

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

1a settimana

11 - 15 settembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | | PER SUGO DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO |
| | CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO | | | - |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | VERDURE MISTE COTTE | |
| MA | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | ORZO/FARRO/RISO IN PASSATO DI VERDURE |
| | MOZZARELLA | | | - PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (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 DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

2a settimana

18 - 22 settembre

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPIEDINO |
| | VERDURE CRUDE IN INSALATA (AL GRATIN) | VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN, AL FORNO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORNATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORNATO per tutti |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | 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 | | | |
| GI | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | |
| | FILETTI DI PLATESSA (HALIBUT/ MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

3a settimana

25 - 29 settembre

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di verdure - DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE |
| | RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA | CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA PER FORNARINA: - FARINA. OLIO EXTRA VERGINE OLIVA. LIEVITO NATURALE. |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI |
| | VITELLONE A SPEZZATINO AL POMODORO | | | ALTRA PREPARAZIONE: - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO) |
| | PATATE IN PURE' | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | PENNETTE (SPAGHETTI) SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO, CAPPERI, OLIVE E ORIGANO | | |
| | FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | GAMBERI A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | PER SCUOLA INFANZIA: - GAMBERI ARROSTO / A SPIEDINO AL FORNO PER TUTTI: - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | |
| | UOVO SODO CON SALSA VERDE | | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE |
| | CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO | | | |
| | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

4a settimana

02 - 06 ottobre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO Lombo di maiale al latte, al forno FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| MA | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO |
| | | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| ME | | 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 | | |
| GI | | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| VE | | MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO | | PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE |
| | | POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

5a settimana

09 - 13 ottobre

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | | | - CROSTINI DI PANE AL FORNO |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE E PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO | | - UOVO A FRITTATA ARROTOLATA CON FONTINA E SPINACI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

6a settimana

16 - 20 ottobre

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPIEDINO |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | |
| | VERDURE CRUDE IN INSALATA (AL GRATIN) | VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN, AL FORNO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORMATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORMATO per tutti |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | - 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) |
| | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

7a settimana

23 - 27 ottobre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE |
| | CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO | | | |
| | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | ORZO/RISO IN PASSATO DI VERDURE |
| | RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA | CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI |
| | VITELLONE A SPEZZATINO AL POMODORO | | | ALTRA PREPARAZIONE: - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO) |
| | PATATE IN PURE' | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | PENNETTE (SPAGHETTI) SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO, CAPPERI, OLIVE E ORIGANO | | |
| | FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | | GAMBERI A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | PER SCUOLA INFANZIA: - GAMBERI ARROSTO / A SPIEDINO AL FORNO PER TUTTI: - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | |
| | UOVO SODO CON SALSIA VERDE | | | -CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

8a settimana

30 ottobre - 03 novembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | GNOCCHETTI SARDI IN MINESTRA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO | | | PER MINESTRA DI LENTICCHIE: - LE LENTICCHIE POSSONO ESSERE LASCIATE TUTTE INTERE O IN PARTE |
| | POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO | | | PER TUTTI: - PASTINA IN BRODO VEGETALE |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | PER TUTTI: - con PASTINA IN BRODO VEGETALE, POLPETTINE DI LENTICCHIE |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO |
| | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | 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 | | | |
| VE | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

9a settimana

06 - 10 novembre

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | | | - CROSTINI DI PANE AL FORNO |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO | | PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

10a settimana

13 - 17 novembre

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI | |
|-----------|--|--|--|--|---|
| LU | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE (NO FRUTTA SECCA) | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE E MANDORLE | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI ERBE AROMATICHE E NOCI/ MANDORLE/ PINOLI; - DI SPINACI E NOCI; - DI CAVOLFIOR E MANDORLE | |
| | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO | | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | | |
| MA | CAROTE COTTE (CRUDE)CON SALSA DI CECI | CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMUS) | | PER SALSA DI CECI (HUMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE | |
| | MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO | | | | |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO | | | | |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | | |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO | | | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | | |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | | |
| | COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO | | | | |
| | RICOTTA (CRESCENZA) | CRESCENZA | | | - ORZO/RISO in passato di legumi |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | | - PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | | |
| | SEDANINI (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 |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

