca</li> <li>➤ Formaggino</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane con farina di grano tenero di tipo 0; Una volta a settimana Pane con farina di grano tenero integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata.

Asili Nido: 25 – 36 Mesi  
Tabella Dietetica Standard: Estivo

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con spinaci</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con fagioli</li> <li>➤ Melanzane alla parmigiana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al latte</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Formaggino</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa alla mugnaia</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Polpettine di ricotta e spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale alla siciliana</li> <li>➤ Frittelle di zucchini al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con pesto</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchini</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con piselli</li> <li>➤ Polpettine di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna con zucca</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pizza pomodoro e parmigiano</li> <li>➤ Cotoletta di verdure al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con pesto</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta alla siciliana</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Frittata</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con piselli</li> <li>➤ Formaggino</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con tonno</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna rossa</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Cotoletta di verdure al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchini</li> <li>➤ Polpette di bovino</li> <li>➤ Piselli</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane con farina di grano tenero di tipo 0; Una volta a settimana Pane con farina di grano tenero integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata.

## MENU FESTIVI

NATALE	CARNEVALE	PASQUA
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Gnocchi di patate al ragù con mozzarella</li><li>➤ Carne al ragù</li><li>➤ Patate al forno</li><li>➤ Pandorino</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Lasagna rossa</li><li>➤ Mozzarella</li><li>➤ Chiacchiere</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Tortellini al ragù</li><li>➤ Spezzatino di tacchino con patate e piselli</li><li>➤ Uovo di cioccolato con sorpresa</li></ul>

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

## CESTINI

<b>Infanzia</b>		<b>Primaria</b>		<b>Secondaria di I grado</b>	
<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>	<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>	<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>
Due rosette	50 g/cada uno	Due rosette	80 g/cada uno	Due rosette	100 g/cada uno
Prosciutto cotto	40 g	Prosciutto cotto	50 g	Prosciutto cotto	60 g
Formaggio fresco	25 g	Formaggio fresco	50 g	Formaggio fresco	75 g
Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g
Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri



## **Ricettario**



Ricettario Menù Invernale  
(Asilo Nido 25 – 36 Mesi)

# I Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta al pomodoro</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Filetto di merluzzo impanato al forno</b>	
- Merluzzo	40 g
- Uova	20 g
- Pangrattato o pane	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Spinaci al limone</b>	
- Spinaci	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Limone	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Riso con crema di carciofi</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Carciofi	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Formaggino</b>	
- Formaggino	22 g
<b>3. Purea di Carote</b>	
- Carote	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con ceci</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Ceci secchi	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Zucchine a tocchetti al forno</b>	
- Zucchine	80 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con spinaci</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Spinaci	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Rollè di Frittata con prosciutto cotto</b>	q.b.
- Uovo	30 g
- Parmigiano	5 g
- Prosciutto cotto	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Insalata verde</b>	
- Insalata	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Limone	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Riso con verza</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Verza	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Polpette di bovino al forno</b>	
- Macinato di carne bovina	30 g
- Uovo	20 g
- Parmigiano	5 g
- Pangrattato o pane	q.b.
<b>3. Piselli</b>	
- Piselli	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

## Il Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con lenticchie</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Lenticchie secche	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>3. Ortolana gratinata</b>	
- Zucca	30 g
- Zucchine	20 g
- Carote	20 g
- Finocchio	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta integrale al pomodoro</b>	
- Pasta di semola integrale	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Tortino di merluzzo con patate</b>	
- Merluzzo	40 g
- Patate	40 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g



<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Lasagna con zucca</b>	
- Pasta di semola per lasagna	30 g
- Zucca	80 g
- Ricotta vaccina	20 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Sovracoscia di pollo al forno</b>	
- Sovracoscia di pollo	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>3. Purea di Carote</b>	
- Carote	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Zuppa di farro con i legumi</b>	
- Farro decorticato	30 g
- Legumi secchi (lenticchie, ceci, fagioli)	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Polpette di melanzane</b>	
- Melanzane	50 g
- Uova	20 g
- Parmigiano	10 g
- Pangrattato	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Orecchiette con broccoli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Broccoli baresi	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Frittata con spinaci</b>	
- Uovo	40 g
- Spinaci	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

