



TABELLA DIETETICA

Autunno-Inverno

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

San Pancrazio S. no (Br)



Giovedì

Orecchiette alla pugliese	g
Orecchiette fresche	60
Pelati	50
Olio extravergine d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Polpette al sugo	
Carne di vitello	20
Uovo	1/15
Parmigiano o Grana	3
Pangrattato	10
Pelati	30
Olio extravergine d'oliva	3
Crudità di verdure	
Sedano -finocchi-carote	20-20-20
(Pane bianco)	30)
Frutta: banana o clementine	150

Lunedì

Risotto del sole	g
Riso	30
Zucca gialla	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Lonza di maiale al forno	
Carne di maiale	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Purè di patate	
Patate	80
Latte P.S.	10
Parmigiano o Grana	5
Olio extraverg. d'oliva	5
(Pane bianco)	30)
Frutta: Pera o mandaranci	150

Martedì

Pasta al sugo	g
Pasta	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Merluzzo in umido	
Filetti di merluzzo	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Insalata	
Insalata verde	30
Olio extraverg. d'oliva	3(5)
(Pane bianco)	30)
Frutta: Banana o mela	150
Se di stagione Uva	100

Mercoledì

Pasta e ceci	g
Conchiglie	20
Ceci secchi	20
Olio extraverg. d'oliva	5
Prosciutto cotto	10
Tortino di bietole e patate	
Patate	50
Bietole	30
Uovo	1/10
Parmigiano o Grana	5
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: arancia o pera	150

Venerdì

Pasta in brodo vegetale	g
Pasta	30
Verdure miste	30
Parmigiano o Grana	5(7)
Mozzarella	30
Spinaci all'olio	
Spinaci	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: kiwi o pera	150

Sabato

Minestrone con riso	g
Riso	30
Verdure miste	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Petto di tacchino arcobaleno	
Petto di tacchino	30
Carote e sedano	5-5
Olio extraverg. d'oliva	3
Patate al forno	80
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Mela o arancia	150

Prima settimana

Il responsabile dell'U.O.
di Igiene della Nutrizione
Dr. Pasquale Fina

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.
I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



TABELLA DIETETICA

Autunno-Inverno

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

San Pancrazio S. no (Br)



Lunedì

Minestrina dell'orto	g
Orzo perlato o riso	30
Patate	20
Cavolo cappuccio	10
Odori	q.b
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Filetto di pesce impanato	
Merluzzo o platessa	30
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
Julienne di carote	
Carote	40
Olio extraverg d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Banana o mela	150

Martedì

Riso al sugo	g
Riso	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
Mozzarella	30
Fantasia di insalata	
Lattuga	10
Carote-finocchi	10-10
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Pera o kiwi	150

Mercoledì

Pasta in brodo vegetale	g
Pasta	30
Verdure miste	30
Parmigiano o Grana	5(7)
Gateau di patate	
Patate	50
Pangrattato	20
Uovo	1/15
Prosciutto cotto	5
Parmigiano o Grana	5
Latte p.s.	5
Olio extraverg. d'oliva	3
Spinaci all'olio	
Bietola	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: clementine o mela	150

Giovedì

Pasta con ragù	g
Pasta	30
Carne di vitello	5
Carote-sedano	10-10
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
Hamburger	
Carne di vitello	30
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
Insalata	30
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Pera o clementine	150

Venerdì

Purea di Fave	g
Fave secche	30
Patate	50
Olio extraverg. d'oliva	5
Frittata semplice	
Uovo	n.1/2
Pangrattato	5
Parmigiano o Grana	3
Latte P.S.	5
Olio extraverg. d'oliva	3
Bietola all'olio	
Bietola	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Arancia o kiwi	150

Sabato

Risotto di braccio di ferro	g
Riso	30
Spinaci	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
Petto di pollo alla salvia	
Petto di pollo	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Farina	q.b
Insalata di pomodori	
Pomodori	30
Olio extraverg. d'oliva.	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Banana o mela	150

Seconda settimana

Il responsabile dell'U.O.
di Igiene della Nutrizione
Dr. Pasquale Fina

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



TABELLA DIETETICA

Autunno-Inverno

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

San Pancrazio S. no (Br)



Lunedì

Riso al pomodoro	g.
Riso	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Prosciutto cotto	15
Insalata	
Insalata	30
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30
Frutta: arancia o pera	150

Martedì

Pasta in brodo	g
Pasta	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
Polpette in brodo	
Carne di vitello	20
Uovo	1/15
Pangrattato	10
Parmigiano o Grana	3
Carote prezzemolate	
Carote	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: banana o clementine	150

Mercoledì

Pasta e fagioli	g
Pasta	20
Fagioli secchi	20
Olio extraverg. d'oliva	5
Ricottina	60
Bietola all'olio	
Bietola	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Kiwi o pera	150
Se di stagione Uva	100

Giovedì

Minestrone con riso	g
Riso	30
Verdure miste	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Petto di tacchino arcobaleno	
Petto di tacchino	30
Carote e sedano	5-5
Olio extraverg. d'oliva	3
Patate al forno	80
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Mela o arancia	150