11a settimana

20 - 24 novembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (FARFALLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | FARFALLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | | PER SUGO DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO |
| | | UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| MA | | RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO | | - RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE |
| | | CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO | | |
| | | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | - ORZO/RISO in passato di verdure |
| | RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA | CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO) |
| GI | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | - se POLENTA piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO |
| VE | | POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA) | | - POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO (piatto unico) |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| | PENNETTE (SPAGHETTI) SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO, CAPPERI, OLIVE E ORIGANO | | |
| | | FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/ HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | GAMBERI A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | PER SCUOLA INFANZIA: - GAMBERI ARROSTO / A SPIEDINO AL FORNO PER TUTTI: - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

12a settimana

27 novembre - 01 dicembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO | | | PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI |
| | POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO |
| | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | 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 | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

13a settimana

04 - 08 dicembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|---|
| LU | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | |
| | RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA | CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE 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 | | | |
| ME | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | | | - CROSTINI DI PANE AL FORNO |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO | | PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

14a settimana

11 - 15 dicembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (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 | | | |
| MA | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE (NO FRUTTA SECCA) | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE E MANDORLE | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI ERBE AROMATICHE E NOCI/ MANDORLE/ PINOLI; - DI SPINACI E NOCI; - DI CAVOLFIORE E MANDORLE |
| | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| ME | CAROTE COTTE (CRUDE) CON SALSA DI CECI | CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMUS) | | PER SALSA DI CECI (HUMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE |
| | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di verdure - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

15a settimana

18 - 22 dicembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | |
| | FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | PASSATELLI 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 | | | - se RAVIOLI / TORTELLONI, no patate arrosto, sostituire con FAGIOLINI |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPIEDINO |
| | VERDURA COTTA GRATINATA | | | - VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORMATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - STRACCHINO / SQUACQUERONE - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORMATO per tutti |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| VE | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | 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 | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

16a settimana

25 - 29 dicembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | 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) |
| MA | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO | | | PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO |
| | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

17a settimana

01 - 05 gennaio 2018

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) - LENTICCHIE STUFATE |
| MA | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| GI | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE E PARMIGIANO FILETTI DI HALIBUT (MERLUZZO / PLATESSA) ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| VE | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO | - CROSTINI DI PANE AL FORNO PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

18a settimana

08 - 12 gennaio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di legumi |
| | RICOTTA (CASATELLA) CON PIADINA | CASATELLA CON PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (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 | | | PATATE ARROSTO |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | CAROTE COTTE (CRUDE)CON SALSA DI CECI | CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMUS) | | PER SALSA DI CECI (HUMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE |
| | MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO | | | |
| VE | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

19a settimana

15 - 19 gennaio

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | 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 | | | |
| MA | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | |
| | FILETTI DI PLATESSA (HALIBUT / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPIEDINO |
| | VERDURA COTTA GRATINATA | | | - VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORMATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - STRACCHINO / SQUACQUERONE - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORMATO per tutti |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

20a settimana

22 - 26 gennaio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | PENNETTE (SPAGHETTI) SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO, CAPPERI, OLIVE E ORIGANO | | |
| | FILETTI DI MERLUZZO (HALIBUT / PLATESSA) ARROSTO, AL FORNO | GAMBERI A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | PER SCUOLA INFANZIA: - GAMBERI ARROSTO / A SPIEDINO AL FORNO PER TUTTI: - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | |
| | UOVO SODO CON SALSIA VERDE | | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | RISOTTO CON CARCIOFI (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | RICOTTA (CRESCENZA) | CRESCENZA | | |
| VE | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | 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) | | | - POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO (piatto unico) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