## III Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con cavolo</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Cavolfiore	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Formaggio primo sale</b>	
- Formaggio primo sale	30 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>	
- Zucchine	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con piselli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Piselli	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Rollè di frittata con spinaci</b>	
- Uovo	40 g
- Spinaci	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Riso al latte</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Latte intero	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Polpettine di merluzzo al forno</b>	
- Merluzzo	40 g
- Uova	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Insalata verde</b>	
- Insalata	30 g
- Limone	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Cous cous con verdure</b>	
- Cous cous	40 g
- Verdure (Zucchine, Carote, Melanzane e Pomodorini)	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Arista di maiale</b>	
- Arista	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>3. Purea di patate</b>	
- Patate	30 g
- Latte intero	20 g
- Parmigiano	5 g
- Burro	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Lasagna rossa</b>	
- Pasta di semola per lasagna	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Macinato di carne bovina	20 g
- Ricotta	20 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Ortolana gratinata</b>	
- Zucca	30 g
- Zucchine	20 g
- Carote	20 g
- Finocchio	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g



## IV Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Orecchiette con broccoli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Broccoli baresi	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Salsiccia di tacchino al forno</b>	
- Salsiccia di tacchino	30 g
<b>3. Patate al forno</b>	
- Patate	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con zucchine</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Zucchine	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Frittata</b>	
- Uovo	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con patate</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Patate	20 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Prosciutto cotto</b>	
- Prosciutto cotto	30 g
<b>3. Insalata verde</b>	
- Insalata	30 g
- Limone	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta integrale al pomodoro</b>	
- Pasta di semola integrale	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Filetto di platessa alla mugnaia</b>	
- Platessa	40 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.
- Latte intero	q.b.
- Limone	q.b.
<b>3. Spinaci al limone</b>	
- Spinaci	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Limone	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con fagioli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Fagioli secchi	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Polpette di ricotta e spinaci</b>	
- Uovo	30 g
- Ricotta	q.b.
- Spinaci	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

## V Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Riso con verza</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Verza	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Sovracoscia di pollo al forno</b>	
- Sovracoscia di pollo	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>3. Insalata verde</b>	
- Insalata	30 g
- Limone	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta alla bolognese</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Macinato di carne bovina	20 g
- Parmigiano	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Purea di patate</b>	
- Patate	30 g
- Latte intero	20 g
- Parmigiano	5 g
- Burro	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Zuppa di orzo con legumi</b>	
- Orzo decorticato	30 g
- Legumi secchi (lenticchie, ceci, fagioli)	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Frittata con spinaci</b>	
- Uovo	40 g
- Spinaci	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g



<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con zucca</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Zucca	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Formaggino</b>	
- Formaggino	22 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>	
- Zucchine	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta al pomodoro</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Polpettine di merluzzo al forno</b>	
- Merluzzo	40 g
- Uova	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Spinaci al limone</b>	
- Insalata	60 g
- Limone	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g



# Ricettario

Ricettario Menù Estivo  
(Asilo Nido 25 – 36 Mesi)

# I Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Polpettine di merluzzo al forno</b>	
- Merluzzo	40 g
- Uova	20 g
- Pangrattato o pane	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Patate al forno</b>	
- Patate	30 g
- Erbe aromatiche	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Riso con spinaci</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Spinaci	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Formaggio Primo sale</b>	
- Formaggio Primo sale	30 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>	
- Zucchine	80 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta al pomodoro</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
-Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Sovracoscia di pollo</b>	
- Sovracoscia di pollo	30 g
- Olio Extravergine Oliva	q.b.
- Erbe aromatiche	5 g
<b>3. Ortolana Gratinata</b>	
- Carote	20 g
- Zucca	30 g
- Zucchine	20 g
- Finocchio	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con fagioli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Fagioli secchi	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Melanzane alla parmigiana</b>	
- Melanzane	50 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Olio extravergine oliva	5 g
- Parmigiano	5 g
-Erbe aromatiche	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g



<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Riso al latte</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Latte intero	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2 Prosciutto cotto</b>	
- Prosciutto cotto	30 g
<b>3. Insalata verde</b>	30 g
- Insalata	5 g
- Limone	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

