

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**1a settimana**

**09 - 13 settembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE <b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO  TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		<b>PER SUGO DI LENTICCHIE:</b> - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO
	CROCCHETTE DI VERDURA AL FORNO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			VERDURE MISTE COTTE
<b>MA</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO  MOZZARELLA			ORZO/FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE  - PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO		<b>PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (Al posto del PIATTO UNICO)</b>
	VERDURA DI STAGIONE GRATINATA / TRIFOLATA, AL FORNO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (SARDE, CEFALO, CAPPONE) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

**2a settimana**

**16 - 20 settembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A <b>SPIEDINO</b> ARROSTO, AL FORNO	<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
	<b>VERDURA CRUDA IN INSALATA</b> (AL GRATIN)	VERDURA DI STAGIONE AL GRATIN, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	RISO <b>SEMI-INTEGRALE</b> IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			<b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			- SUGO BIANCO CON UNA O PIU' VERDURE DI STAGIONE A SCELTA, TRITATE (asparagi, broccoletti, carciofi, cavolfiore, fiori di zucca, funghi, melanzane, peperoni, porri, zucca, zucchine)
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT/) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**3a settimana**

**23 - 27 settembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FUSILLI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	FUSILLI <b>INTEGRALI/SEMINETEGRALI</b> AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA)	CASATELLA		<b>ALTRI FORMAGGI:</b> - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO /
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A SPEZZATINO AL POMODORO			<b>ALTRA PREPARAZIONE:</b> - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO)
	VERDURA <b>COTTA</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE COTTA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSA VERDE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			
	VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**4a settimana**

**30 settembre - 04 ottobre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
		GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
		LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
<b>MA</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO ( <b>NO TONNO</b> ), PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA		- ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,capponne ) ARROSTO, AL FORNO		FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT/) ARROSTO, AL FORNO POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON PISELLI, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON PISELLI, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		
		VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO		CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
<b>GI</b>		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO		
		PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO		
		VERDURE COTTE DI STAGIONE		
<b>VE</b>		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO		<b>PER MINESTRA DI CECI:</b> - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE
		POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO		<b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - RICOTTA / MOZZARELLA <b>PER TUTTI:</b> - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

5a settimana

07 - 11 ottobre

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
<b>LU</b>	RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		UOVO A FRITTATA (LATTE E PARMIGIANO) <b>ARROTOLATA CON FONTINA</b> (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO	- UOVO A FRITTATA ARROTOLATA CON FONTINA E SPINACI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (SARDE, CEFALO, CAPPONE) ARROSTO, AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**6a settimana**

**14 - 18 ottobre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
<b>MA</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	<b>VERDURE CRUDE IN INSALATA</b> (AL GRATIN)	VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN, AL FORNO		
<b>ME</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	RISOTTO CON BORLOTTI, PARMIGIANO	RISOTTO FUNGHI E BORLOTTI, PARMIGIANO		
	CASATELLA			BURGER DI VERDURA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
<b>GI</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			- SUGO BIANCO CON UNA O PIU' VERDURE DI STAGIONE A SCELTA, TRITATE (asparagi, broccoletti, carciofi, cavolfiore, fiori di zucca, funghi, melanzane, peperoni, porri, zucca, zucchine)
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO			
<b>VE</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,capponne ) ARROSTO, AL FORNO			BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**7a settimana**

**21 - 25 ottobre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE ( piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A SPEZZATINO AL POMODORO			<b>ALTRA PREPARAZIONE:</b> - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A <b>SPIEDINO</b> ARROSTO, AL FORNO		<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
	TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO		<b>- PER SEZIONE PRIMAVERA NO GAMBERI</b> AL FORNO PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSINA VERDE			-CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**8a settimana**

