



**DIPARTIMENTO CURE PRIMARIE
U.O. PEDIATRIA E CONSULTORIO FAMILIARE
SETTORE PEDIATRIA DI COMUNITÀ
DIETETICA DI COMUNITÀ**

**MENU' ASILO NIDO - SCUOLA INFANZIA - SCUOLA PRIMARIA -
SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO**

ANNO SCOLASTICO 2013/2014

	LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
1^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passatelli in brodo di carne (PIATTO UNICO) ▶ Verdure cotte miste ▶ Patate al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Spaghetti al pomodoro (<i>spaghetti al tonno per materna</i>) ▶ Bocconcini di pesce misto arrosto ▶ Pinzimonio 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto alla parmigiana ▶ Polpettone arlecchino farcito con verdure ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Maltagliati in crema di fagioli ▶ Crostini misti (o pizza pomodoro e origano) ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Fusilli al ragù di verdure ▶ Filetto di sgombro al pomodoro e olive ▶ Insalata mista con radicchio
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Passatelli in brodo di carne</i> ▶ <i>Straccetti di carne con verdure cotte miste e patate</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Spaghetti al tonno</i> ▶ <i>Bocconcini di pesce misto arrosto</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Risotto alla parmigiana</i> ▶ <i>Polpettone arlecchino farcito con verdure</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Maltagliati in crema di fagioli</i> ▶ <i>Crostini misti (o pizza pomodoro e origano)</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Fusilli al ragù di verdure</i> ▶ <i>Formaggi misti</i> ▶ <i>Insalata mista con radicchio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
2^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gnocchetti di polenta (o quadrettini) in brodo di pesce (o brodo vegetale) ▶ Insalata di pesce ▶ Pinzimonio 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto con zucca gialla ▶ Brasato al sugo rosso ▶ Purè di patate e insalata verde 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Crema di legumi misti con pastina ▶ Crocchette di verdura ▶ Verdure cruda 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Maccheroncini al pomodoro ▶ Filetto di platessa con pane profumato al prezzemolo ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Lasagne al ragù di carne ▶ (o tagliatelle al ragù) ▶ Verdure cotte miste con patate
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Sedanini con olio e parmigiano</i> ▶ <i>Rotolo di frittata con spinaci</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Risotto con zucca gialla</i> ▶ <i>Brasato al sugo rosso</i> ▶ <i>Purè di patate e insalata verde</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Crema di legumi misti con pastina</i> ▶ <i>Crocchette di verdura</i> ▶ <i>Verdure cruda</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Maccheroncini al pomodoro</i> ▶ <i>Filetto di platessa con pane profumato al prezzemolo</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Lasagne al ragù di carne</i> ▶ <i>(o tagliatelle al ragù)</i> ▶ <i>Verdure cotte miste con patate</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
3^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto ai funghi (o all'ortolana) ▶ Scaloppina al limone ▶ Pomodori in gratin 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pastina in brodo vegetale ▶ Pizza al pomodoro e mozzarella ▶ Verdura cruda 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Farfalle con olio e parmigiano ▶ Cotoletta di pesce ▶ Pinzimonio 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pennette alla pizzaiola ▶ Piselli e prosciutto ▶ Insalata verde e noci 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdura con orzo ▶ (<i>Maccheroncini al pomodoro per materna</i>) ▶ Bocconcini di coda di rosso al forno ▶ Verdure di stagione
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Risotto ai funghi (o all'ortolana)</i> ▶ <i>Scaloppina al limone</i> ▶ <i>Pomodori in gratin</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Pastina in brodo vegetale</i> ▶ <i>Pizza al pomodoro e mozzarella</i> ▶ <i>Verdura cruda</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Farfalle con olio e parmigiano</i> ▶ <i>Cotoletta di pesce</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Pennette alla pizzaiola</i> ▶ <i>Piselli e prosciutto</i> ▶ <i>Insalata verde e noci</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Maccheroncini al pomodoro e basilico</i> ▶ <i>Petto di pollo ai ferri</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