## Il Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Cous cous con verdure</b>	
- Cous Cous	40 g
- Verdure (Zucchine, Carote, Melanzane e Pomodorini)	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Formaggino</b>	
- Formaggino	22 g
<b>3. Purea di Carote</b>	
- Carote	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Riso al pomodoro</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Filetto di platessa alla mugnaia</b>	
- Platessa	40 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.
- Latte intero	q.b.
- Limone	q.b.
<b>3. Bietolina al limone</b>	
- Bietolina	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Limone	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con lenticchie</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Lenticchie secche	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Polpette di ricotta e spinaci</b>	
- Uovo	30 g
- Ricotta	q.b.
- Spinaci	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta integrale alla siciliana</b>	
- Pasta di semola integrale	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Melanzane	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Frittelle di zucchine al forno</b>	
- Zucchine	80 g
- Uova	30 g
- Farina di grano tenero di tipo 0	q.b.
- Parmigiano	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con pesto</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Pesto di basilico	20 g
<b>2. Sovracoscia di pollo</b>	
- Sovracoscia di pollo	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>3. Patate al forno</b>	
- Patate	30 g
- Erbe aromatiche	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

## III Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con zucchini</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Zucchini	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Rollè di Frittata con prosciutto cotto</b>	
- Uovo	30 g
- Parmigiano	5 g
- Prosciutto cotto	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Insalata verde</b>	
- Insalata	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Limone	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con piselli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Piselli	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Polpettine di melanzane</b>	
- Melanzane	50 g
- Uova	20 g
- Parmigiano	10 g
- Pangrattato	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g



<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta integrale al pomodoro</b>	
- Pasta di semola integrale	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Tortino di merluzzo con patate</b>	
- Merluzzo	40 g
- Patate	40 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Lasagna con zucca</b>	
- Pasta di semola per lasagna	30 g
- Zucca	80 g
- Ricotta vaccina	20 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Salsiccia di tacchino al forno</b>	
- Salsiccia di tacchino	30 g
<b>3. Zucchine a tocchetti al forno</b>	
- Zucchine	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pizza al pomodoro e parmigiano</b>	
- Pizza al pomodoro	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	10 g
<b>2. Cotoletta di verdura al forno</b>	
- Patate	30 g
- Zucchine	30 g
- Carote	20 g
- Uovo	20 g
- Pangrattato	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

## IV Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con pesto</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Pesto di basilico	20 g
<b>2. Sovracoscia di pollo al forno</b>	
- Sovracoscia di pollo	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>3. Purea di patate</b>	
- Patate	30 g
- Latte intero	20 g
- Burro	5 g
- Parmigiano	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta alla siciliana</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Melanzane	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Polpettine di merluzzo al forno</b>	
- Merluzzo	40 g
- Uova	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Insalata verde</b>	
- Insalata	30 g
- Limone	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
<b>Ricetta</b>	<b>Grammature</b>
<b>1. Pasta con ceci</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Ceci secchi	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Zucchine a tocchetti al forno</b>	
- Zucchine	80 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Riso al pomodoro</b>	
- Riso Carnaroli	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Sovracoscia di pollo al forno</b>	
- Sovracoscia di pollo	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>3. Ortolana gratinata</b>	
- Zucca	30 g
- Zucchine	20 g
- Carote	20 g
- Finocchio	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con piselli</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Piselli	60 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Formaggino</b>	
- Formaggino	22 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g



## V Settimana

<b>Lunedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con tonno</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Tonno al naturale	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe Aromatiche	q.b.
<b>2. Filetto di merluzzo impanato al forno</b>	
- Filetto di merluzzo	40 g
- Uovo	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Bietoline al limone</b>	
- Bietoline	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Limone	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Martedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Lasagna rossa</b>	
- Pasta di semola per lasagna	30 g
- Passata di pomodoro	q.b.
- Macinato di carne bovina	20 g
- Ricotta	20 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Ortolana gratinata</b>	
- Zucca	30 g
- Zucchine	20 g
- Carote	20 g
- Finocchio	20 g
- Pangrattato	q.b.
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Mercoledì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Cous cous con verdure</b>	
- Cous cous	40 g
- Verdure (Zucchine, Carote, Melanzane e Pomodorini)	60 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Formaggio Primo sale</b>	
- Formaggio Primo sale	30 g
<b>3. Patate al forno</b>	
- Patate	30 g
- Erbe aromatiche	5 g
- Olio Extravergine Oliva	q.b.
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

<b>Giovedì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con lenticchie</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Lenticchie secche	20 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
- Erbe aromatiche	q.b.
<b>2. Cotoletta di verdura al forno</b>	
- Patate	30 g
- Zucchine	30 g
- Carote	20 g
- Uovo	20 g
- Pangrattato	q.b.
<b>3. Frutta</b>	100 g
<b>4. Pane</b>	20 g