**28 ottobre - 01 novembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	CORONCINA IN MINESTRA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO			<b>PER MINESTRA DI LENTICCHIE:</b> - LE LENTICCHIE POSSONO ESSERE LASCIATE TUTTE INTERE O IN PARTE <b>PER TUTTI:</b> - PASTINA IN BRODO VEGETALE
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			<b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - RICOTTA / MOZZARELLA <b>PER TUTTI:</b> - con PASTINA IN BRODO VEGETALE, POLPETTINE DI LENTICCHIE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	Lombo di maiale al latte, al forno			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO ( <b>NO TONNO</b> ) CON POMODORO E ODORI, PARMIGIANO	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI		- ALLE VONGOLE / AL TONNO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			



# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**9a settimana**

**04 - 08 novembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO			GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) <b>ARROTOLATA CON FONTINA</b> (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		<b>PER FRITTATA ARROTOLATA:</b> - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**10a settimana**

**11 - 15 novembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO  PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO  VERDURE COTTE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	CAROTE <b>COTTE</b> (CRUDE) CON SALSA DI CECI	CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMMUS)		<b>PER SALSA DI CECI (HUMMUS):</b> - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI DI PANE, PARMIGIANO  UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di legumi
	<b>RICOTTA</b> (CRESCENZA)	CRESCENZA		- PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE ( <b>NO FRUTTA SECCA</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		<b>DAI 2 ANNI:</b> - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono) ARROSTO, AL FORNO			<b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPIA CON PISELLI E POMODORO - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA ( <b>al POSTO del PIATTO UNICO</b> )
	PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO			PATATE ARROSTO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**11a settimana**

**18 - 22 novembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (FARFALLE) CON LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	FARFALLE CON LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		<b>PER SUGO DI LENTICCHIE:</b> - LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO
		UOVO SODO CON SALSINA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
<b>MA</b>		RISOTTO <b>SEMINTEGRALE</b> CON SPINACI, PARMIGIANO		- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE
		FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA		
		VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>		FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
		ERBE COTTE (SPINACI/BIETE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- se POLENTA piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO
		POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO ( <b>piatto unico</b> )
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO		<b>- PER SEZIONE PRIMAVERA NO GAMBERI</b> AL FORNO PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**12a settimana**

**25 - 29 novembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			<b>PER MINESTRA DI CECI:</b> - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE <b>PER TUTTI:</b> - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE <b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - RICOTTA / MOZZARELLA <b>PER TUTTI:</b> - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI ( <b>NO TONNO</b> ), PARMIGIANO	SPAGHETTI ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI		- AL TONNO / AL PESCE MISTO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
<b>GI</b>	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
<b>VE</b>				

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

13a settimana

02 - 06 dicembre

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
GI	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO		GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) <b>ARROTOLATA CON FONTINA</b> (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO	<b>PER FRITTATA ARROTOLATA:</b> - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**14a settimana**

**09 - 13 dicembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> <b>(12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappono ) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
<b>ME</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	CAROTE <b>COTTE</b> (CRUDE)CON SALSA DI CECI	CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMMUS)		<b>PER SALSA DI CECI (HUMMUS):</b> - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
	MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			
<b>GI</b>	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE ( <b>NO FRUTTA SECCA</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		<b>DAI 2 ANNI:</b> - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
<b>VE</b>	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA COTTA DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		- CROSTINI DI PANE/RISO/COUS-COUS in passato di verdure - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE	
MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA		
VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

15a settimana

16 - 20 dicembre

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A <b>SPIEDINO</b> ARROSTO, AL FORNO	<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
	TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO
MA	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>PASSATELLI</b> IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	CAPPELLETTI AL FORMAGGIO IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- RAVIOLI / TORTELLONI RICOTTA E SPINACI / RICOTTA E RADICCHIO ROSSO CON SALVIA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PARMIGIANO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- se RAVIOLI / TORTELLONI, no patate arrosto, sostituire con FAGIOLINI
ME	RISOTTO ZUCCA E BORLOTTI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
		SQUACQUERONE		<b>BURGER DI VERDUTA</b>
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
GI	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**16a settimana**

