

Menù dell'Asilo Nido del Comune di Camerano (12-36 mesi)

Menù Autunno – Inverno

	1° Settimana	2° Settimana	3° Settimana	4° Settimana
LUNEDÌ	<i>Pranzo</i> Pasta ♣ al ragù vegetale ♣ Petto di pollo panato Verdura cotta di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Crema di legumi ♣ e pastina ♣ Verdure cotte di stagione ♣ Pizza bianca o focaccia Frutta cotta ♣	Passato di verdure ♣ con cereali ♣ Pollo al forno/Hamburger di carne bianca Patate ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Pasta ♣ mediterranea Arista di maiale al forno Verdura cotta di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣
MARTEDÌ	<i>Merenda</i> Bruschette all'olio evo ♣	Yogurt intero bianco e cereali in fiocchi ♣	Frutta fresca di stagione ♣	Pane e ricotta ♣
MARTEDÌ	<i>Pranzo</i> Risotto al verde ♣ Uova sode Verdura cruda di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Pasta ♣ con sugo di broccoli ♣ Formaggio fresco ♣ Verdura cotta di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Pasta ♣ e legumi ♣ Formaggio fresco ♣ Verdura cruda o cotta di stagione ♣ Pane ♣ Frutta cotta ♣	Pasta ♣ all'olio evo ♣ Filetti di pesce surgelato al forno Verdura cruda di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣
MERCOLEDÌ	<i>Merenda</i> Yogurt intero bianco ♣	Frutta fresca di stagione ♣	Pane bruscato al pomodoro ♣	Yogurt intero bianco ♣
MERCOLEDÌ	<i>Pranzo</i> Cous cous in bianco ♣ Polpettine di tacchino Verdura cotta di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Pasta ♣ all'olio evo ♣ Polpettine di pesce fresco ♣ Verdura cruda di stagione ♣ Pane ♣ Dolce Frutta fresca di stagione ♣	Piatto unico con carne: Tagliatelle ♣ con ragù di carne bianca Duo di verdure/verdure gratinate ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Piatto unico con legumi: Crema di verdura ♣ e legumi ♣ con pastina di farro o riso ♣ Pizza rossa Frutta cotta ♣
GIOVEDÌ	<i>Merenda</i> Frutta fresca di stagione ♣	Frutta fresca di stagione ♣	Yogurt intero bianco e cereali in fiocchi ♣	Frutta fresca di stagione ♣
GIOVEDÌ	<i>Pranzo</i> Passato di verdure ♣ e legumi ♣ con cereali ♣ Formaggio fresco ♣ Verdura cruda di stagione ♣ Pane ♣ Frutta cotta ♣	Piatto unico con uova: Lasagna al forno Duo di verdure/verdure gratinate ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Pasta ♣ al sugo aromatico Uova sode Verdure cotte di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Risotto ♣ con crema di verdure ♣ Formaggio fresco ♣ Verdure crude di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣
GIOVEDÌ	<i>Merenda</i> Pane e marmellata ♣	Bruschette all'olio evo ♣	Bruschette all'olio evo ♣	Latte ♣ e striscioline di pane ♣
VENERDÌ	<i>Pranzo</i> Pasta ♣ con crema di zucca gialla ♣ Filetti di pesce surgelato al forno Verdura stufata di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Risotto ♣ con crema di verdure ♣ Uova ♣ (sode, frittata...) Verdura cotta di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Riso ♣ con pesce fresco ♣ Formaggio fresco ♣ Verdura cruda di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣	Gnocchi di semolino al pomodoro ♣ Rotolo di frittata con formaggio ♣ Verdure cotte di stagione ♣ Pane ♣ Frutta fresca di stagione ♣
VENERDÌ	<i>Merenda</i> Frutta fresca di stagione ♣	Pane e ricotta ♣	Frutta fresca di stagione ♣	Bruschette all'olio evo ♣