<b>Venerdì</b>	
	<b>25 – 36 mesi</b>
Ricetta	Grammature
<b>1. Pasta con zucchine</b>	
- Pasta di semola	30 g
- Zucchine	40 g
- Parmigiano	5 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>2. Polpette di bovino al forno</b>	
- Macinato di carne bovina	30 g
- Uovo	20 g
- Parmigiano	5 g
- Pangrattato o pane	q.b.
<b>3. Piselli</b>	
- Piselli	30 g
- Olio Extravergine Oliva	5 g
<b>4. Frutta</b>	100 g
<b>5. Pane</b>	20 g

## Introduzione alle Diete Speciali

Con il termine “**diete speciali**” si intendono quei regimi alimentari formulati da personale esperto in risposta a particolari esigenze cliniche di alcuni utenti, documentate tramite prescrizione medica. I dati epidemiologici sottolineano come, negli ultimi anni, il numero dei bambini affetti da patologie correlate agli alimenti sia in continuo aumento, pertanto, è necessario che il servizio di refezione scolastica sia adeguatamente organizzato per rispondere a tale criticità.

Sono stati appositamente redatti i seguenti menù speciali:

- Tabelle dietetiche prive di glutine
- Tabelle dietetiche prive di proteine del latte vaccino
- Tabelle dietetiche prive di proteine dell'uovo

Così come le diete standard, questi menù sono stati elaborati preservando il ruolo educativo assunto dal pasto consumato fuori casa, garantendo gli adeguati apporti calorici previsti per le differenti fasce d'età (secondo l'ultima revisione dei L.A.R.N.) e, in concerto con la *Legge Regionale n. 2 del 11 febbraio 2003*, mantenendo, ove possibile, le stesse pietanze per non far vivere il senso di diversità ai bambini che necessitano di dieta speciale.

Le **diete prive di glutine** sono state formulate per i soggetti affetti da celiachia o da *gluten sensitivity* e prevedono, in ottemperanza alla Legge n. 123/05 e alle Delibere di Giunta Regione Campania n. 1112/2005 e 2163/07, l'esclusione del glutine contenuto nei seguenti cereali: orzo, frumento, farro, segale, avena, grano monococco, farro dicocco, spelta, triticale.

I menù predisposti per tale patologia prevedono, per la preparazione dei pasti, l'impiego di materie prime e prodotti naturalmente privi di glutine, ovvero cereali consentiti (riso e mais), carni, pesce, vegetali, uova, legumi, semilavorati e prodotti finiti per i quali, ai sensi dell'Allegato II del Regolamento (UE) 1169/11, sia esclusa la presenza di glutine, anche sottoforma di additivo per sfruttarne le capacità addensanti.

Nei menù è previsto l'utilizzo di prodotti industriali dietetici “gluten free”, i quali riportano in confezione il logo della spiga barrata o del Ministero della Salute e/o il *claim* “senza glutine” che assicura una presenza di glutine non superiore ai 20 mg/kg (ppm), soglia limite individuata nell'Allegato al Regolamento (UE) 828/14 *relativo alle prescrizioni riguardanti l'informazione dei consumatori sull'assenza di glutine o sulla sua presenza in misura ridotta negli alimenti*.

Il processo produttivo dei pasti senza glutine deve avvenire seguendo specifiche procedure tali da garantire l'assenza di contaminazioni crociate in tutte le fasi della filiera (approvvigionamento, stoccaggio, produzione, confezionamento, distribuzione e somministrazione).

Le **diete prive di proteine del latte vaccino** sono state formulate escludendo: latte e prodotti lattiero-caseari (formaggi, burro, ricotta, panna), alcuni tipi di carne come quella di vitello e manzo e prodotti del commercio, in cui le proteine del latte vaccino vengono utilizzati come ingredienti e/o additivi (es. caseinati) con la funzione di addensante o stabilizzante. Al fine di prevenire la presenza dell'allergene, risulta fondamentale applicare le procedure previste dal piano di autocontrollo lungo tutta la filiera: dalla scelta delle materie prime, dalle quali si esclude la presenza dell'allergene (Allegato II del Regolamento (UE) 1169/11), alla fase di stoccaggio, preparazione, cottura, confezionamento, trasporto, distribuzione e somministrazione dei pasti.

