

Comune di Ostra – Menu asilo nido (12-36 mesi) – Autunno inverno						
		lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
Prima settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico Uova strapazzate Bietole all'olio aromatico	Passato di fagioli con orzo Formaggio primo sale Insalata mista (con radicchio) Plumcake *	Riso con bocconcini di pollo, verdure di stagione e ceci Carote e piselli all'olio ♥	Pasta olio evo e parmigiano Arista alla salvia Finocchi julienne	Pasta al sugo di verdure di stagione Pesce al forno Cavolo cappuccio julienne
Seconda settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Pasta integrale in salsa rosa (pomodoro e besciamella) ♦ Prosciutto cotto/polpette di vitellone Finocchi julienne	Passato di verdure con riso Petto di tacchino panato/arrostato di tacchino Insalata verde	Pasta al sugo di pomodoro e olive Uova strapazzate Spinaci al parmigiano	Crema di zucca e ceci con crostini Mozzarella Carote julienne	Pasta al pomodoro e basilico Pesce alla mugnaia Insalata mista con radicchio
Terza settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico Uova strapazzate Insalata mista julienne	Riso olio evo e parmigiano Spezzatino/pizzaiola di vitellone Finocchi julienne	Passato di verdure con pastina Robiola Insalata di patate e lenticchie	Tortellini al sugo di verdure di stagione Carote all'olio ♥	Crema di patate con crostini Pesce arrosto Insalata verde
Quarta settimana	Spuntino	∞	∞	∞	∞	∞
	Pranzo Acqua, Pane Frutta fresca	Risotto alla zucca Ricotta Cavolo cappuccio julienne Ciambellone *	Passato di verdure con farro Frittata con verdure di stagione	Lasagne al ragù di vitellone Carote julienne ♥	Brodo vegetale con pastina Coniglio al forno Bietole all'olio aromatico	Pasta al pomodoro e basilico Pesce in brodetto Insalata verde
♥ piatto unico ♦ alimento integrale * dolce ∞ spuntino: frutta fresca di stagione 2-3 volte/settimana; yogurt 1-2 volte/settimana; pane e olio evo/miele 1-2 volte settimana. La tolleranza dei cibi proposti in mensa deve essere stata saggiata a casa dai genitori. Eventuali variazioni al menu saranno comunicate in anticipo in bacheca. La frutta servita è prevalentemente di stagione. Seguono note dettagliate.						

Note dettagliate del menu autunno-inverno

I pesci offerti comprendono: halibut, cuori di merluzzo.

Piatti unici:

- Riso con bocconcini di pollo, verdure di stagione e ceci: riso lessato, condito con pollo, ceci, verdure di stagione (es. indivia e verza) e olio evo.
- Tortellini al sugo di verdure di stagione: tortellini di carne conditi con sugo di sedano, carota, cipolla, cavolfiore, pomodoro, basilico, olio evo, parmigiano.
- Lasagne al ragù di vitellone: sfoglia all'uovo congelata condita con ragù di vitellone, besciamella e parmigiano.

Frittata con verdure di stagione: uova, verdure (es. broccoli, radicchio, porro), olio evo, parmigiano.

Spezzatino/pizzaiola di vitellone: carne di bovino presentata in spezzatino tenero oppure in pizzaiola (pomodoro, erbe aromatiche, capperi se graditi)

Pesce alla mugnaia: pesce, farina, burro, olio evo, prezzemolo, succo di limone.

Pesce in brodetto: pesce, pomodoro, erbe aromatiche, cipolla, olio evo.

Petto di tacchino panato: tacchino bagnato con emulsione di succo di limone e olio, passato in pane grattugiato e cotto al forno.

Insalata di patate e lenticchie: patate e lenticchie lessate, condite con olio evo e erbe aromatiche se gradite.

Ciambellone e plumcake: dolci di produzione interna

Menu nido d'infanzia (7-12 mesi) autunno inverno						
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	
Spuntino	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	
Pranzo prima settimana	Pastina olio evo e parmigiano Tuorlo d'uovo* Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Crescenza Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Legumi passati Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Carne (arista) tritata Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Pesce tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	
Spuntino	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	
Pranzo seconda settimana	Crema olio evo e parmigiano Legumi passati Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Carne (tacchino) tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Tuorlo d'uovo* Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Crescenza Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Pesce tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	
Spuntino	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	
Pranzo terza settimana	Pastina olio evo e parmigiano Tuorlo d'uovo* Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Carne (vitellone) tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Robiola Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Legumi passati Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Pesce tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	
Spuntino	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	Yogurt bianco con frutta	
Pranzo quarta settimana	Crema olio evo e parmigiano Ricotta Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Tuorlo d'uovo* Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Legumi passati Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Pastina olio evo e parmigiano Carne (coniglio)tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	Crema olio evo e parmigiano Pesce tritato Verdura cotta Frutta grattugiata/ omogeneizzata	
Al nido d'infanzia non vanno somministrati alimenti la cui tolleranza non sia già stata saggiata a casa			Non sono aggiunti sale o zucchero in nessun alimento.			
* Il tuorlo d'uovo viene proposto dal nono mese di età; prima omogeneizzato di carne/carne fresca tritata. I pesci offerti comprendono: merluzzo, halibut. La verdura cotta viene frullata, variando tra patata, carota, zucchina, cavolfiore, zucca, finocchio. Le creme sono di riso/multicereali. La pastina/crema di cereali è accompagnata da brodo vegetale filtrato.			Spuntino: yogurt bianco intero naturale con banana schiacciata o mela o pera grattugiate /frullate			