4^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Coroncine in crema di patate ▶ (<i>Linguine al pesto per materna</i>) ▶ Formaggio fresco ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Fusilli all'olio e parmigiano ▶ Filetto di sogliola con pomodoro e funghi ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Tagliatelle (o pasta all'uovo) al pomodoro e piselli ▶ Timballo di verdura ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto allo zafferano ▶ Prosciutto crudo o cotto con piadina all'olio (o fornarina) ▶ Pinzimonio 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdura con pastina ▶ Bastoncini di pesce croccanti con patate (preparati dal cuoco) ▶ Insalata mista
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Linguine al pesto</i> ▶ <i>Formaggio fresco</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Fusilli all'olio e parmigiano</i> ▶ <i>Fettina di tacchino alla pizzaiola</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Tagliatelle (o pasta all'uovo) al pomodoro e piselli</i> ▶ <i>Timballo di verdura</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Risotto allo zafferano</i> ▶ <i>Prosciutto crudo o cotto con piadina all'olio (o fornarina)</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Passato di verdura con pastina</i> ▶ <i>Bastoncini di pesce croccanti con patate</i> ▶ <i>Insalata mista</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
5^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Orecchiette al pomodoro e basilico ▶ Anelli di totano con farina e pangrattato ▶ Verdura di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto con lenticchie rosse (o legumi) ▶ Crocchette di patate ▶ Pomodori in gratin 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Grattini in brodo vegetale ▶ Pizza al pomodoro e mozzarella ▶ Verdura cruda 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Fusilli con olio e parmigiano ▶ Spezzatino (o fettina) di manzo al sugo ▶ Purè di patate e insalata 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mezze penne al pomodoro e olive ▶ Filetto di Halibut con pane profumato al forno ▶ Pinzimonio
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Orecchiette al pomodoro e basilico</i> ▶ <i>Anelli di totano con farina e pangrattato</i> ▶ <i>Verdura di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Risotto con lenticchie rosse (o legumi)</i> ▶ <i>Crocchette di patate</i> ▶ <i>Pomodori in gratin</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Grattini in brodo vegetale</i> ▶ <i>Pizza al pomodoro e mozzarella</i> ▶ <i>Verdura cruda</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Fusilli all'olio e parmigiano</i> ▶ <i>Spezzatino (o fettina) di manzo al sugo</i> ▶ <i>Purè di patate e insalata</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Mezze penne al pomodoro e olive</i> ▶ <i>Frittata con cipolla</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
6^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdura con tubetti ▶ Frittata bianca al latte ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gnocchi di patate al pomodoro ▶ Filetto di sogliola al vapore con salsa verde (olio, prezzemolo, limone) ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Lasagnette al sugo di cannellini ▶ Gratin di patate e zucchine 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Stelline in brodo vegetale ▶ (<i>Spaghetti alle vongole per materna</i>) ▶ Bocconcini di pesce misto e gamberi al forno ▶ Pinzimonio 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto con radicchio rosso ▶ Tacchino alle erbe aromatiche ▶ Spinaci lessati con pinoli
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Maccheroncini al sugo di verdure</i> ▶ <i>Cotoletta di lonza al forno</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Gnocchi di patate al pomodoro</i> ▶ <i>Casatella</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Lasagnette al sugo di cannellini</i> ▶ <i>Gratin di patate e zucchine</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Spaghetti alle vongole</i> ▶ <i>Bocconcini di pesce misto e gamberi al forno</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Sedanini al pomodoro ed erbe aromatiche</i> ▶ <i>Tacchino alle erbe aromatiche</i> ▶ <i>Spinaci lessati con pinoli</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