Le **diete prive di proteine dell'uovo** sono state formulate escludendo: uova, carne di pollo (per la presenza di ovoalbumina e ovotransferrina), parmigiano (per la presenza di lisozima) e prodotti del commercio, in cui le proteine dell'uovo vengono utilizzati come ingredienti e/o additivi, es. lisozima (E1105) e lecitine (E322), adoperati rispettivamente per la loro attività conservante ed antiossidante. Anche per le diete prive di proteine dell'uovo, al fine di prevenire la presenza dell'allergene, risulta fondamentale applicare le procedure previste dal piano di autocontrollo lungo tutta la filiera: dalla scelta delle materie prime, dalle quali si esclude la presenza dell'allergene (Allegato II del Regolamento (UE) 1169/11), alla fase di stoccaggio, preparazione, cottura, confezionamento, trasporto, distribuzione e somministrazione dei pasti.

Per tutti i regimi dietetici speciali, il controllo delle singole fasi dell'intera filiera produttiva (approvvigionamento, stoccaggio, preparazione, cottura, confezionamento, distribuzione e somministrazione), nonché un'adeguata formazione del personale in materia di gestione dei pasti differenziati, così come riportato dalle DGRC n. 1112/2005 e 2163/07, risultano fondamentali al fine di scongiurare il rischio di contaminazione crociata da parte dell'allergene da escludere.

# Prima Pappa

## Priva di glutine

N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)

G	MENU	GRAMMATURE
1	Crema di semolino di mais al pomodoro Omogeneizzato di formaggino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di semolino di mais 20 g – Pomodoro q.b. 40 g 5 g 40 g
2	Crema di riso con brodo vegetale Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5 g 40 g
3	Crema di mais e tapioca con brodo vegetale Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema mais e tapioca 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5 g 40 g
4	Crema di riso al pomodoro Parmigiano grattugiato Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Pomodoro q.b. 5 g 5 g 40 g
5	Crema di semolino di mais con brodo vegetale Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di semolino di mais 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5 g 40 g



# Prima Pappa

## Priva di proteine del latte vaccino

N.B: tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)

G	MENU	GRAMMATURE
1	Crema di Semolino al pomodoro Omogeneizzato di coniglio oppure Liofilizzato di coniglio Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di Semolino 20 g – Pomodoro q.b. 40 g  5 g 5 g 40 g
2	Crema di riso con brodo vegetale Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g  5 g 5 g 40 g
3	Crema di mais e tapioca con brodo vegetale Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema mais e tapioca 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g  5 g 5 g 40 g
4	Crema di riso al pomodoro Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Pomodoro q.b. 40g  5 g 5 g 40 g
5	Crema di Semolino con brodo vegetale Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di Semolino 00 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g  5 g 5 g 40 g

## Dieta semisolida - I Settimana

### Priva di glutine

Tabella dietetica a consistenza semisolida, destinata orientativamente a bambini di 8 – 16 mesi. I genitori possono richiedere l'erogazione di questa tabella in funzione della capacità masticatoria del piccolo.

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina aglutinata 00 con lenticchie passate Formaggino Prima Infanzia Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Lenticchie gr. 10 40 g 5 g 80 g
2	Pastina aglutinata 00 al pomodoro Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
3	Crema di riso con brodo vegetale passato Omogeneizzato di pesce oppure Liofilizzato di pesce Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. Omogeneizzato 40 g 5 g 5g 80 g
4	Pastina aglutinata 00 al pomodoro Ricotta Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Pomodoro q.b. 30 g 5 g 80 g
5	Pastina aglutinata 00 con zucca o zucchine passate Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Zucca o zucchine q.b. Omogeneizzato 40 g 5 g 5 g 80 g

**N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)**

## Dieta semisolida - II Settimana

### Priva di glutine

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina aglutinata 00 con fagioli passati Formaggino Prima Infanzia Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Fagioli gr. 10 40 g 5 g 80 g
2	Pastina aglutinata 00 al pomodoro Omogeneizzato di prosciutto cotto oppure Liofilizzato di prosciutto cotto Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
3	Crema di riso con brodo vegetale passato Omogeneizzato di pesce oppure Liofilizzato di pesce Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. Omogeneizzato 40 g 5 g 5g 80 g
4	Pastina aglutinata 00 al pomodoro Omogeneizzato di manzo oppure Liofilizzato di manzo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
5	Pastina aglutinata 00 con spinaci passati Ricotta Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina aglutinata 00 20 g - Spinaci q.b. 30 g 5 g 80 g

N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)

## Dieta semisolida - I Settimana

### Priva di proteine del latte vaccino

Tabella dietetica a consistenza semisolida, destinata orientativamente a bambini di 8 – 16 mesi. I genitori possono richiedere l'erogazione di questa tabella in funzione della capacità masticatoria del piccolo.