**23 - 27 dicembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
<b>MA</b>	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO  PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO  VERDURE COTTE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO			<b>PER MINESTRA DI CECI:</b> - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			<b>PER TUTTI:</b> - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)			<b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - RICOTTA / MOZZARELLA <b>PER TUTTI:</b> - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURE CRUDE IN INSALATA			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE			
	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO			
	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO  LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO ( <b>NO TONNO</b> ), PARMIGIANO			- ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTO DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )			- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			



# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**17a settimana**

**30 dicembre - 03 gennaio 2019**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
<b>ME</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- LENTICCHIE STUFATE
<b>GI</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE E PARMIGIANO			
	FILETTI DI MERLUZZO ( PLATESSA/HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO		
<b>VE</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO			GNOCCHI AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) <b>ARROTOLATA CON FONTINA</b> (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		<b>PER FRITTATA ARROTOLATA:</b> - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**18a settimana**

**06 - 10 gennaio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
<b>MA</b>	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAPELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		PATATE ARROSTO
<b>ME</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE ( <b>NO FRUTTA SECCA</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		<b>DAI 2 ANNI:</b> - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>		ORZO IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO		- CROSTINI DI PANE/RISO/COUS-COUS in passato di legumi
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON PIADINA/FORNARINA	CASATELLA CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
		ERBE COTTE (SPINACI/BIETE)		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>		FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

19a settimana

13 - 17 gennaio

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponi) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO  VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- SUGO BIANCO CON UNA O PIU' VERDURE DI STAGIONE A SCELTA, TRITATE (asparagi, broccoletti, carciofi, cavolfiore, fiori di zucca, funghi, melanzane, peperoni, porri, zucca, zucchine)
MA	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b>		
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, capponi)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA			
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A <b>SPIEDINO</b> ARROSTO, AL FORNO		<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
VERDURE MISTE GRATINATE			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO	
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	RISO <b>SEMI-INTEGRALE</b> IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			<b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**20a settimana**

**20 - 24 gennaio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> <b>(12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>		FUSILLI AL SUGO DI ZUCCA, PARMIGIANO  PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO  VERDURE COTTE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO  CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO  UOVO SODO CON SALSA VERDE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
<b>ME</b>		RISOTTO <b>SEMINTEGRALE</b> CON CARCIOFI (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO  <b>RICOTTA</b> (CRESCENZA)  VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	CRESCENZA  VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	<b>ALTRI FORMAGGI:</b> - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO  PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO  VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE <b>( NO NOCI )</b>	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	<b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPIA CON PISELLI E POMODORO -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO  - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
<b>VE</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO  MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA)  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- se POLENTA piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO  - POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO ( <b>piatto unico</b> )

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

21a settimana

27 - 31 gennaio

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO			GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) <b>ARROTOLATA CON FONTINA</b> (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO	<b>PER FRITTATA ARROTOLATA:</b> - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, capponne)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**22a settimana**

**03 - 07 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>		FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO  POLLO ARROSTO, AL FORNO  VERDURE COTTE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>		COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di legumi - se PIZZA, sostituire il passato di legumi con passato di verdure
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		- PIZZA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAPELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		PATATE ARROSTO
<b>GI</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE ( <b>NO FRUTTA SECCA</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		<b>DAI 2 ANNI:</b> - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	CAROTE <b>COTTE</b> CON SALSA DI CECI (CRUDE A BASTONCINO)	CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)		<b>PER SALSA DI CECI (HUMMUS):</b> - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
		CROSTINI DI PANE CON PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO  UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**23a settimana**

**10 - 14 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISO <b>SEMI-INTEGRALE</b> IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	CASATELLA			BURGER DI VERDURE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			SUGO BIANCO CON UNA O PIU' VERDURE DI STAGIONE A SCELTA, TRITATE (asparagi, broccoletti, carciofi, cavolfiore, fiori di zucca, funghi, melanzane, peperoni, porri, zucca, zucchine)
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	FUSILLI AL SUGO DI CARCIOFI E PISELLI, PARMIGIANO			SUGO DI POMODORO
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			
	VERDURA COTTA GRATINATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO
<b>GI</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE ARROSTO, AL FORNO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

