

MENÙ AUTUNNO INVERNO

ASILO INFANTILE - MALEO (LO)

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1ª SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro e basilico Piatto di formaggi Carote olio e limone Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> zuppa toscana con cereali e legumi misti Cotoletta di pollo al forno Patate al forno / prezzemolate Pane comune / integrale 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto allo zafferano Filetto di pesce con pomodoro e olive Fagiolini Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta agli aromi Polpettone di vitello Broccoletti / fagiolini Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Buffet di verdure e legumi Pizza margherita Pane comune / integrale Frutta fresca
2ª SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro e tonno Tortino di riso e formaggio Misto di verdure crude pane comune / integrale frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Minestra di pasta / orzo e fagioli Petto di pollo agli aromi Cavolo cappuccio in insalata Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto Filetto di pesce dorato al forno Fagiolini Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Polenta con spezzatino carote e patate Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al pesto Polpette di ceci Finocchi in insalata Pane comune / integrale Frutta fresca
3ª SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Risotto con zucca Frittata alle erbe aromatiche Cavolo cappuccio in insalata Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Buffet di verdure e legumi Lasagne al ragù di carne Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con besciamella e zafferano polpette/tortino di pesce al forno Carote olio e limone Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Crema di verdure con pasta integrale / farro Fettina di lonza al pomodoro Contorno di erbe Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta con pomodoro olive e capperi Grana in scaglie / raspadura Insalata di patate prezzemolate e fagioli Pane comune / integrale Frutta fresca
4ª SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Farro / pasta integrale al pesto Bastoncini di pesce al forno Finocchi in insalata pane comune / integrale frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Crema di legumi misti con pasta Cosce di pollo al rosmarino Patate al forno / prezzemolate Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Gnocchi al pomodoro Frittata Carote Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto con asparagi Arrosto di lonza a fette Lenticchie / piselli Pane comune / integrale Frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al sugo di verdure Polpette / tortino di pesce al forno Insalata a foglia Pane comune / integrale Frutta fresca

- Si raccomanda di somministrare, oltre al pane integrale / ai 5 cereali, almeno una volta a settimana pane a ridotto contenuto di sale
- Calendarizzare mensilmente le proposte di frutta, alternando tra diverse varietà di mele, pere, agrumi (arance, mandarini, clementine, mapo, ...), kiwi, banane, cachi, uva
- Una volta alla settimana è consentito sostituire la frutta fresca con yogurt (2 volte al mese) e budino/dolce/gelato (2 volte al mese)