

1^ Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Passato di verdure con orzo/miglio  Pesce (crocchette di merluzzo)  Insalata e frutta secca oleosa ( <u>tritata molto finemente</u> ) Verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro/alla pizzaiola  Carne di vitellone  Verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Zuppa di legumi misti con cous-cous/ riso con pomodoro e legumi  Crocchette di verdura o di patate al forno  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo  Carne di coniglio da alternare al pollo  Patate e verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano  Pesce (platessa)  Pinzimonio di stagione /a julienne Verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE	Insalata di riso/altri cereali con verdure miste di stagione/riso al pomodoro fresco Pesce (merluzzo) Verdura cruda e cotta mista di stagione Purea di frutta fresca di stagione e frutta secca oleosa ( <u>tritata molto                      finemente</u> )	Pasta con ragù vegetale (pomodoro fresco) Carne di vitellone Verdura mista di stagione cotta/ gratinata al forno	Pasta con pomodoro e legumi Sformato al forno con verdure di stagione Verdura cruda e cotta mista di stagione		
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

- N.B.:
- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "molliti", .....)
  - La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
  - Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
  - Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate

2^ Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	(*) Passatelli in brodo vegetale (piatto unico)	Pasta al pesto/alle erbe aromatiche e frutta secca oleosa (tritata molto finemente)	Vellutata di piselli/ passato di legumi con pastina	Farro/riso con verdure di stagione	Pasta olio e parmigiano
		Pesce (coda di rospo)	Crocchette di formaggio/Formaggio	Carne di pollo/tacchino	Pesce (crocchette di merluzzo)
	Patate prezzemolate e carote	Verdura cruda e cotta mista di stagione	Pinzimonio di stagione e verdura cotta di stagione	Insalata e verdura cotta di stagione	Verdura cruda e cotta mista di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE	Pasta con pomodoro fresco e basilico Carne di pollo Verdura cruda mista e/o verdure di stagione gratinate al forno		Pasta con legumi Formaggio Pinzimonio di stagione e verdura cotta di stagione		
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

(\*) E' possibile sostituire l'intera giornata con: Stracciatella in brodo vegetale di verdure fresche + carne di pollo + Patate prezzemolate e carote + Pane e Frutta

- N.B.:
- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "molliti", .....)
  - La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
  - Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
  - Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate

3 <sup>a</sup> Settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Pasta al pomodoro e basilico  Pesce (coda di rospo)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	(*) Passato di verdura e legumi con pastina  Prosciutto crudo di Parma/cotto "alta qualità"  Patate prezzemolate  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta con salsa di noci/olio e parmigiano  Frittata di verdura al forno  Verdure cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Riso con verdura di stagione/olio e parmigiano  Pesce (platessa al forno con pomodoro)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo di carne/vegetale  Polpettone/polpettine di carne bianca  Purea di patate e verdura cruda di stagione  Pane  Macedonia di frutta fresca di stagione con frutta secca oleosa ( <u>tritata molto finemente</u> )
VARIANTI ESTIVE		Pasta con pomodoro fresco e basilico Prosciutto e melone Verdura cruda e cotta mista di stagione			Pastina in brodo vegetale Carne di pollo/tacchino Patate e fagiolini
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

(\*) E' possibile sostituire l'intera giornata con: Passato di verdura con pastina + Polpettine di legumi+ Verdura cruda e cotta mista di stagione + Pane e Frutta

N.B.:

- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "molliti", .....)
- La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
- Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
- Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate

4^ Settimana	LUNEDI'	MARTEDI	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Miglio alle verdure/pasta all'ortolana Pesce misto Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Riso al pomodoro/ allo zafferano Polpettine di legumi/Polpettone di ceci al forno Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	(* Pastina in brodo Carne di pollo Patate prezzemolate Pane Frutta fresca di stagione	Polenta con stracchino (piatto unico) oppure Pasta al pomodoro Formaggio fresco Verdura cruda e cotta mista di stagione Pane Frutta fresca di stagione	Pasta con salsa di pinoli ( <u>tritati molto finemente</u> ) /olio e parmigiano Crocchette di pesce Pinzimonio di stagione e Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE			Cous-cous/pasta con verdure e pomodorini Carne di pollo Patate prezzemolate e carote	Pasta con pomodoro fresco e basilico Formaggio Verdura cruda mista e verdura di stagione gratinata al forno	
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

N.B.: (\*) Possibile alternativa: Crema di verdura con cous-cous

- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "mollì", .....)
- La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
- Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
- Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate

5^ Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Pasta/riso al pomodoro e piselli  Frittata/crocchette di formaggio e verdura al forno  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pastina in brodo  Carne di suino/Prosciutto cotto "alta qualità"  Patate e carote  Pane  Frutta fresca di stagione	Vellutata di zucca/ passato di verdura con farro/pastina  Pesce (crocchette)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta all'ortolana / Pancotto con olio e parmigiano  Carne di coniglio/tacchino  Insalata e frutta secca oleosa (tritata molto finemente) Verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano  Pesce (platessa)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE		Pasta alla pizzaiola con pomodoro fresco Prosciutto crudo/cotto e melone Pinzimonio estivo e verdura cotta	Insalata di riso/altri cereali con verdure miste di stagione/ Pasta con pomodorini e basilico Pesce (crocchette) Verdura cruda e cotta mista di stagione		Pasta al pesto fresco Pesce (platessa) Verdura cruda e cotta mista di stagione
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

- N.B.:
- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "molliti", .....)
  - La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
  - Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
  - Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate

6^ Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione				
PRANZO	Pasta al pomodoro  Crocchette/sformato di verdura al forno  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano  Pesce misto  Pinzimonio di stagione e verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Risotto alla zucca/verdura di stagione  Carne di tacchino/pollo  Insalata e frutta secca oleosa (tritata molto finemente) Verdura cotta di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Pasta alla pizzaiola/al pomodoro  Pesce (coda di rospo)  Verdura cruda e cotta mista di stagione  Pane  Frutta fresca di stagione	Passato di verdura e legumi con un cereale in chicchi (orzo, farro, miglio...)  Formaggio  Patate  Pane  Frutta fresca di stagione
VARIANTI ESTIVE	Pasta al pesto Crocchette/muffin di verdura al forno Verdura cruda e cotta mista di stagione	Pasta olio e parmigiano Coda di rospo al forno con patate e pomodorini Verdura cruda e cotta mista di stagione	Risotto con zucchine Carne di tacchino/pollo Verdure di stagione gratinate al forno (pomodori e/o melanzane e/o zucchine e/o peperoni)	Pasta al pomodoro fresco e basilico Pesce (coda di rospo) Verdura cruda e cotta mista di stagione	
MERENDA	Latte (sostituire con yogurt massimo n. 1 volta la settimana)				

- N.B.:
- Cercare di proporre i cibi "asciutti" (primi e secondi) in una forma adatta per dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino (es. scelta del formato di pasta, utilizzo di preparazioni "molliti", .....)
  - La pasta asciutta può essere sostituita con la pastina in brodo vegetale in relazione alle capacità masticatorie del bambino
  - Quando nel menù è prevista la verdura cruda è indicato proporre anche una tipologia di verdura cotta (le patate devono essere proposte solo se indicate in menù)
  - Le verdure crude somministrate in pinzimonio devono essere leggermente sbollentate