**24a settimana**

**17 - 21 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA)  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- se POLENTA piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO  - POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO ( <b>piatto unico</b> )
<b>MA</b>	<b>PENNETTE</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO  UOVO SODO CON SALSIA VERDE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO  PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO  VERDURE COTTE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	<b>GOBBETTI</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	GOBBETTI <b>INTEGRALI/SEMINTTEGRALI</b> AL POMODORO PARMIGIANO		
		<b>RICOTTA</b> (CRESCENZA)	CRESCENZA	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				



# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**25a settimana**

**24 - 28 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA			
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(AL POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE E VERDURA LESSATE			<b>ALTRA PREPARAZIONE PATATE:</b> - PURE'
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO ( <b>NO TONNO</b> ) CON POMODORO E ODORI, PARMIGIANO	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI		- ALLE VONGOLE / AL TONNO
	FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO			PESCE AZZURRO FRESCO GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO
<b>VE</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO			<b>PER MINESTRA DI CECI:</b> - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE <b>PER TUTTI:</b> - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE <b>PER PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - RICOTTA / MOZZARELLA <b>PER TUTTI:</b> - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**26a settimana**

**02 - 06 marzo**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza** ) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> <b>(12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	MINISTRINA IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure - NON sostituire MAI il passato con un primo asciutto se pizza dopo - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE , PARMIGIANO		- LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA
<b>VE</b>	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE ( <b>NO FRUTTA SECCA</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		<b>DAI 2 ANNI:</b> - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**27a settimana**

**09 - 13 marzo**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	SEDANINI AL POMODORO PARMIGIANO	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL POMODORO PARMIGIANO		
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			<b>PER POLPETTONE ARCOBALENO:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	SQUACQUERONE			BURGER DI VERDURE
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	PENNETTE CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO			PASTA AL POMODORO
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A <b>SPIEDINO</b> ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) <b>OLIO</b> , PARMIGIANO	SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PARMIGIANO		
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCT</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) <b>ARROTOLATA CON FONTINA</b> (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		<b>PER FRITTATA ARROTOLATA:</b> - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**28a settimana**

**16 - 20 marzo**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FARFALLE OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSA VERDE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

## TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

29a settimana

23 - 27 marzo

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza** ) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI ( <b>NO TONNO</b> ), PARMIGIANO	SPAGHETTI ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI		- AL TONNO / AL PESCE MISTO
		FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
ME		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE ARROSTO, AL FORNO TRIS DI VERDURE DI STAGIONE LESSATE / GRATINATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA PIU' VERDURA CRUDA DI STAGIONE ( <b>al POSTO del PIATTO UNICO</b> )
GI		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO		
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE		FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**30a settimana**

**30 marzo - 03 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) - LENTICCHIE STUFATE
	PISELLI			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		<b>PER SALSA DI LENTICCHIE:</b> - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO
	VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO			CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
<b>ME</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			<b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
<b>VE</b>	CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/ORZO IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**31a settimana**

**06 - 10 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO  PATATE ARROSTO, AL FORNO  VERDURE LESSATE / GRATINATE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
<b>MA</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO  STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE  VERDURE COTTE DI STAGIONE  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO  CASATELLA			- RISOTTO CON PISELLI  BURGER DI VERDURE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) <b>AL POMODORO</b> , PARMIGIANO	SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PREZZEMOLO, PARMIGIANO		
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	SEDANINI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**32a settimana**

**13 - 17 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO IN BIANCO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	ERBE COTTE (SPINACI/BIETE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	UOVO SODO CON SALSINA VERDE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			



# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**33a settimana**

**20 - 24 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			- SEDANINI ALL'ORTOLANA
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO			CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA		- PENNETTE / SPAGHETTI AL PESCE MISTO (MERLUZZO, PLATESSA, VONGOLE) ( <b>piatto unico</b> )
	FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA ( <b>al POSTO del PIATTO UNICO</b> )
	PATATE E VERDURA LESSATE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			- SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARMIGIANO ( <b>piatto unico</b> )
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**34a settimana**

