

MENU' ESTIVO A.S. 2023/2024

ASILI NIDO COMUNALI

(1-3 ANNI)

TABELLA 1

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'
PRANZO Pasta al pomodoro BIO Stracchino/Primosale (alternati) Macedonia di verdure	PRANZO Pasta con piselli BIO Polpettone/ Polpettine di carne BIO (alternati) Zucchine all'olio	PRANZO Pasta al pesto finto Prosciutto cotto senza polifosfati Insalata tenera
MERENDA Pane BIO e olio extravergine di oliva italiano BIO	MERENDA Pane BIO e pomodoro	MERENDA Yogurt BIO alla frutta Biscotti
GIOVEDI'	VENERDI'	
PRANZO Passato di verdure con pasta Pizza margherita	PRANZO Riso con verdure Filetti di pesce alla mugnaia Carote cotte BIO olio e prezzemolo	
MERENDA Macedonia di frutta fresca oppure cocomero	MERENDA Dolce di mele BIO oppure Torta all'acqua	

La tabella 1 sarà in vigore nelle seguenti settimane: dal 18/09 al 22/09.

TABELLA 2

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'
PRANZO Pasta all'olio extravergine di oliva italiano BIO e Parmigiano Reggiano DOP Tortino o Crocchette di Ricotta e Spinaci BIO	PRANZO Minestra di verdure con pasta Cosce di coniglio al forno Purea di patate BIO	PRANZO Pasta con verdure Pesce gratinato Pomodori al forno
MERENDA Pane BIO e prosciutto cotto senza polifosfati	MERENDA Yogurt BIO e biscotti	MERENDA Latte BIO e biscotti
GIOVEDI'	VENERDI'	
PRANZO Riso al pomodoro BIO Petto di pollo BIO al limone Pisellini BIO	PRANZO Pasta primavera (mozzarella, pomodori e basilico) Frittata BIO con verdure Fagiolini BIO olio e basilico	
MERENDA Ciaccino	MERENDA Polpa di frutta BIO	

La tabella 2 sarà in vigore nelle seguenti settimane: dal 25/09 al 29/09.

TABELLA 3

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'
PRANZO Insalata di farro BIO da produttori locali Platessa agli odori Patate BIO al prezzemolo	PRANZO Pasta al ragù di carne BIO Sformato di verdure di stagione Insalata tenera	PRANZO Crema di piselli BIO da produttori locali e carote BIO con pasta Uova BIO strapazzate Zucchine trifolate
MERENDA Pane BIO e pomodoro	MERENDA Yogurt BIO alla frutta Biscotti	MERENDA Ciaccino al rosmarino
GIOVEDI'	VENERDI'	
PRANZO Pasta al ragù di pesce di Orbetello (presidio slow food) Asiago DOP Verdure di stagione cotte	PRANZO Pizza Prosciutto cotto senza polifosfati Verdure fresche in insalata	
MERENDA Pane BIO e olio extravergine di oliva italiano BIO	MERENDA Macedonia di frutta fresca	

La tabella 3 sarà in vigore nelle seguenti settimane: dal 2/10 al 6/10.

TABELLA 4

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'
PRANZO Crema di carote BIO Arrosto di Vitellone BIO Spinaci BIO	PRANZO Riso all'olio, limone e prezzemolo Frittata BIO Pomodori in insalata	PRANZO Pasta alla crema di porri e zucchine Arista BIO al forno Carote BIO grattugiate
MERENDA Latte BIO e biscotti	MERENDA Ciaccino	MERENDA Polpa di frutta BIO
GIOVEDI'	VENERDI'	
PRANZO Insalata di pasta con pomodoro fresco e basilico Mozzarella Fagiolini BIO all'olio	PRANZO Pasta all'olio extravergine di oliva italiano BIO e Parmigiano Reggiano DOP Pesce alla marinara Pisellini BIO	
MERENDA Macedonia di frutta oppure Melone	MERENDA Yogurt BIO alla frutta e biscotti	

La tabella 4 sarà in vigore nelle seguenti settimane: dal 9/10 al 13/10.

- TUTTI I GIORNI SARA' SERVITO PANE FRESCO DA PRODUZIONE BIOLOGICA
- L'OLIO UTILIZZATO SARA' ESCLUSIVAMENTE OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA ITALIANO ED ANCHE BIOLOGICO DOVE SPECIFICATO.
- I CONTORNI IN INSALATA SARANNO CONDITI ESCLUSIVAMENTE CON OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA BIOLOGICO.
- IL FORMAGGIO GRATTUGIATO UTILIZZATO SARA' ESCLUSIVAMENTE PARMIGIANO REGGIANO DOP.
- IL PESCE UTILIZZATO PER IL RAGU' E' IL CEFALO PRESIDIO SLOW FOOD PROVENIENTE DA PESCATO MEDITERRANEO OCCIDENTALE FAO 37.3.1 LAGUNA DI ORBETELLO.
- I LEGUMI SECCHI BIOLOGICI E IL FARRO BIOLOGICO PROVENGONO DA PRODUTTORI LOCALI.
- TUTTI I GIORNI SARA' SERVITA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE. (MELE, BANANE, PESCHE PROVENGONO DA AGRICOLTURA BIOLOGICA).
- ALCUNI VEGETALI E IL PESCE (MERLUZZO, PLATessa, CEFALO) SONO CONGELATI/SURGELATI ALL'ORIGINE.

Sostituzioni consigliate:

- **II° Tabella: (giorno martedì)** è consigliabile sostituire la minestra di verdure con la pasta al pesto finto durante i mesi estivi di Giugno e Luglio.
 - **II° Tabella: (giorno mercoledì)** i pomodori al forno possono essere sostituiti con i pomodori in insalata.
 - **III° Tabella: (giorno mercoledì)** è consigliabile sostituire la crema di piselli bio e carote bio con la pasta con pisellini bio e carote bio durante i mesi estivi di Giugno e Luglio.
 - **III° Tabella: (giorno mercoledì)** è consigliabile sostituire l'insalata di farro bio con il risotto alla parmigiana qualora la stagione non fosse sufficientemente calda.
 - **IV° Tabella: (giorno lunedì)** è consigliabile sostituire la crema di carote bio con la pasta al pesto finto durante i mesi estivi di Giugno e Luglio.
 - **IV° Tabella: (giorno giovedì)** è consigliabile sostituire l'insalata di pasta con pasta al pomodoro qualora la stagione non fosse sufficientemente calda.
- Si informano gli utenti che: "i prodotti presenti nel menu possono contenere uno o più dei seguenti allergeni: cereali contenenti glutine, crostacei, uova, pesce, arachidi, soia, latte e derivati, frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, amidi solforosa e solfiti, molluschi e lupini (Allegato II del Reg. UE 1169/2011) come ingredienti e/o come tracce derivanti da cross contamination sito/processo". Si invita a dare informazioni agli uffici competenti in merito ad allergie, intolleranze alimentari o a patologie legate all'assunzione di specifici alimenti, prima di iniziare ad usufruire del servizio.

LA DIETISTA
Dott.ssa Giulia De Nicola