Venerdì

Pasta al sugo	g
Pasta	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Quadratini di pesce	
Merluzzo o platessa	30
Patate	20
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
Spinaci al limone	
Spinaci	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: kiwi o mela	150

Sabato

Vellutata di legumi	g
Patate	100
Legumi misti	10
Olio extraverg. d'oliva	3
Mozzarella	30
Julienne di finocchi e carote	
Finocchi e carote	20-20
Olio extraverg d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: banana o clementine	150

Terza
settimana

Il responsabile dell'U.O.
di Igiene della Nutrizione
Dr. Pasquale Fina

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.
I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



TABELLA DIETETICA

Autunno-Inverno

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

San Pancrazio S. no (Br)



Giovedì

Pasta al sugo	g
Pasta	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Scaloppine di vitello	
Vitello	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Farina	q.b
Mousse di cavolfiore	
Cavolfiore	30
Patate	10
Pangrattato	3
Burro	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: kiwi o banana	150

Lunedì

Pasta e lenticchie	g
Pasta	20
Lenticchie secche	20
Olio extraverg. d'oliva	5
Frittata con spinaci o carciofi	
Spinaci o carciofi	30
Parmigiano o Grana	5
Pangrattato	5
Uovo n.1/2	
Latte p. s.	5
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Arancia o pera	150

Martedì

Risotto del sole	g
Riso	30
Zucca gialla	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
Petto di pollo al limone	
Petto di pollo	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Farina	q.b
Insalata verde	
Lattuga	30
Olio extraverg. d'oliva.	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Banana o mela	150

Mercoledì

Pasta in brodo vegetale	g
Pasta	30
Verdure miste	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Platessa con piselli	
Filetto di platessa	30
Piselli	30
Olio extraverg. d'oliva	5
(Pane bianco)	30)
Frutta: pera o arancia	150
<i>Se di stagione:</i> Uva	100

Venerdì

Farfalle ai sapori mediterranei	g
Farfalle	30
Carote-patate-piselli	10-10-10
Pelato	10
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Mozzarella	30
Zucchine gratinate	
Zucchine	30
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	5
(Pane bianco)	30)
Frutta: mela o mandaranci	150

Sabato

Riso in brodo di carne	g
Riso	30
Carne di vitello tritato	5
Odori	q.b
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Prosciutto cotto	15
Carote prezzemolate	
Carote	30
Olio extraverg. d'oliva	5
(Pane bianco)	30)
Frutta: pera o kiwi	150

Quarta settimana

Il responsabile dell'U.O.
di Igiene della Nutrizione

Dr. Pasquale Fina

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



TABELLA DIETETICA

Autunno-Inverno

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

San Pancrazio S. no (Br)



Lunedì

Riso con patate	g
Riso	20
Patate	50
Pelato	20
Parmigiano o Grana	5(7)
Olio extraverg. d'oliva	3
Petto di pollo alla mugnaia	
Petto di pollo	30
Farina	q.b
Latte p. s.	5
Olio extraverg d'oliva	3
Julienne di finocchi e carote	
Finocchi e carote	20-20
Olio extraverg d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Pera o Kiwi	150

Martedì

Sedanini al pomodoro	g
Sedanini	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'olio	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Robiola	40
Insalata verde	
Lattuga	30
Olio extraverg. d'olio	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Arancia o mela	150
Se di stagione Uva	100

Mercoledì

Zuppa rustica	g
Orzo perlato o Riso	20
Ceci-fagioli-lenticchie- piselli secchi	20
Odori	q.b.
Olio extraverg. d'oliva	3
Crocchette di patate	
Uovo	1/5
Patate	50
Prosciutto cotto	5
Parmigiano o Grana	5
Pangrattato	5
Latte P. S.	q.b
Carote all'olio	
Carote lesse	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Banana o Pera	150

Giovedì

Fusilli tre colori	g
Fusilli	30
Pelati	30
Olive verdi-olive nere	5-5
Olio extraverg. d'oliva	3
Bocconcini di vitello	
Vitello	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Broccoletti verdi all'olio	
Broccoletti verdi	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Clementine o Kiwi	150

Venerdì

Minestrone con pasta	g
Pasta	30
Verdure miste	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
Bastoncino di merluzzo	n.1
Insalata verde	
Insalata	30
Olio extraverg. d'olio	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Pera o mandaranci	150

Sabato

Pasta in brodo vegetale	g
Pasta	30
Verdure miste	30
Parmigiano o Grana	5(7)
Petto di tacchino al rosmarino	
Petto di tacchino	30
Olio extraverg. d'oliva	5
Spinaci all'olio	
Spinaci	40
Olio extraverg. d'oliva	3
(Pane bianco)	30)
Frutta: Banana o mela	150

Quinta settimana

Il responsabile dell'U.O.
di Igiene della Nutrizione
Dr. Pasquale Fina

N.B.: Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.
I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.