



**MENU' NIDO - TABELLA DIETETICA INVERNO
ANNO SCOLASTICO 2024-2025**



dal 25/11 al 14/03	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
LUNEDÌ	25/11 - 23/12 - 20/01 - 17/02	02/12 - 30/12 - 27/01 - 24/02	09/12 - 06/01 - 03/02 - 03/03	16/12 - 13/01 - 10/02 - 10/03
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Minestrone di verdure con farro Pollo al forno Patate stick al forno Pane	Pasta alla pizzaiola Polpettine di ceci in umido Misto di verdure gratinate Pane	Polenta Spezzatino di manzo Carote cotte Pane	Passato di verdure e legumi con farro Frittata al forno Finocchi julienne – Bietole all'olio extr. Oliva Pane
Merenda ove prevista	frutta mista di stagione	yogurt alla frutta	frutta mista di stagione	torta casalinga
MARTEDÌ	26/11 - 24/12 - 21/01 - 18/02	03/12 - 31/12 - 28/01 - 25/02	10/12 - 07/01 - 04/02 - 04/03	17/12 - 14/01 - 11/02 - 11/03
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al pomodoro Filetto di halibut gratinato al forno Verdure miste in insalata Pane	Risotto alla zucca Cotoletta di tacchino al forno Carote cotte all'olio extr. oliva Pane	Pasta alle verdure Filetto di halibut alla mugnaia Spinaci all'olio Pane	Pasta al ragù di manzo Asiago Carote julienne Pane
Merenda ove prevista	infuso e focaccia	frutta mista di stagione	frappè di frutta fresca	frutta mista di stagione
MERCOLEDÌ	27/11 - 25/12 - 22/01 - 19/02	04/12 - 01/01 - 29/01 - 26/02	11/12 - 08/01 - 05/02 - 05/03	18/12 - 15/01 - 12/02 - 12/03
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta alla parmigiana Frittata al forno Broccoli all'olio Pane	1/2 porzione di passato/minestrone di verdura con pastina + 1/2 porzione di pizza margherita Zucchine all'olio Pane	Vellutata di zucca riso Bocconcini di pollo alla cacciatora Verdure miste in insalata Pane	Pasta alla robiola Filetto di platessa gratinato Insalata Pane
Merenda ove prevista	yogurt alla frutta	Torta casalinga	frutta mista di stagione	yogurt alla frutta
GIOVEDÌ	28/11 - 26/12 - 23/01 - 20/02	05/12 - 02/01 - 30/01 - 27/02	12/12 - 09/01 - 06/02 - 06/03	19/12 - 16/01 - 13/02 - 13/03
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Risotto agli spinaci Prosciutto cotto alta qualità Carote trifolate Pane	Pasta al pomodoro Frittata al forno Insalata con radicchio Pane	Pasta alle erbe Nuggets di merluzzo Zucchine trifolate Pane	Pasta al pomodoro Scaloppine di pollo agli aromi Broccoli al vapore Pane
Merenda ove prevista	pane e marmellata	frutta mista di stagione	focaccia	frutta mista di stagione
VENERDÌ	29/11 - 27/12 - 24/01 - 21/02	06/12 - 03/01 - 31/01 - 28/02	13/12 - 10/01 - 07/02 - 07/03	20/12 - 17/01 - 14/02 - 14/03
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Minestrina in brodo vegetale Hamburger di lenticchie Finocchi gratinati Pane	Vellutata di verdure con pasta Totani al forno gratinati Carote julienne Pane	Pasta ai formaggi Polpette di legumi Fagiolini all'olio Pane	Lasagne alla zucca Zucchine all'olio Pane
Merenda ove prevista	frutta mista di stagione	succo di frutta e biscotti	yogurt alla frutta	Frappè di frutta fresca