

# MENU INVERNO - DIETA SENZA GLUTINE

Asilo Nido Comune di Casale Monferrato

Asilo nido 12-36 mesi

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
<b>1° SETTIMANA</b>	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pasta con ragù di verdure SG Formaggio* Carote brasate SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Risotto allo zafferano SG Polpette di lenticchie SG Spinaci sminuzzati SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Passato di piselli con crostini SG Frittatina SG con verdure di stagione SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Minestrina SG Polpette di merluzzo SG Purè di patate SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pasta all'olio SG Bocconcini di pollo SG Finocchi sminuzzati SG
<b>MERENDA</b>	Pane SG con marmellata	Frutta in pezzi	Latte e biscotti SG	Yogurt SG	Latte e biscotti SG
<b>2° SETTIMANA</b>	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pizza al pomodoro SG Formaggio Purea di carote SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Risotto alla zucca SG Prosciutto cotto SG Fagiolini e patate SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Brodo vegetale con pastina SG Polpettine di pesce SG Spinaci gratinati SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pasta al pomodoro SG Uova° SG Zucca al forno SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  RISO con verdure in brodo SG Polpette di fagioli SG Cavolfiore gratinato SG
<b>MERENDA</b>	Pane SG con marmellata	Frutta in pezzi	Latte e biscotti SG	Yogurt SG	Latte e biscotti SG
<b>3° SETTIMANA</b>	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pasta con lenticchie SG Uova° Finocchi sminuzzati gratinati al forno SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Crema di verdure con riso SG Polpette di piselli SG Patate al forno SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Polenta SG con Ragù di carne SG Carote cotte sminuzzate SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pasta al pesto SG Formaggio fresco Cavolfiore sminuzzato SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Risotto con spinaci SG Polpette di pesce SG Verdura di stagione al forno SG
<b>MERENDA</b>	Pane SG con marmellata	Frutta in pezzi	Latte e biscotti SG	Yogurt SG	Latte e biscotti SG
<b>4° SETTIMANA</b>	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  RISO con crema di zucca SG Bocconcini di pollo SG Broccoli sminuzzati SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pizza al pomodoro SG Formaggio fresco e verdura cotta di stagione SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Minestrina SG Polpettine di pesce SG Purè di patate SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Risotto con crema di ceci SG Uova° SG Spinaci gratinati SG	<u>Spuntino:</u> frutta fresca  Pastina con crema di verdure SG Polpette di legumi SG Erbette sminuzzate SG
<b>MERENDA</b>	Pane SG con marmellata	Frutta in pezzi	Latte e biscotti SG	Yogurt	Latte e biscotti SG

Non viene fatto utilizzo di dadi e sale.

Il primo piatto sarà preparato con un formato di pasta adatto all'età del bambino

Viene proposta frutta fresca, a pezzetti o frullata, con almeno 3 varietà nella settimana.

\* Formaggio fresco: primo sale, ricotta, mozzarella, crescenza - " Pesce: merluzzo, platessa, halibut - Uovo°: sodo o in frittata o strapazzato - SG = senza glutine  
Verdure di stagione a rotazione settimanale: zucca, broccolo, cavolfiore, coste, carote, zucchine, finocchi, erbe, spinaci, bietole  
Il pane somministrato è SENZA GLUTINE

La consistenza dei piatti viene proposta sulla base dello sviluppo delle capacità masticatorie e deglutitorie di ogni bambino