7^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Zuppa di legumi con pastina ▶ <i>(Tagliatelle al pomodoro e piselli per materna)</i> ▶ Patate duchessa ▶ Verdura di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Risotto napoletano (pomodoro, origano) ▶ Filetto di Halibut con pane profumato al prezzemolo ▶ Verdura di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Penne aglio e olio ▶ Arista arrosto ▶ Purè di patate e insalata 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Grattini in brodo vegetale ▶ Pizza al pomodoro e mozzarella ▶ Verdura cruda 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Spaghetti allo scoglio ▶ Assaggi di vongole (senza guscio per il nido) ▶ Pinzimonio
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Tagliatelle al pomodoro e piselli</i> ▶ <i>Patate duchessa</i> ▶ <i>Verdura di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Risotto napoletano</i> ▶ <i>Fuselli di pollo</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Penne aglio e olio</i> ▶ <i>Arista arrosto</i> ▶ <i>Purè di patate e insalata</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Grattini in brodo vegetale</i> ▶ <i>Pizza al pomodoro e mozzarella</i> ▶ <i>Verdura cruda</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Spaghetti allo scoglio</i> ▶ <i>Assaggi di vongole con guscio</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
8^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Fusilli con olio e parmigiano ▶ Hamburger di carne ▶ Verdura di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Lasagnette (o tagliatelle) alla marinara ▶ Verdure miste con patate al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdura con cuscus ▶ <i>(Farfalle al pomodoro e ricotta per materna)</i> ▶ Formaggi misti ▶ Pinzimonio 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gramigna al pomodoro ▶ Cotoletta di pesce ▶ Verdure di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Riso in crema di fagioli ▶ Crocchette di verdura (o sfornato) ▶ Verdure di stagione
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Fusilli al pomodoro</i> ▶ <i>Hamburger di carne</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Penne con olio e parmigiano</i> ▶ <i>Cotoletta di pesce</i> ▶ <i>Verdure miste con patate al forno</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Farfalle al pomodoro e ricotta</i> ▶ <i>Formaggi misti</i> ▶ <i>Pinzimonio</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Gramigna al pomodoro</i> ▶ <i>Scaloppina di tacchino al limone</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Riso in crema di fagioli</i> ▶ <i>Crocchette di verdura (o sfornato)</i> ▶ <i>Verdure di stagione</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
9^ settimana	<ul style="list-style-type: none"> ▶ MENÙ JOLLY 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mezze maniche alle verdure e olive ▶ Spezzatino di coniglio alla cacciatora con purè di patate 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Farfalle al pomodoro ▶ Bastoncini di pesce croccanti al forno (preparati dal cuoco) ▶ Insalata mista 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Gobbetti al pomodoro e piselli ▶ Frittata al forno ▶ Patate lessate 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Passato di verdura con orzo ▶ Pizza margherita farcita con prosciutto cotto ▶ Verdura cruda
ELEMENTARE MEDIA	<ul style="list-style-type: none"> ▶ MENÙ JOLLY 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Mezze maniche alle verdure e olive</i> ▶ <i>Spezzatino di coniglio alla cacciatora con purè di patate</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Farfalle al pomodoro</i> ▶ <i>Bastoncini di pesce croccanti al forno</i> ▶ <i>Insalata mista</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Gobbetti al pomodoro e piselli</i> ▶ <i>Frittata al forno</i> ▶ <i>Patate lessate</i> ▶ <i>Frutta fresca</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ <i>Passato di verdura con pastina</i> ▶ <i>Pizza margherita farcita con prosciutto cotto</i> ▶ <i>Verdura cruda</i> ▶ <i>Frutta fresca</i>

S P U N T I N I
N I D O E S C U O L A I N F A N Z I A
A N N O S C O L A S T I C O 2 0 1 3 / 2 0 1 4

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1^ S E T	<i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	<i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	<i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
2^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
3^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
4^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
5^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
6^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
7^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
8^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>
9^ S E T	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca e frutta secca oleosa</i>	► <i>Spuntino: Frutta fresca di stagione</i>