21a settimana

29 gennaio - 02 febbraio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|---|---|
| LU | CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | | | - CROSTINI DI PANE AL FORNO |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO | PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) |
| | PISELLI | | | - LENTICCHIE STUFATE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE A FETTINE ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE 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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA/PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

22a settimana

05 - 09 febbraio

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di legumi - se PIZZA, sostituire il passato di legumi con passato di verdure |
| | RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA | CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | - PIZZA |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO | | - PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | PATATE ARROSTO |
| GI | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE (NO FRUTTA SECCA) | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE E MANDORLE | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI ERBE AROMATICHE E NOCI/ MANDORLE/ PINOLI; - DI SPINACI E NOCI; - DI CAVOLTIOR E MANDORLE |
| | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | CAROTE COTTE CON SALSA DI CECI (CRUDE A BASTONCINO) | CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMUS) | | PER SALSA DI CECI (HUMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE |
| | MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

23a settimana

12 - 16 febbraio

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|---------------------------|--|--|--|---|
| LU | RISO IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORMATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - STRACCHINO / SQUACQUERONE - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORMATO per tutti |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | 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 | | | | |
| ME | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPIEDINO |
| | VERDURA COTTA GRATINATA | | | - VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

24a settimana

19 - 23 febbraio

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | 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) | | | - POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO (piatto unico) |
| MA | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | PENNETTE (SPAGHETTI) SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO, CAPPERI, OLIVE E ORIGANO | | |
| | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO, AL FORNO | GAMBERI A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | PER SCUOLA INFANZIA: - GAMBERI ARROSTO / A SPIEDINO AL FORNO PER TUTTI: - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | |
| GI | UOVO SODO CON SALSA VERDE | | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| VE | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| VE | RICOTTA (CRESCENZA) | CRESCENZA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

25a settimana

26 febbraio - 02 marzo

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO |
| | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO | | | - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | PASSATELLI / CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (AL POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE E VERDURA LESSATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | ALTRA PREPARAZIONE PATATE: - PURE' |
| | | | | |
| ME | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI) | VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO | | | PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE |
| | POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

26a settimana

05 - 09 marzo

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | MINISTRINA IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | 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) MARGHERITA | | | - ORZO/RISO 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 |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO | TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE , PARMIGIANO | | - LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAAMELLA |
| | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE (NO FRUTTA SECCA) | GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE E MANDORLE | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI ERBE AROMATICHE E NOCI/ MANDORLE/ PINOLI; - DI SPINACI E NOCI; - DI CAVOLFIORE E MANDORLE - PESTO CON BASILICO |
| | BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

27a settimana

12 - 16 marzo

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | PENNETTE AL POMODORO AGLIO E PREZZEMOLO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | | - BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORNATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - STRACCHINO / SQUACQUERONE - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORNATO per tutti |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI) | SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO | | | PER POLPETTONE ARCOBALENO: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO , PARMIGIANO | SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PREZZEMOLO, PARMIGIANO | | |
| | FILETTI PLATESSA DI (HALIBUT / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA PIU' VERDURA CRUDA DI STAGIONE (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE LESSATE / GRATINATE DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

28a settimana

19 - 23 marzo

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di verdure |
| | CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | | PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO) |
| MA | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI; DI CAVOLFIORE E MANDORLE |
| | VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA | | | PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO) |
| | PATATE IN PURE' FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO | | |
| | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO, AL FORNO | | INSALATA DI GAMBERI E | DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | |
| | UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

29a settimana

26 - 30 marzo

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LONBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| MA | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - PENNETTE / SPAGHETTI AL PESCE MISTO (MERLUZZO, PLATESSA, VONGOLE) (PIATTO UNICO) |
| | | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| ME | | PASSATELLI/CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | | PATATE E VERDURA LESSATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| GI | | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO | | |
| | | PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI) | VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | | PER SALSA DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO |
| | | VERDURE MISTE COTTE DI STAGIONE | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

