



# **AREA REFEZIONE**

## **MENÙ ASILO NIDO**

**ANNO SCOLASTICO  
2018/2019**

A cura del Settore Dietetico di Solaris S.r.l.  
Dott.ssa Gabriella Gangi

## **MENÙ INVERNALE 2018/2019**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Riso allo zafferano (brodo vegetale, zafferano, parmigiano) Pollo alla pizzaiola (petto di pollo, pomodoro, origano) Verdura cotta Pane Frutta	Pasta con verdure (broccoli) Pesce al forno gratinato (Halibut, pangrattato, aglio, prezzemolo) Verdura cruda Pane Frutta	Carote alla julienne Pasta o polenta al ragù (manzo, sedano, carote, cipolla, pomodoro) Patate gratinate (patate, parmigiano) Pane Frutta	Zuppa di ceci (Pastina, ceci, aglio, rosmarino) Sformato di verdure (Spinaci/ zucchini, uovo, parmigiano) Verdura cruda Pane Frutta	Pasta olio e parmigiano Polpettine (pollo, manzo, ricotta, parmigiano) Piselli al pomodoro Pane Frutta

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Passato di fagioli con pastina (fagioli, patate, pastina, pomodoro, aglio, prezzemolo) Squacquerone Verdura cruda Pane Frutta	Pasta alla parmigiana (olio e parmigiano) Pesce in salsa verde (Halibut, prezzemolo) Verdura cruda Pane Frutta	Pasta al pomodoro Scaloppina bianca (pollo, farina, brodo vegetale e limone) Purè Pane Frutta	Pasta con piselli (parmigiano, piselli) Frittata al forno (uovo, parmigiano, besciamella) Verdura cotta Pane Frutta	Riso alle verdure (carciofi) Sformato di pesce (Halibut, patate, pangrattato, parmigiano) Verdura cotta Pane Frutta

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Passato di verdure e cereali (miglio/orzo) con legumi Parmigiano Verdura cruda Pane Frutta	Pasta al ragù vegetale (pomodoro, melanzane, piselli, peperoni,) Frittata di verdure al forno (uovo, ricotta, parmigiano, verdure) Verdura cotta Pane Frutta	Pasta integrale alle verdure Petto di tacchino al latte (latte e farina) Verdura cruda Pane Frutta	Riso al pomodoro Svizzera (pollo, manzo, latte, pane) Purè tricolore (carote, zucchini, patate, parmigiano, olio) Pane Frutta	Pasta alla parmigiana (olio e parmigiano) Pesce con pomodoro Verdura cotta Pane Frutta

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Riso con verdure (zucca) Prosciutto cotto Verdura cotta Pane Frutta	Pasta alla parmigiana (olio e parmigiano) Petto di pollo alla pizzaiola (pollo, pomodoro, origano) Patate prezzemolate Pane Frutta	Crema vegetale con pastina e legumi (Verdure di stagione, legumi e pastina) Frittatina al forno (Uovo, parmigiano, besciamella) Verdura cotta Pane Frutta	Pasta al pomodoro Polpettone di carne (manzo, tacchino, patate, ricotta, parmigiano) Verdura cruda Pane Frutta	Pasta con spinaci (spinaci e ricotta) Tortino di pesce al forno Verdura cruda Pane Frutta

