



## TABELLA DIETETICA

### Primavera-Estate

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

S. Pancrazio S. no (Br)



## LUNEDI

<b>Pasta con zucchini</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Zucchini	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Cotoletta di Tacchino</b>	
Petto di tacchino	30
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Purè di patate</b>	
Patate	80
Latte p.s.	10
Olio extraverg. d'oliva	5
Parmigiano o grana	5
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Mela o Pesca	100

## MARTEDI

<b>Pasta al sugo</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Frittata al forno</b>	
Uovo	n.1/2
Parmigiano o Grana	3
latte p.s.	5
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Fagiolini lessi</b>	
Fagiolini	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> albicocche o kiwi	100

## MERCOLEDI

<b>Pasta con Piselli</b>	<b>g</b>
Pasta	20
Piselli	50
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Mozzarella alla caprese</b>	
Mozzarella	30
Pomodori	40
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Melone o fragole	100

## GIOVEDI

<b>Risotto alle carote</b>	<b>g</b>
Riso	30
Carote	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Quadratini di pesce</b>	
Merluzzo o platessa	30
Patate	20
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Bietola lessa</b>	
Bietola	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Banana o nespole	100

## VENERDI

<b>Penne al pomodoro e basilico</b>	<b>g</b>
Penne	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
<b>Bocconcini di vitello o schiacciata al limone</b>	
Vitello	30
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Insalata</b>	
Insalata verde	30
Olio extraverg. d'oliva.	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Pera o anguria	100

## SABATO

<b>Risotto freddo primavera</b>	<b>g</b>
Riso o orzo perlato	30
zucchini	30
Sedano/carote	20/30
Pomodorini	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana a scaglie	5
<b>Prosciutto cotto</b>	<b>15</b>
<b>Patate al forno</b>	
Patate	50
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> macedonia di frutta	100

**Prima settimana**

Il responsabile dell'U.O.  
di Igiene della Nutrizione  
*Dr. Pasquale Fina*

**N.B.:** Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.  
I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



## TABELLA DIETETICA

### Primavera-Estate

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

S. Pancrazio S. no (Br)



## LUNEDI

<b>Riso e lenticchie</b>	<b>g</b>
Riso	20
Lenticchie	20
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Zucchine ripiene</b>	
Zucchine	50
Scamorza	20
Pangrattato	5
Latte o brodo	q.b.
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Banana o fragole	100

## MARTEDI

<b>Pasta con pomodorini e basilico</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pomodorini	50
Parmigiano o Grana	5(7)
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Petto di pollo alla mugnaia</b>	
Petto di pollo	30
Farina	3
Latte p. s.	5
Olio extraverg d'oliva	3
<b>Fagiolini in umido</b>	
Fagiolini	40
Pelati o pomodorini	20
Olio extraverg d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Mela o Kiwi	100

## MERCOLEDI

<b>Farfalle ai sapori mediterranei</b>	<b>g</b>
Farfalle	30
Zucchine-peperoni-melanzane	50
Olio extraverg. d'oliva	3
Pelato/Parmigiano o Grana	20-5(7)
<b>Bastoncino di merluzzo</b>	<b>n.1</b>
<b>Insalata</b>	
Lattuga	30
Olio extravergine d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Pera o ciliegie	100

## GIOVEDI

<b>Pasta al sugo</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Scaloppine di vitello</b>	
Vitello	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Farina	3
<b>Julienne di carote</b>	
Carote	40
Olio d'oliva e.v.	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Kiwi o Anguria	100

## VENERDI

<b>Riso con zucchini o peperoni</b>	<b>g</b>
Riso	30
Zucchine o peperoni	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Omelette al prosciutto</b>	
Uovo	n.1/2
Parmigiano o Grana / Pangrattato	3/5
Latte p.s./prosciutto cotto	5/5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Patate lesse</b>	
Patate	80
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Mela o melone	100

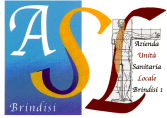
## SABATO

<b>Pasta al pesto</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pesto senza aglio	10
Olio extraverg. d'oliva	5
Parmigiano o Grana	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Bastoncini di pesce</b>	<b>n.1</b>
<b>Insalata</b>	
Insalata verde	30
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> pesca o albicocche	100