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina 00 con lenticchie passate Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Lenticchie gr. 10 40 g  5 g 5 g 80 g
2	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g  5 g 5 g 80 g
3	Crema di riso con brodo vegetale passato Omogeneizzato di pesce oppure Liofilizzato di pesce Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g  5 g 5g 80 g
4	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di coniglio oppure Liofilizzato di coniglio Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g  5 g 5 g 80 g
5	Pastina 00 con zucca o zucchine passate Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Zucca o zucchine q.b. 40 g  5 g 5 g 80 g

**N.B:** tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)

## Dieta semisolida II Settimana

### Priva di proteine del latte vaccino

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina 00 con fagioli passati Omogeneizzato di coniglio oppure Liofilizzato di coniglio Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Fagioli gr. 10 40 g 5 g 5 g 80 g
2	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di prosciutto cotto oppure Liofilizzato di prosciutto cotto Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
3	Crema di riso con brodo vegetale passato Omogeneizzato di pesce oppure Liofilizzato di pesce Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Crema di riso 20 g – Brodo vegetale q.b. 40 g 5 g 5g 80 g
4	Pastina 00 al pomodoro Omogeneizzato di tacchino oppure Liofilizzato di tacchino Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Pomodoro q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g
5	Pastina 00 con spinaci passati Omogeneizzato di pollo oppure Liofilizzato di pollo Olio extravergine d'oliva Omogeneizzato di frutta	Pastina 00 20 g - Spinaci q.b. 40 g 5 g 5 g 80 g

**N.B: tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)**

## Dieta Solida priva di glutine I Settimana

Tabella dietetica a consistenza solida, destinata orientativamente a bambini di 17 – 24 mesi. I genitori possono richiedere l'erogazione di questa tabella in funzione della capacità masticatoria del piccolo.

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina aglutinata con lenticchie passate Formaggino Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Lenticchie gr. 20 22 g 10 g 100 g
2	Pastina aglutinata al pomodoro Prosciutto cotto Crema di zucchine Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Pomodoro q.b. 30 g q.b. 10 g 100 g
3	Pastina aglutinata con patate passate Polpettine di bovino o tacchino  Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Patate 30 g Bovino o tacchino 30 g - uova q.b. - pane q.b. – parmigiano 5 g 10 g 100 g
4	Riso al pomodoro Frittatina Crema di carote Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Riso 30 g - Pomodoro q.b. Uova 30 g - parmigiano 5 g q.b. 10 g 100 g
5	Pastina aglutinata con zucca o zucchine passate Filetto di pesce alla mugnaia Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Zucca o zucchine q.b. 40 g 10 g 100 g

**N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di glutine o prodotti naturalmente privi di glutine (Regolamento UE 1169/2011)**

## Dieta Solida priva di glutine II Settimana

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina aglutinata con fagioli passati Frittatina Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Fagioli 20 g Uova 30 g - parmigiano 5 g 10 g 100 g
2	Pastina aglutinata al pomodoro Spezzatino di pollo Crema di zucchine Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Pomodoro q.b. 30 g Zucchine q.b. 10 g 100 g
3	Riso con brodo vegetale passato Prosciutto cotto Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Riso 30 g - brodo vegetale q.b.- parmigiano 5 g 30 g 10 g 100 g
4	Pastina aglutinata al pomodoro Filetto di pesce alla mugnaia Crema di carote Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Pomodoro q.b. 40 g q.b. 10 g 100 g
5	Pastina aglutinata con spinaci passati Ricotta Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina aglutinata 30 g - Spinaci q.b.- parmigiano 5 g 40 g 10 g 100 g

N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)

## **Dieta Solida - I Settimana priva di proteine del latte vaccino**

Tabella dietetica a consistenza solida, destinata orientativamente a bambini di 17 – 24 mesi. I genitori possono richiedere l'erogazione di questa tabella in funzione della capacità masticatoria del piccolo.