## MENÙ ESTIVO 2018/2019

<b>LUNEDÌ</b> Pasta pomodoro e basilico Prosciutto cotto Verdura cruda Pane Frutta	<b>MARTEDÌ</b> Zuppa di riso (o orzo) in brodo vegetale Sformato di pesce al forno (Halibut, patate, pangrattato, uovo e prezzemolo) Verdura cruda Pane Frutta	<b>MERCOLEDÌ</b> Pasta con ragù (manzo, sedano, carote, cipolla, pomodoro) Insalata Patate gratinate (patate e parmigiano) Pane Frutta	<b>GIOVEDÌ</b> Riso alla parmigiana (olio e parmigiano) o zafferano (brodo, zafferano, parmigiano) Polpettine (pollo, manzo, ricotta, parmigiano) Piselli al pomodoro Pane Frutta	<b>VENERDÌ</b> Pasta con crema di spinaci (spinaci, ricotta, olio) Pesce al pomodoro Verdura cruda Pane Frutta
<b>LUNEDÌ</b> Pasta alla parmigiana (olio e parmigiano) Sformato di pesce (Halibut, patate, pangrattato, parmigiano) Verdura cotta Pane Frutta	<b>MARTEDÌ</b> Farro alle verdure (zucchine) Bocconcini di tacchino al limone Purè Pane Frutta	<b>MERCOLEDÌ</b> Passato di fagioli e pastina (fagioli, patate, pastina, aglio, prezzemolo) Squaquerone Verdura cruda Pane Frutta	<b>GIOVEDÌ</b> Pasta con ragù di verdure (pomodoro, melanzane, piselli, peperoni, zucchine) Frittata con verdure al forno (uovo, parmigiano, verdure) Verdura cruda Pane Frutta	<b>VENERDÌ</b> Pasta pomodoro e ricotta Pesce gratinato (sogliola, pangrattato, prezzemolo, aglio) Verdura cruda Pane Frutta
<b>LUNEDÌ</b> Zuppa di ceci (ceci, pastina, aglio, prezzemolo, rosmarino) Formaggio Verdura cotta Pane Frutta	<b>MARTEDÌ</b> Pasta con verdure di stagione Pesce al forno (Halibut, olio, prezzemolo) Verdura cruda Pane Frutta	<b>MERCOLEDÌ</b> Pasta alla parmigiana (olio e parmigiano) Svizzera (pollo, manzo, latte e pane) Verdura cruda Pane Frutta	<b>GIOVEDÌ</b> Pasta al pesce rossa (Halibut, pomodoro, prezzemolo e aglio) Polpette di verdure (Verdure, uovo, parmigiano, pangrattato) Verdura cruda Pane Frutta	<b>VENERDÌ</b> Pasta al verde (basilico, parmigiano, olio, aglio) Sformato di carne (manzo, tacchino, parmigiano, ricotta e verdure) Verdura cotta Pane Frutta
<b>LUNEDÌ</b> Pasta al ragù di verdure (pomodoro, piselli, melanzane, peperoni, zucchine,) Parmigiano Verdura cruda Pane Frutta	<b>MARTEDÌ</b> Pasta con spinaci (spinaci e ricotta) Pesce gratinato (Halibut, pangrattato, aglio, prezzemolo) Patate Pane Frutta	<b>MERCOLEDÌ</b> Passato di fagioli e pastina (fagioli, patate, pastina, aglio, prezzemolo) Sformato di verdure (Spinaci/ zucchine, uovo, parmigiano) Verdura cruda Pane Frutta	<b>GIOVEDÌ</b> Pasta al pomodoro e basilico Tacchino al latte (tacchino, farina e latte) Verdura cruda Pane Frutta	<b>VENERDÌ</b> Pasta alla parmigiana (olio e parmigiano) Pollo alla cacciatora (Petto di pollo, pomodoro, aglio, rosmarino) Verdura cotta Pane Frutta

## MERENDE

## MERENDE INVERNO

1^SETTIMANA				
FRUTTA MISTA	ORZO E BISCOTTI	BRUSCHETTA AL POMODORO	PANE E MARMELLATA	YOGURT
2^ SETTIMANA				
KARKADè CON FETTE BISCOTTATE	YOGURT ALLA FRUTTA	PANE E OLIO	FRUTTA MISTA	LATTE E CEREALI
3^SETTIMANA				
THE+ CRACKERS	PANE E MIELE	YOGURT ALLA FRUTTA	PIZZA AL POMODORO	FRUTTA MISTA
4^SETTIMANA				
CRESCENTA	LATTE E CIAMBELLA	KARKADè CON BISCOTTI	FRUTTA MISTA	YOGURT

## MERENDE ESTATE

1^SETTIMANA				
FRUTTA MISTA	PANE E MARMELLATA	LATTE E CEREALI	FRUTTA MISTA	YOGURT ALLA FRUTTA
2^SETTIMANA				
THE E CRACKERS	GELATO	CIAMBELLA	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA MISTA
3^SETTIMANA				
FRUTTA MISTA	PIZZA AL POMODORO	YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA MISTA	LATTE E BISCOTTI
4^SETTIMANA				
YOGURT ALLA FRUTTA	FRUTTA MISTA	ORZO E BISCOTTI	FRUTTA MISTA	GELATO

## ALCUNE RICETTE

### BESCIAMELLA A PORZIONE UTILIZZATA PER LA FRITTATA

INGREDIENTI	NIDO gr
Latte	5
Farina	2.5
Olio EVO	2.5