**seconda  
settimana**

Il responsabile dell'U.O.  
di Igiene della Nutrizione  
*Dr. Pasquale Fina*

**N.B.:** Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



## TABELLA DIETETICA

### Primavera-Estate

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

S. Pancrazio S. no (Br)



## GIOVEDÌ

<b>Pasta e piselli</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Piselli	50
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Prosciutto cotto</b>	<b>10</b>
<b>Rotolo di bietole o spinaci</b>	
Patate	50
Bietole o Spinaci	30
Uovo	1/10
Parmigiano o Grana	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Mela o fragole	100

## LUNEDÌ

<b>Risotto all'ortolana</b>	<b>g</b>
Riso	30
Verdure miste	40
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Petto di tacchino alla salvia</b>	
Petto di tacchino	30
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Zucchine all'olio</b>	
Zucchine	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Pera o albicocche	100

## VENERDÌ

<b>Orecchiette alla pugliese</b>	<b>g</b>
Orecchiette fresche	60
Pelati	30
Olio extravergine d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
<b>Polpette al sugo</b>	
Carne di vitello	20
Uovo	1/15
Parmigiano o Grana/Pangrattato	3-5
Pelati	30
Olio extravergine d'oliva	3
<b>Verdure stufate</b>	
Zucchine/Peperoni /melanzane	10-10-20
Olio extravergine d'oliva	5
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> pesca o pera	100

## MARTEDÌ

<b>Pasta con i fagiolini</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Fagiolini	40
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Cacioricotta	5(7)
<b>Merluzzo in umido</b>	
Filetti di merluzzo	30
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Insalata</b>	
Insalata verde	30
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Banana o ciliegie	100
Se di stagione Uva	80

## SABATO

<b>Insalata di riso</b>	<b>g</b>
Riso	30
Julienne di verdure miste	30
Prosciutto cotto	10
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Frittata di zucchine</b>	
Uovo	n. ½
Zucchine	20
Parmigiano o grana	3
Pangrattato	5
Latte P.S.	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Macedonia di frutta	100

## MERCOLEDÌ

<b>Insalata di pasta</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pomodorini, cetrioli o verdure e ortaggi misti	40
Olive denocciolate	5
Parmigiano o Grana a scaglie	5(7)
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Formaggio fresco spalmabile</b>	<b>30</b>
<b>Carote al burro</b>	
Carote	40
Burro	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Ciliegie o prugne	100

terza  
settimana

Il responsabile dell'U.O.  
di Igiene della Nutrizione  
*Dr. Pasquale Fina*

**N.B.:** Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato.  
I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.



## TABELLA DIETETICA

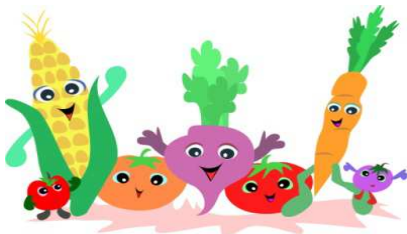
### Primavera-Estate

Anno Scolastico 2017-2018

Asilo Nido comunale

fascia d'età 1-2 e 2-3 anni

S. Pancrazio S. no (Br)



## GIOVEDÌ

<b>Purea di Fave</b>	<b>g</b>
Fave secche	30
Patate	50
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Prosciutto cotto</b>	15
<b>Bietola all'olio</b>	
Bietola	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Ciliegie o susine	100

## LUNEDÌ

<b>Pasta al pomodoro fresco</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pomodorini	40
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
<b>Filetto di pesce impanato</b>	
Merluzzo o platessa	30
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Spinaci all'olio</b>	
Spinaci	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Mela o pesca	100

## MARTEDÌ

<b>Pasta con melanzane</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pelati	30
Melanzane	40
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5 (7)
<b>Arrosto di tacchino arcobaleno</b>	
Petto di tacchino	30
Carote e sedano	10-10
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Julienne di carote</b>	
Carote	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Kiwi o fragole	100
Se di stagione Uva	80

