

# MENU INVERNO - DIETA SENZA GLUTINE

Asilo nido 12-36 mesi

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