30a settimana

02 - 06 aprile

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|--|
| LU | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | GNOCCHETTI SARDI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO | | | PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) |
| | PISELLI | | | - LENTICCHIE STUFATE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

31a settimana

09 - 13 aprile

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | 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) |
| MA | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO | PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO A SPIEDINO |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO | | | - RISOTTO CON PISELLI |
| | VERDURE COTTE MISTE / A SFORMATO | | | PER PRIMARIA / SECONDARIA: - STRACCHINO / SQUACQUERONE - se RISOTTO, VERDURE MISTE COTTE A SFORMATO per tutti |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 | | | PER POLPETTONE ARCOBALENO: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO , PARMIGIANO | SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PREZZEMOLO, PARMIGIANO | | |
| | FILETTI DI PLATESSA (HALIBUT / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | DAI 3 ANNI: - SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

32a settimana

16 - 20 aprile

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | RISOTTO IN BIANCO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - ORZO/RISO in passato di verdure PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO) |
| ME | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA PATATE IN PURE' FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI; DI CAVOLFIORE E MANDORLE PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO) |
| | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO | | |
| GI | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO AL FORNO | | INSALATA DI GAMBERI E | DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

33a settimana

23 - 27 aprile

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | | PER SUGO DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO |
| | | VERDURE MISTE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| MA | | SEDANINI ALL'ORTOLANA, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO | | - SEDANINI AL POMODORO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| ME | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - PENNETTE / SPAGHETTI AL PESCE MISTO (MERLUZZO, PLATESSA, VONGOLE) (piatto unico) |
| | | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| GI | | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE E VERDURA LESSATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI) | VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| VE | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

34a settimana

30 - 04 maggio

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/PINZIMONIO | | |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | CORONCINE IN MINISTRA DI PATATE, PARMIGIANO | GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO | | - GNOCCHI DI PATATE |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) - LENTICCHIE STUFATE |
| VE | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - 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 (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

35a settimana

07 - 11 maggio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO | | | - GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO | | | - HAMBURGER DI VERDURE |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE |
| | RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA | SQUACQUERONE CON PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| VE | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO | LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO | | - PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

36a settimana

14 - 18 maggio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|---|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | | DAI 3 ANNI: - FARFALLE FREDDI IN INSALATA CON LENTICCHIE LESSATE, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO |
| | | UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| MA | | RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | | FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO | | - ORZO/RISO in passato di verdure DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE |
| | | CASATELLA CON FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | - con FARRO FREDDO solo casatella (NO fornarina) PER FORNARINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO |
| GI | | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI |
| | | VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA | | PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO) |
| | | PATATE IN PURE' FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| VE | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO | | |
| | | FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | INSALATA DI GAMBERI E | DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2017/2018

37a settimana

21 - 25 maggio

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO | | | |
| | PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI) | VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | DAI 3 ANNI: - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI |
| | CROCCHETTE DI SPINACI E RICOTTA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - RICOTTA/CRESCENZA |
| ME | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA | | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | - PENNETTE / SPAGHETTI AL PESCE MISTO (MERLUZZO, PLATESSA, VONGOLE) (piatto unico) |
| | FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI | | PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE E VERDURA LESSATE | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

38a settimana

28 maggio - 01 giugno

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | 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) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | | SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI 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 FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) A COTOLETTA, AL FORNO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/PINZIMONIO | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| | CORONCINE IN MINISTRA DI PATATE, PARMIGIANO | GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO | | - GNOCCHI DI PATATE |
| | | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| | | RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | |
| VE | | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) |
| | | PISELLI | | - LENTICCHIE STUFATE |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

39a settimana

04 - 08 giugno

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (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 | | | |
| MA | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO | | | - GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO - HAMBURGER DI VERDURE |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO | | PER SCUOLA INFANZIA: - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | - ORZO/RISO in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