**27 aprile - 01 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	GOBBETTI AL PESTO <b>(NO PINOLI)</b>	GOBBETTI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			<b>PER POLPETTONE ARCOBALENO:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/PINZIMONIO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - NON sostituire MAI il passato con un primo asciutto se pizza dopo
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- MOZZARELLA+PIZZA POMODORO

**35a settimana**

**04 - 08 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT ) ARROSTO, AL FORNO
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO			- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO			- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE <b>(NO PINOLI)</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
	<b>RICOTTA</b> (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAPELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**36a settimana**

**11 - 15 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - FARFALLE FREDDE IN INSALATA CON LENTICCHIE LESSATE, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO
		UOVO SODO CON SALSINA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
<b>MA</b>		RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
		MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- PIZZA MARGHERITA O CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni)
<b>GI</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
		VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO		<b>DAI 3 ANNI</b> INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE O GAMBERI GRATINATI AL FORNO <b>PER TUTTI</b> FILETTI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

**37a settimana**

**18 - 22 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. SCUOLA INFANZIA</b> (2-3 anni) (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO			CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO ( <b>NO TONNO</b> ) CON POMODORO E ODORI, PARMIGIANO	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI		- ALLE VONGOLE / AL TONNO
	FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO</b>	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
		PATATE E VERDURA LESSATE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

**38a settimana**

**25 - 29 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza** ) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	ORZO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO	ORZO FREDDO IN INSALATA DI VERDURE MISTE		- ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE -PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
		MOZZARELLA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
		SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
<b>ME</b>		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT A COTOLETTA, IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/BASTONCINO		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
<b>GI</b>		GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		
		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>		RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO		<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
		PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- LENTICCHIE STUFATE

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**39a settimana**

**01 - 05 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> <b>(12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAPELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO			- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO			- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		FUSILLI <b>FREDDI CON POMODORINI</b> E BASILICO	<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO
	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- CROSTINI DI PANE/ORZO/RISO/CROUS-BOUS in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - con FARRO FREDDO solo casatella (NO fornarina)
<b>VE</b>	CASATELLA CON FORNARINA/PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)			<b>PER FORNARINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**40a settimana**

**08 - 12 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO <b>LESSATI, FREDDI IN INSALATA</b> <b>CON VERDURE MISTE CRUDE</b>	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE DI STAGIONE		<b>PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO:</b> - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO</b>	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
<b>ME</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		<b>PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE <b>DAI 3 ANNI:</b>
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE ( <b>NO PINOLI</b> )	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO DI ZUCCHINE		la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età'
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	RISOTTO AL <b>PESCE MISTO</b>	RISOTTO ALLE VONGOLE		- RISOTTO AL SUGO DI PESCE MISTO ( <b>piatto unico</b> ) <b>DAI 3 ANNI:</b>
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			



# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**41a settimana**

**15 - 19 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO</b>	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
		PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>		SEDANINI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA		<b>DAI 3 ANNI:</b> - PENNETTE FREDDI AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI
		FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		UOVO SODO CON SALSINA VERDE		
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INS./BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**42a settimana**

**22 - 26 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI  FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- LENTICCHIE STUFATE
<b>MA</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	<b>PENNETTE</b> IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO		- se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO per tutti
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE <b>COTTE</b> di stagione	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**43a settimana**

**29 giugno - 03 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>SEDANINI</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA)	CASATELLA		<b>ALTRI FORMAGGI:</b> - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO		- la quantità di CARNE per il RAGU' deve essere quasi la stessa che viene utilizzata come secondo
		VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
		GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO		- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO		- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	FUSILLI <b>FREDDI CON POMODORINI</b> E BASILICO		FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA
		POLLO ARROSTO, AL FORNO		
		VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>		COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b>
		MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO		- COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON - PIZZA MARGHERITA O CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**44a settimana**

**06 - 10 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE ( <b>NO PINOLI</b> )	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO DI ZUCCHINE		a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		<b>PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		<b>BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO</b> <b>LESSATI, FREDDI IN INSALATA</b> <b>CON VERDURE MISTE CRUDE</b>	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE DI STAGIONE		<b>PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO:</b> - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	<b>VERDURE COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
	VERDURE MISTE COTTE			- SFORMATO / CROSTATI DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	FARFALLE ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**45a settimana**

