



## MENU' INVERNALE NIDO D'INFANZIA IL DELFINO



|           | I SETTIMANA                                                                                    | II SETTIMANA                                                          | III SETTIMANA                                                    | IV SETTIMANA                                                           |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| LUNEDÌ    | pranzo<br>RISOTTO ALLA MILANESE<br>FRITTATA<br>VERDURA DI STAGIONE                             | PASTA AL PESTO<br>POLLO ALLA PIZZAIOLA<br>VERDURA DI STAGIONE         | ANTIPASTO DI VERDURE<br>PIATTO UNICO DI CARNE (1)                | RISO CON VERDURE<br>CARNE BIANCA<br>VERDURA DI STAGIONE                |
| MARTEDÌ   | merenda pom.<br>Latte e cereali                                                                | Latte e biscotti                                                      | Torta                                                            | Pane tostato e miele **                                                |
|           | pranzo<br>BRODO VEGETALE CON<br>PASTINA<br>PESCE AL FORNO CON<br>PATATE<br>VERDURA DI STAGIONE | GNOCCHI DI ZUCCA<br>POLPETTE DI PESCE<br>VERDURA DI STAGIONE          | CREMA DI LEGUMI<br>LONZA DI MAIALE+PATATE<br>VERDURA DI STAGIONE | MINESTRA DI VERDURE CON<br>PASTINA<br>FORMAGGIO<br>VERDURA DI STAGIONE |
| MERCOLEDÌ | merenda pom.<br>Pane e marmellata                                                              | Frutta cotta e pane                                                   | Pane e frutta                                                    | Latte e biscotti                                                       |
|           | pranzo<br>CREMA DI LEGUMI CON<br>ORZO<br>MONTASIO<br>VERDURA DI STAGIONE                       | CREMA DI PISELLI CON<br>PASTINA<br>CARNE ROSSA<br>VERDURA DI STAGIONE | PASTA AL POMODORO<br>PESCE AL FORNO<br>VERDURA DI STAGIONE       | PASSATA DI LEGUMI CON<br>FARRO<br>CARNE BIANCA<br>VERDURA DI STAGIONE  |
| GIOVEDÌ   | merenda pom.<br>Yogurt e frutta fresca                                                         | Pane e marmellata                                                     | Yogurt                                                           | Yogurt                                                                 |
|           | pranzo<br>PASTA ALLE VERDURE<br>BOCCONCINI DI TACCHINO<br>VERDURA DI STAGIONE                  | RISO ORZOTTO ALLE<br>VERDURE<br>UOVA<br>VERDURA DI STAGIONE           | RISOTTO PRIMAVERA<br>FORMAGGIO<br>VERDURA DI STAGIONE            | PASTA ALL'OLIO (E.V OLIVA)<br>FRITTATA<br>VERDURA DI STAGIONE          |
| VENERDÌ   | merenda pom.<br>Pane speciale                                                                  | Pane speciale                                                         | Pane speciale                                                    | Pane speciale                                                          |
|           | pranzo<br>ANTIPASTO DI VERDURE<br>PIATTO UNICO DI CARNE (1)                                    | ANTIPASTO DI VERDURE<br>PIZZA                                         | PASTA ALLE VERDURE<br>OMELETTE DI SPINACI<br>VERDURA DI STAGIONE | ANTIPASTO DI VERDURE<br>PIATTO UNICO DI PESCE (2)                      |
|           | merenda pom.<br>Pane e frutta                                                                  | Yogurt e frutta fresca                                                | Latte e cereali                                                  | Pane e frutta                                                          |

(1) esempi: gnocchi/pasta al ragù, lasagne, spezzatino di manzo con polenta/patate arrosto, pollo arrosto con patate...

(2) esempi: pasta al ragù di pesce, seppioline in umido con polenta, pesce al forno con patate...

\* I condimenti a base di verdure possono prevedere una o più tipologie come sugo al pesto, porro e carote, ai cavolfiori, ai peperoni... sempre secondo la stagionalità.

\* Per rispondere al gradimento dei bambini, le ricette possono subire dei cambiamenti, pur mantenendo l'alimento base (carne, legumi, formaggio...).

\* Per eventuali esigenze produttive, è possibile invertire le giornate all'interno della stessa settimana.

\* Nelle preparazioni è utilizzato il sale iodato come raccomandato dal Ministero della Salute.

\* A pranzo vengono sempre serviti pane integrale e frutta fresca di stagione

\*\*marmellata sotto i 12 mesi

Al mattino viene servita la merenda a base di frutta

18 FEB, 2022

AZIENDA SANITARIA UNIVERSITARIA  
FRIULI CENTRALE

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE  
SOC (IGIENE, EGUALMENTE E NUTRIZIONE)

*Angela Corbelli*