40a settimana

11 - 16 giugno

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|---------------------------|---|--|--|--|
| LU | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - SPAGHETTI FREDDI CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE |
| | FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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 | | | |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE | | PER INSALATA DI POLLO E TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | | |
| | VERDURE COTTE DI STAGIONE | | | - SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 | | | PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | RISOTTO AL PESCE MISTO | RISOTTO ALLE VONGOLE | | - RISOTTO AL SUGO DI PESCE MISTO (piatto unico) DAI 3 ANNI: - GAMBERI E ZUCCHINE (piatto unico) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

41a settimana

18 - 23 giugno

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|--|
| LU | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO | PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI | | PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | | PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| MA | | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| ME | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | | DAI 3 ANNI: - FARFALLE FREDEE IN INSALATA CON LENTICCHIE LESSATE, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO |
| | | VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| | | | | |
| GI | | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | - VERDURE DI STAGIONE IN GRATIN |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| VE | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | DAI 3 ANNI: - PENNETTE / SPAGHETTI FREDDI AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI |
| | | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |
| SA | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | | UOVO SODO CON SALSА VERDE | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INS. / PINZ.) | VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO | | |
| | | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

42a settimana

25 giugno - 30 giugno

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|----|---|--|--|---|
| LU | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) |
| | PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - LENTICCHIE STUFATE |
| MA | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO | | | DAI 3 ANNI: - 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) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | 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 | | | |
| | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE IN INS. / PINZ.) | VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO | | - GNOCCHI DI PATATE |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | PENNETTE IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO | SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO | | - se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO per tutti |
| | CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO | | | - SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARMIGIANO (piatto unico) |
| SA | VERDURE COTTE di stagione | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

43a settimana

02 - 07 luglio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|--|
| LU | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | ORZO/RISO in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni) |
| | VERDURA COTTA (VERDURA CRUDA DI STAGIONE) | VERDURA CRUDA DI STAGIONE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (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 | | | |
| ME | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO | | | - GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO | | | - HAMBURGER DI VERDURE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO | PER SCUOLA INFANZIA: - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | CASATELLA | | | ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA / CASATELLA / SQUACQUERONE / STRACCHINO / |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA | | |
| SA | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

44a settimana

09 - 14 luglio

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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).**

| | NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni) | NIDO / SEZ. PRIMAV. SCUOLA INFANZIA (2-3 anni) (3-6 anni) | SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|---|---|--|
| LU | SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI) | SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO | | a partire dai 2 anni di età |
| | VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO | | | PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - SPAGHETTI FREDDI CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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 | | | |
| GI | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE | PER INSALATA DI POLLO E TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | | |
| | VERDURE MISTE COTTE | | | - SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

45a settimana

16 - 21 luglio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|---|
| LU | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO | | |
| | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO AL FORNO | INSALATA DI GAMBERI E | | DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE IN INS. / PINZ.) | VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO | | | DAI 3 ANNI: - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI |
| | UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| ME | RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO | | | |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO | | | |
| | VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO | | | -ORZO/RISO in passato di verdure - DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE |
| | CASATELLA CON FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | | - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA PER FORNARINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI |
| | VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA | | | |
| | PATATE IN PURE' | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (VERDURE CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

46a settimana

23 - 28 luglio

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO | | - GNOCCHI DI PATATE |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) |
| | PISELLI | | | - LENTICCHIE STUFATE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO | | | |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza) |
| | VERDURE COTTE (VERDURE CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE , PARMIGIANO | RAVIOLI CON RICOTTA E SPINACI CON OLIO, SALVIA / AL POMODORO, PARMIGIANO | | |
| | PATATE LESSATE | PATATE LESSATE FAGIOLINI | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

