

TABELLA DIETETICA PRIVA DI LEGUMI - ASILI NIDO, 18/36 mesi

PRIMA SETTIMANA	
I giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b. • Prosciutto cotto g 30 • Spinaci g 100 al burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
II giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
III giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b. • N. 3 bastoncini di pesce (75 g) al forno + olio extravergine d'oliva g 5 • Zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
IV giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b. • Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + parmigiano grattugiato q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
V giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + brodo vegetale q.b. + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • N. 1 bocconcino di mozzarella g 40 • Carote g 100 al burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	

TABELLA DIETETICA PRIVA DI LEGUMI - ASILI NIDO, 18/36 mesi

SECONDA SETTIMANA

I giorno

- Pastina g 40 + patate g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Frittata: un uovo g 50 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

II giorno

- Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + parmigiano grattugiato q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Patate g 100 + burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

III giorno

- Pastina g 40+ zucchine g 100+ olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Carote g 100 + burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

IV giorno

- Pastina g 40 + pomodori pelati q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 + aromi q.b.
- N. 1 bocconcino di mozzarella g 40
- Spinaci g 100 + burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

V giorno

- Pastina g 40+ brodo vegetale q.b. + olio extravergine d'oliva g 5+ parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b.
- Petto di pollo in umido g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Purea di patate: patate disidratate g 25 + latte intero q.b. + burro g 5 + parmigiano grattugiato g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

Handwritten signatures and scribbles at the bottom of the page.

TABELLA DIETETICA PRIVA DI LEGUMI - ASILI NIDO, 18/36 mesi

TERZA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + spinaci g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Formaggini n. 2 (g 22 cadauno) • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40+ zucchine g 100+ olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • N. 3 bastoncini di pesce (75 g) al forno + olio extravergine d'oliva g 5 • Carote g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 • Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + parmigiano grattugiato g 5+ olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta g 40+ zucca 100 g oppure brodo vegetale q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 • Frittata di patate : un uovo g 50 + patate g 70 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

se

3

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PESCE - ASILI NIDO, 18/36 mesi

PRIMA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + fagioli g 20 + Olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Prosciutto cotto g 30 • Spinaci g 100 al burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b. • Frittata: un uovo g 50 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • Zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + minestrone di verdure 100 g + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • N. 1 bocconcino di mozzarella g 40 • Carote g 100 al burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PESCE - ASILI NIDO, 18/36 mesi

SECONDA SETTIMANA	
I giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + lenticchie g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Frittata: un uovo g 50 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
II giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
III giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + piselli g 40 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Prosciutto cotto g 30 • Carote g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
IV giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g • N. 1 bocconcino di mozzarella g 40 • Spinaci g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
V giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Petto di pollo in umido g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Purea di patate: patate disidratate g 25 + latte intero q.b. + burro g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PESCE - ASILI NIDO, 18/36 mesi

TERZA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + ceci g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Formaggini n. 2 (g 22 cadauno) • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Prosciutto cotto g 30 • Carote g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 • Polpette d bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta g 40+ zucca 100 g oppure minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 • Frittata di patate : un uovo g 50 + patate g 70 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

NOTE INFORMATIVE

La tabella dietetica prevede l'esclusione delle proteine del latte vaccino e quindi di tutti gli alimenti che ne contengano anche una piccola quantità: latte e derivati, carne bovina, insaccati, creme, e numerosi prodotti del commercio (salse, merendine, biscotti, alcuni prodotti da forno, impanature).

Nella preparazione dei pasti è fondamentale prestare attenzione alle possibili contaminazioni da alimenti contenenti proteine del latte vaccino ed al consumo di prodotti del commercio che ne possono contenere.

È inoltre importante non aggiungere formaggio grana o parmigiano reggiano alle pietanze.

Le preparazioni a base di pesce e di carne di pollo o tacchino ne prevedono la cottura in umido o al pomodoro, per evitare che nell'impasto siano presenti tracce di proteine del latte vaccino.

Per una migliore resa degli hamburger e per renderli più appetibili, è possibile utilizzare pane o patata q.b. nell'impasto.

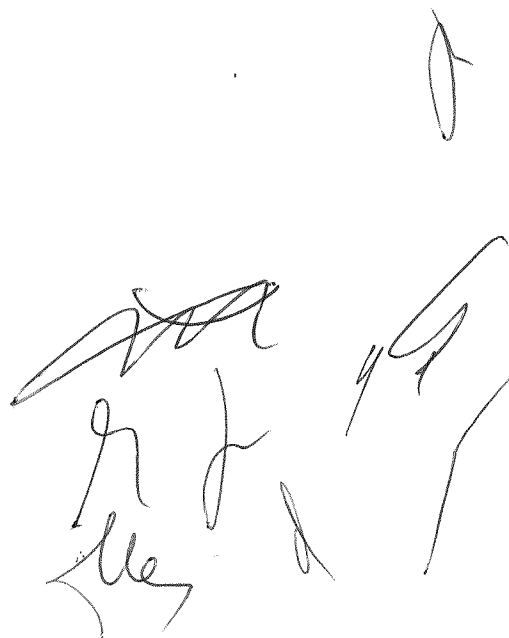


TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

NON AGGIUNGERE FORMAGGIO GRANA O PARMIGIANO REGGIANO ALLE PIETANZE

PRIMA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + fagioli g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Frittata: uovo g 50 + spinaci g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + pomodoro q.b. • Zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + Olio extravergine d'oliva g 5 • Polpette di pollo : macinato di pollo g 50 + pane g 20 + uovo q.b + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 • Carote g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

NON AGGIUNGERE FORMAGGIO GRANA O PARMIGIANO REGGIANO ALLE PIETANZE

SECONDA SETTIMANA

I giorno

- Pastina g 40 + lenticchie g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Frittata: un uovo g 50 + olio extravergine d'oliva g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

II giorno

- Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Polpette di pollo : macinato di pollo g 50 + pane g 20 + uovo q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Patate g 100 + olio extravergine d'oliva g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

III giorno

- Pastina g 40 + piselli g 40 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Filetto di sogliola g 50 + Olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Carote g 100 + olio extravergine d'oliva g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

IV giorno

- Pastina g 40 + pomodori pelati q.b. + olio extravergine d'oliva g 5
- Hamburger di tacchino g 100 + olio extravergine d'oliva g 5
- Spinaci g 100 + olio extravergine d'oliva g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

V giorno

- Riso g 40 + minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5
- Petto di pollo in umido g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Patate g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

re

3

h
 20/10
 h

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

NON AGGIUNGERE FORMAGGIO GRANA O PARMIGIANO REGGIANO ALLE PIETANZE

TERZA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + ceci g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + pomodoro q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 • Carote g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Polpette di tacchino: macinato di tacchino g 50 + pane g 20 + uovo q.b + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta g 40 + zucca 100 g oppure minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 • Frittata di patate : un uovo g 50 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

[Handwritten signatures and initials]