



MENU' NIDI COMUNALI PRIMAVERA ESTATE 2022

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta la pesto di zucchine Pollo con limone e olive Carote Julienne	Pasta olio e grana Frittelle di lenticchie al forno Fagiolini all'agro	Risotto salvia e limone Insalata di tacchino prezzemolata Radicchio cetrioli e mais	Pasta al pomodoro Petto di pollo alla milanese Insalata di zucchine
MARTEDÌ	Risotto ai peperoni Hamburger di trota Insalata verde e mele	Risotto alle melanzane Platessa dorata Insalata verde	Pasta di legumi al ragù di verdure Halibut agli aromi Carote	Cous cous estivo Bocconcini di merluzzo Carote julienne
MERCOLEDÌ	Vellutata con pomodoro fresco Frittata con erba cipollina Patate prezzemolate	Minestrone estivo con farro Tortino di borlotti e lattuga Pomodori	Zuppa di verdure con orzo Uova sode o frittata Insalata Iceberg	Risotto basilico e pinoli Schiacciata di legumi e verdure Pomodori
GIOVEDÌ	Tortelli di borraggine Polpette ceci e scarola Pomodori	Gnocchi o miglio gratinato al sugo di verdure Hamburger di lonza Carote saporite	Lasagnette di carasau con melanzane e scamorza Insalata verde con olive	Zuppa di miglio Tacchino saporito Patate
VENERDÌ	Focaccia pesto e cannellini Totani al forno Zucchine trifolate	Minestra di verdura Pizza con grano saraceno Consa estiva (verdura cotta e cruda)	Pasta al pesto Platessa al forno Pomodori al forno	Passato di verdura Pizza margherita Insalata con scaglie di grana

Non si usano prodotti precotti fritti o prefritti si usa sale iodato e pane a ridotto contenuto di sale. A metà mattina viene distribuita frutta o verdura fresca di stagione.



TABELLA INGREDIENTI PRINCIPALI UTILIZATI NEL MENU' ASILI NIDO COMUNALI PRIMAVERA ESTATE 2022

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	PRIMO: Pasta al farro, zucchine, capperi, olio evo SECONDO: Pollo, succo di limone, olive	PRIMO: Pasta Libera Terra, olio evo, grana padano, salvia SECONDO: Lenticchie, quinoa, verdure miste	PRIMO: Riso integrale, salvia, limone SECONDO: Tacchino, prezzemolo, olio evo	PRIMO: Pasta integrale, pomodori pelati, cipolla SECONDO: Petto di pollo, pane grattugiato, olio evo, succo di ananas
MARTEDÌ	PRIMO: Riso integrale, peperoni, cipolla SECONDO: Trota salmonata, verdure miste, olio evo	PRIMO: Riso integrale, melanzane, passata di pomodoro, grana SECONDO: Platessa, pane grattugiato, aromi	PRIMO: Pasta di legumi, verdure miste SECONDO: Halibut, aglio, prezzemolo	PRIMO: Cous cous integrale, verdure miste SECONDO: Merluzzo, pane grattugiato
MERCOLEDÌ	PRIMO: Pomodori, patate, verdure miste, pasta di semola SECONDO: Uova pastorizzate, erba cipollina	PRIMO: Verdure miste, farro SECONDO: Patate, borlotti, lattuga, cipolla, olio evo	PRIMO: Verdure miste, orzo SECONDO: Uova a guscio o pastorizzate	PRIMO: Riso integrale, basilico, pinoli SECONDO: Verdure miste, patate, ceci
GIOVEDÌ	PRIMO: Farina 0, semola, grana, borragine, pane grattugiato, olio evo SECONDO: Ceci, Scarola, patate, aglio	PRIMO: Miglio, pomodori pelati, verdure miste, lievito a scaglie SECONDO: Lonza, pane, aromi	PIATTO UNICO: Pane carasau, melanzane, pomodori pelati, basilico, scamorza, latte di soia, olio di arachide, farina 0	PRIMO: Verdure miste, miglio, piselli secchi SECONDO: Tacchino, capperi, olive, origano, passata di pomodoro, aglio
VENERDÌ	PRIMO: Farina 0, farina integrale, lievito di birra, basilico, cannellini SECONDO: Totani, farina gialla, pane grattugiato, olio evo	PRIMO: Verdure miste PIZZA: Farina 0, farina di grano saraceno, passata di pomodoro, lievito di birra, mozzarella, fontal, origano	PRIMO: Pasta di semola, basilico, pinoli, olio evo, grana SECONDO: Platessa, pane grattugiato, aglio, prezzemolo	PRIMO: Verdure miste PIZZA: Farina 0, farina integrale, passata di pomodoro, lievito di birra, mozzarella, fontal, origano
Note: Si riportano solo gli ingredienti principali – l'olio utilizzato è sempre olio extra vergine d'oliva, il sale è quello iodato, il grana è sempre Grana Padano, la pasta (di frumento, di farro e integrale) il riso e l'orzo provengono da agricoltura biologica così come tutti i legumi ed alcune verdure - la carne utilizzata è sempre fresca di origine italiana, il pesce è surgelato.				



MENU' NO CARNE NIDI COMUNALI PRIMAVERA ESTATE 2022

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta la pesto di zucchine PARMIGIANA DI MELANZANE Carote Julienne	Pasta olio e grana Frittelle di lenticchie al forno Fagiolini all'agro	Risotto salvia e limone MOZZARELLA POMODORO E BASILICO Radicchio cetrioli e mais	Pasta al pomodoro SFORMATO DI PISELLI E BASILICO Insalata di zucchine
MARTEDÌ	Risotto ai peperoni Hamburger di trota Insalata verde e mele	Risotto alle melanzane Platessa dorata Insalata verde	Pasta di legumi al ragù di verdure Halibut agli aromi Carote	Cous cous estivo Bocconcini di merluzzo Carote julienne
MERCOLEDÌ	Vellutata con pomodoro Frittata con erba cipollina Patate prezzemolate	Minestrone estivo con farro Tortino di borlotti e lattuga Pomodori	Zuppa di verdure con orzo Uova sode o fittata Insalata iceberg	Risotto basilico e pinoli Schiacciata di legumi e verdure Pomodori
GIOVEDÌ	Tortelli di borraggine Polpetta ceci e scarola Pomodori	Gnocchi o miglio gratinato al sugo di verdure MOUSSE DI CANNELLINI E SPINACI Carote saporite	Lasagnette di carasau con melanzane e scamorza Insalata verde con olive	Zuppa di miglio HALIBUT AL FORNO Patate
VENERDÌ	Focaccia pesto e cannellini Totani al forno Zucchine trifolate	Minestra di verdura Pizza con grano saraceno Consa estiva (verdura cotta e cruda)	Pasta al pesto Platessa al forno Pomodori al forno	Passato di verdura Pizza margherita Insalata con scaglie di grana

Non si usano prodotti precotti fritti o prefritti si usa sale iodato e pane a ridotto contenuto di sale. A metà mattina viene distribuita frutta o verdura fresca di stagione.