47a settimana

30 luglio - 04 agosto

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|--|--|--|
| LU | FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO | PER SCUOLA INFANZIA: - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO |
| | POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| LU | COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO | | | ORZO/RISO in passato di verdure DAI 3 ANNI : - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni) |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO) | VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO | | |
| | SEDANINI (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 | | | |
| GI | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO - HAMBURGER DI VERDURE |
| | | | | |
| SA | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO) | SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO | | - se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO |
| | SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM. | CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO | | - SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM. (PIATTO UNICO) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

48a settimana

06 - 11 agosto

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|--|---|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | | |
| | VERDURE MISTE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE |
| MA | SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 | | | PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| ME | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - SPAGHETTI FREDDI CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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 | | | |
| | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| VE | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE | PER INSALATA DI POLLO E TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA | SQUACQUERONE CON PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

49a settimana

13 - 18 agosto

NOTE:
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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA PATATE IN PURE' FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | DAI 2 ANNI: - SUGO DI NOCI E/O MANDORLE; DI SPINACI E NOCI |
| MA | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO | | |
| | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO AL FORNO | INSALATA DI GAMBERI E | | DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSINA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | DAI 3 ANNI: - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO |
| GI | RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO CASATELLA CON FORNARINA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | ORZO/RISO in passato di verdure DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA PER FORNARINA: - FARINA INTEGRALE, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE ROSMARINO |
| SA | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI) | GNOCCHETTI SARDI AL PESTO | | - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età |
| | VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO | | | PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

50a settimana

20 - 25 agosto

NOTE:
 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
 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).

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA | | PER TUTTI (NO NIDO): - PENNETTE / SPAGHETTI FREDDI AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI |
| | FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE | PASSATELLI ASCIUTTI CON SALSA DI ZUCCHINE E POMODORINI | | PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) |
| | PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO | |
| | VERDURE MISTE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | VERDURE DI STAGIONE GRATINATE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI HALIBUT ARROSTO AL FORNO | INSALATA DI GAMBERI E | | DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

51a settimana

27 agosto - 01 settembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|--|--|---|
| LU | CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO | GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO | | - GNOCCHI DI PATATE |
| | UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO | | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| MA | RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO GRATINATI, AL FORNO | | | PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) |
| | PISELLI | | | - LENTICCHIE STUFATE |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| ME | ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO | | | |
| | PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA | | | - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| GI | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO | | | |
| | LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO | | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| VE | PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) A COTOLETTA, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE , PARMIGIANO | RAVIOLI CON RICOTTA E SPINACI CON OLIO, SALVIA / AL POMODORO, PARMIGIANO | | DAI 3 ANNI: - TORTELLONI RICOTTA E SPINACI / RICOTTA E RADICCHIO ROSSO |
| | PATATE LESSATE | PATATE LESSATE E FAGIOLINI | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

TABELLA DIETETICA - estate 2018

52a settimana

03 - 08 settembre

NOTE:

- 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 anche di 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** (cefalo, sarda) almeno **una /due volte ogni 5 settimane**;
- 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)**.

| | 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) | ALTRE NOTE / ALCUNE POSSIBILI VARIAZIONI |
|-----------|---|---|--|--|
| LU | VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE | VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO | | |
| | GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO | | |
| | VERDURE MISTE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | - SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE |
| MA | SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI) | 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 | | | PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| ME | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO | SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO | | PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - SPAGHETTI FREDDI CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE |
| | FILETTI DI HALIBUT (PLATESSA / MERLUZZO) ARROSTO, AL FORNO | | | - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo, sarde) |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| GI | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| | PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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 | | | |
| VE | FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO | | | |
| | BOCCONCINI DI POLLO, TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO | | BOCCONCINI DI POLLO E TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE | PER INSALATA DI POLLO E TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO |
| | VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE) | VERDURE MISTE CRUDE | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |
| SA | GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO | | | |
| | RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA | SQUACQUERONE CON PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) | | |
| | VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA) | VERDURE CRUDE IN INSALATA | | |
| | FRUTTA FRESCA DI STAGIONE | | | |

VERDURE CRUDE DI
STAGIONE IN PINZIMONIO