## MERCOLEDÌ

<b>Pasta al pesto</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pesto senz'aglio	20
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	3
<b>Mozzarella</b>	30
<b>Insalata mista</b>	
Insalata	20
Pomodori	20
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Banana o pesca	100

## VENERDÌ

<b>Riso alla crudaiola</b>	<b>g</b>
Riso	30
Pomodori grossi	50
Basilico	q.b.
Olio extraverg. d'oliva	5
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Hamburger</b>	
Carne di vitello	30
Pangrattato	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Patate al forno</b>	
Patate	80
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Pera	100

## SABATO

<b>Pasta al pesto mediterraneo</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pesto senza aglio con pomodorini	10
Olio extraverg. d'oliva	3(5)
Parmigiano o Grana	5
<b>Lonza di maiale al latte</b>	
Lonza di maiale	30
Latte P.S	5
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Zucchine gratinate</b>	
Zucchine	40
Parmigiano o Grana	7
Pangrattato	10
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>(Pane bianco</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> melone o banana	100

**quarta  
settimana**

Il responsabile dell'U.O.  
di Igiene della Nutrizione  
*Dr. Pasquale Fina*

**N.B.:** Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.





## TABELLA DIETETICA

**Primavera-Estate**

**Anno Scolastico 2017-2018**

**Asilo Nido comunale**

**fascia d'età 1-2 e 2-3 anni**

**S. Pancrazio S. no (Br)**



## LUNEDI

<b>Pasta e lenticchie</b>	<b>g</b>
Pasta	20
Lenticchie secche	20
Olio extraverg. d'oliva	5
<b>Frittata semplice</b>	
Uovo	n.1/2
Parmigiano o Grana	5
Pangrattato	5
Latte P. S.	5
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Insalata di pomodori</b>	
Pomodori	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Pera o Melone	100

## MARTEDI

<b>Pasta al pesto</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pesto senz'aglio	20
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	3
<b>Bastoncino di merluzzo</b>	n.1
<b>Fagiolini lessi</b>	
Fagiolini	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Kiwi o prugna	100
o Uva	80

## MERCOLEDI

<b>Sedanini pomodoro e basilico</b>	<b>g</b>
Sedanini	30
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Purè di patate ricco</b>	
Patate	80
Fontina	10
Latte p.s.	10
Olio extraverg. d'oliva	5
Parmigiano o grana	7
<b>Insalata</b>	
Insalata verde	30
Olio extraverg. d'oliva.	5
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Anguria o mela	100

## VENERDI

<b>Risotto alle zucchini</b>	<b>g</b>
Riso	30
Zucchini	40
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana	5(7)
<b>Petto di pollo al limone</b>	
Petto di pollo	30
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>Julienne di carote</b>	
Carote	40
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Banana o ciliegie	100

## SABATO

<b>Pasta alla crudaiola</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Pomodorini	50
Olio extraverg. d'oliva	3
Parmigiano o Grana a scaglie	5
<b>Mozzarella</b>	20
<b>Zucchini Stufate</b>	
Zucchini	40
Olio extraverg. d'oliva	3(5)
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> macedonia di frutta	100

## GIOVEDI

<b>Pasta con i fagiolini</b>	<b>g</b>
Pasta	30
Fagiolini	40
Pelati	30
Olio extraverg. d'oliva	3
Cacioricotta	5(7)
<b>Prosciutto cotto</b>	<b>15)</b>
<b>Pomodori</b>	50
Olio extraverg. d'oliva	3
<b>(Pane bianco)</b>	<b>30)</b>
<b>Frutta:</b> Mela o Susine	100

**quinta  
settimana**

Il responsabile dell'U.O.  
di Igiene della Nutrizione  
*Dr. Pasquale Fina*

**N.B.:** Il peso di verdure e ortaggi è inteso come peso netto crudo mentre il peso della frutta è inteso come peso di mercato. I pesi in parentesi corrispondono alle grammature in più per i bambini da 2 a 3 anni.