<b>G</b>	<b>MENU</b>	<b>GRAMMATURE</b>
<b>1</b>	Pastina con lenticchie passate Filetto di pesce al pomodoro Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Lenticchie gr. 20 40 g 10 g 100 g
<b>2</b>	Pastina al pomodoro Prosciutto cotto Crema di zucchine Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Pomodoro q.b. 30 g q.b. 10 g 100 g
<b>3</b>	Pastina con patate passate Polpettine di tacchino Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Patate 30 g Tacchino 30 g - uova q.b. - pane q.b. 10 g 100 g
<b>4</b>	Riso al pomodoro Frittatina Crema di carote Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Riso 30 g - Pomodoro q.b. Uova 30 g q.b. 10 g 100 g
<b>5</b>	Pastina con zucca o zucchine passate Filetto di pesce in umido Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Zucca o zucchine q.b. 40 g 10 g 100 g

**N.B. tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di proteine del latte vaccino e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)**



## Dieta Solida - II Settimana priva di proteine del latte vaccino

G	MENU	GRAMMATURE
1	Pastina con fagioli passati Frittatina Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Fagioli 20 g Uova 30 g 10 g 100 g
2	Pastina al pomodoro Spezzatino di pollo Crema di zucchine Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Pomodoro q.b. 30 g Zucchine q.b. 10 g 100 g
3	Riso con brodo vegetale passato Prosciutto cotto Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Riso 30 g - brodo vegetale q.b. 30 g 10 g 100 g
4	Pastina al pomodoro Filetto di pesce impanato Crema di carote Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Pomodoro q.b. 40 g q.b. 5 g 100 g
5	Pastina con spinaci passati Polpettine di tacchino Olio extravergine d'oliva Polpa di frutta	Pastina 30 g - Spinaci q.b. Tacchino 30 g - uova q.b. - pane q.b. 10 g 100 g

N.B. tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e\o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)

## Asili Nido: 25 – 36 Mesi - Tabella Dietetica priva di glutine: Invernale

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato con pangrattato senza glutine</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Risotto con crema di carciofi</li> <li>➤ Formaggino</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con spinaci</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Polpette di bovino</li> <li>➤ Piselli</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con lenticchie</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna aglutinata con zucca</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con legumi</li> <li>➤ Polpette di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con broccoli baresi</li> <li>➤ Rollè di frittata con spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con cavolo</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con piselli</li> <li>➤ Rollè di frittata con spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al latte</li> <li>➤ Polpette di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con passato di verdure</li> <li>➤ Arista di maiale</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna aglutinata rossa</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con broccoli baresi</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con zucchine</li> <li>➤ Frittata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con patate</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa alla mugnaia</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con fagioli</li> <li>➤ Polpette di ricotta e spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata alla bolognese</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con legumi</li> <li>➤ Frittata di spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con zucca</li> <li>➤ Formaggino</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Polpette di merluzzo</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane aglutinato; Una volta a settimana Pane aglutinato integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata.

**N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)**

## Asili Nido: 25 – 36 Mesi - Tabella Dietetica priva di glutine: Estivo

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Fagiolini al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con spinaci</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con fagioli</li> <li>➤ Melanzane alla parmigiana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al latte</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con passato verdure</li> <li>➤ Formaggio</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa alla mugnaia</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con lenticchie</li> <li>➤ Polpettine di ricotta e spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata alla siciliana</li> <li>➤ Frittelle di zucchine al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con crema di zucchine</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con zucchine</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con piselli</li> <li>➤ Polpettine di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna aglutinata con zucca</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pizza aglutinata pomodoro e parmigiano</li> <li>➤ Cotoletta di verdure al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con crema di zucchine</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Purea di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata alla siciliana</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Frittata</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con piselli</li> <li>➤ Formaggio</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con tonno</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna aglutinata rossa</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verdure</li> <li>➤ Formaggio primo sale</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con lenticchie</li> <li>➤ Cotoletta di verdure al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta aglutinata con zucchine</li> <li>➤ Polpette di bovino</li> <li>➤ Piselli</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane aglutinato; Una volta a settimana Pane aglutinato integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata.

**N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)**

## MENU FESTIVI PRIVI DI GLUTINE

NATALE	CARNEVALE	PASQUA
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Gnocchi aglutinati al ragù con mozzarella</li><li>➤ Carne al ragù</li><li>➤ Patate al forno</li><li>➤ Pandorino aglutinato</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Lasagna aglutinata rossa</li><li>➤ Mozzarella</li><li>➤ Dolcetto aglutinato</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Tortellini aglutinati al ragù</li><li>➤ Spezzatino di tacchino con patate e piselli</li><li>➤ Uovo di cioccolato con sorpresa</li></ul>

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)

## CESTINI PRIVI DI GLUTINE

Infanzia		Primaria		Secondaria di I grado	
Alimenti	Grammature	Alimenti	Grammature	Alimenti	Grammature
Due rosette aglutate	50 g/cada uno	Due rosette aglutate	80 g/cada uno	Due rosette aglutate	100 g/cada uno
Prosciutto cotto	40 g	Prosciutto cotto	50 g	Prosciutto cotto	60 g
Formaggio fresco	25 g	Formaggio fresco	50 g	Formaggio fresco	75 g
Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g
Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri

N.B. Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di glutine** o prodotti naturalmente **privi di glutine** (Regolamento UE 1169/2011)

Asili Nido: 25 – 36 Mesi - Tabella Dietetica priva di proteine del latte vaccino: Invernale

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Risotto con crema di carciofi</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con spinaci</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Polpette di pollo</li> <li>➤ Piselli</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna con zucca con besciamella vegetale</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Zuppa di farro e legumi</li> <li>➤ Polpettine di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orecchiette con broccoli baresi</li> <li>➤ Rollè di frittata con spinaci</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con cavolo</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con piselli</li> <li>➤ Rollè di frittata con spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al latte</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Arista di maiale</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna al pomodoro con macinato di suino con besciamella vegetale</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Orecchiette con broccoli baresi</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchine</li> <li>➤ Frittata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con patate</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa impanato</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con fagioli</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con verza</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro con macinato di suino</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Zuppa di orzo e legumi</li> <li>➤ Rollè di frittata con spinaci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucca</li> <li>➤ Petto di tacchino al pomodoro</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane con farina di grano tenero di tipo 0; Una volta a settimana Pane con farina di grano tenero integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata.

N.B. tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)

Asili Nido: 25 – 36 - Tabella dietetica priva di proteine del latte vaccino: estiva

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Fagiolini al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso con spinaci</li> <li>➤ frittata</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta al pomodoro</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con fagioli</li> <li>➤ Melanzane al pomodoro</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Petto di tacchino al pomodoro</li> <li>➤ Purea di carote</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Filetto di platessa impanato</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Spinaci al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale alla siciliana</li> <li>➤ Frittelle di zucchine al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con crema di zucchine</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchine</li> <li>➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con piselli</li> <li>➤ Polpettine di melanzane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta integrale al pomodoro</li> <li>➤ Tortino di merluzzo con patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna con zucca e besciamella vegetale</li> <li>➤ Salsiccia di tacchino</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pizza pomodoro</li> <li>➤ Cotoletta di verdure al forno</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con passato di zucchine</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta alla siciliana</li> <li>➤ Polpettine di merluzzo</li> <li>➤ Insalata verde</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con ceci</li> <li>➤ Zucchine a tocchetti al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riso al pomodoro</li> <li>➤ Frittata</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con piselli</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> </ul>
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con tonno</li> <li>➤ Filetto di merluzzo impanato</li> <li>➤ Bietoline al limone</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna al pomodoro con macinato di suino e besciamella vegetale</li> <li>➤ Ortolana gratinata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cous cous con verdure</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Patate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con lenticchie</li> <li>➤ Cotoletta di verdure al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pasta con zucchine</li> <li>➤ Polpette di tacchino</li> <li>➤ Piselli</li> </ul>

È prevista la distribuzione di:

- Quattro volte a settimana Pane con farina di grano tenero di tipo 0; Una volta a settimana Pane con farina di grano tenero integrale.
- Frutta fresca di stagione tagliata

N.B. tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)

## MENU FESTIVI PRIVI DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO

NATALE	CARNEVALE	PASQUA
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Gnocchi di patate al pomodoro</li> <li>➤ Sovracoscia di pollo</li> <li>➤ Patate al forno</li> <li>➤ Dolcetto privo di PLV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna al pomodoro con macinato di suino e besciamella vegetale</li> <li>➤ Prosciutto cotto</li> <li>➤ Dolcetto privo di PLV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lasagna al pomodoro con macinato di maiale e besciamella vegetale</li> <li>➤ Spezzatino di tacchino con patate e piselli</li> <li>➤ Uovo di cioccolato con sorpresa</li> </ul>

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

N.B. tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)



**CESTINI**  
**PRIVI DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO**

<b>Infanzia</b>		<b>Primaria</b>		<b>Secondaria di I grado</b>	
<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>	<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>	<b>Alimenti</b>	<b>Grammature</b>
Due rosette	50 g/cada uno	Due rosette	80 g/cada uno	Due rosette	100 g/cada uno
Prosciutto cotto	40 g Due confezioni	Prosciutto cotto	50 g Due confezioni	Prosciutto cotto	60 g Due confezioni
Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g
Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri

N.B. tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti privi di **proteine del latte vaccino** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o dei suoi derivati (Regolamento UE 1169/2011)