**13 - 17 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
<b>MA</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		<b>DAI 3 ANNI:</b> - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO <b>FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO</b>		<b>INSALATA DI GAMBERI E VERDURE FRESCHE</b> - PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO CASATELLA CON FORNARINAPIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		-ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>- DAI 3 ANNI:</b> - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA <b>PER FORNARINA:</b> - FARINA OLIO EXTRA VERGINE OLIVA LIEVITO NATURALE
<b>VE</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde)
	<b>VERDURE COTTE</b> (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**46a settimana**

**20 - 24 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA			
	PISELLI			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			
	<b>VERDURE COTTE</b> (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO  - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE <b>COTTE</b> (INSALATA MISTA)	INSALATA MISTA		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**47a settimana**

**27 - 31 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO		- la quantità di CARNE per il RAGU' deve essere quasi la stessa che viene utilizzata come secondo
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI :</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - PIZZA MARGHERITA O CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni)
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
<b>ME</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		FUSILLI <b>FREDDI CON POMODORINI</b> E BASILICO	<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO
	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
<b>VE</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO - BURGER DI VERDURE
<b>SA</b>	<b>VERDURE MISTE COTTE</b> (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO		se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO
	<b>SEDANINI CON RAGU' DI</b> CONIGLIO, <b>PARM.</b>	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO		- SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM. ( <b>PIATTO UNICO</b> )
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**48a settimana**

**03 - 07 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE ARROSTO, AL FORNO VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	SEDANINI AL PESTO <b>DI ZUCCHINE (NO PINOLI)</b>	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO DI ZUCCHINE		la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO		<b>PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
		VERDURE MISTE COTTE		- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	FUSILLI CON ZUCCHINE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO <b>LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE</b>	<b>PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO:</b> - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	<b>RICOTTA</b> (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		



# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**49a settimana**

**10 - 14 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV.</b> (2-3 anni) <b>SCUOLA INFANZIA</b> (3-6 anni)	<b>SCUOLA PRIMARIA</b> (6-11 anni) <b>/ SECONDARIA</b> (12-14 anni)	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
		VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
		FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
<b>ME</b>		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
		CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		<b>DAI 3 ANNI:</b> - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI. - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
<b>GI</b>		RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA
		CASATELLA CON FORNARINA/PIADINA		<b>PER FORNARINA:</b> - FARINA INTEGRALE, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO
VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)		VERDURA CRUDA IN INSALATA		
<b>SA</b>		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**50a settimana**

**17 - 21 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PASSATELLI IN <b>BRODO VEGETALE</b>	PASSATELLI ASCIUTTI CON SALSA DI ZUCCHINE E POMODORINI		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
		PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA		<b>PER TUTTI (NO NIDO):</b> - PENNETTE FREDDI AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI <b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - FARFALLE FREDDI IN INSALATA CON CECI LESSATI, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO
		VERDURE MISTE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>		SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>		FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
		FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO	<b>INSALATA DI GAMBERI E VERDURE FRESCHE</b>	
	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**51a settimana**

**24 - 28 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b> <b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni)</b> <b>/ SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			
	PISELLI			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO  - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) A COTOLETTA, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>PASSATELLI IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	RAVIOLI CON RICOTTA E SPINACI CON OLIO, SALVIA / AL POMODORO, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - TORTELLONI RICOTTA E SPINACI / RICOTTA E RADICCHIO ROSSO
	PATATE LESSATE	PATATE LESSATE <b>E FAGIOLINI</b>		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2020

**52a settimana**

**31 agosto - 04 settembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	SEDANINI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO PARMIGIANO		<b>PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA:</b> - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
	VERDURE MISTE COTTE			- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO <b>LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE</b>	<b>PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO:</b> - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	GOBBETTI CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO			
	<b>RICOTTA</b> (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA(FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			