

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**22a settimana**

**01 - 05 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE ( <b>NO FRUTTA SECCA</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA	<b>DAI 2 ANNI:</b> - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIOR E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	POLLO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di legumi - se PIZZA, sostituire il passato di legumi con passato di verdure
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	STRACCHINO CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	- PIZZA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO	- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA ( <b>al POSTO del PIATTO UNICO</b> )
	PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO		PATATE ARROSTO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	CAROTE <b>COTTE</b> CON SALSA DI CECI (CRUDE A BASTONCINO)	CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)	<b>PER SALSA DI CECI (HUMMUS):</b> - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
	CROSTINI DI PANE CON PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO		MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**23a settimana**

**08 - 12 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISO IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO		- RISOTTO CON PISELLI
	CASATELLA		BURGER DI VERDURE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		SUGO BIANCO CON UNA O PIU' VERDURE DI STAGIONE A SCELTA, TRITATE (asparagi, broccoletti, carciofi, cavolfiore, fiori di zucca, funghi, melanzane, peperoni, porri, zucca, zucchine)
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO	
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) <b>-SALAME MATTO</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	FUSILLI AL SUGO DI CARCIOFI E PISELLI, PARMIGIANO		SUGO DI POMODORO
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO		
	VERDURA COTTA GRATINATA		- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**24a settimana**

**15 - 19 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- se POLENTA piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO
	POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA)		- POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO ( <b>piatto unico</b> )
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	<b>PENNETTE</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO	
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO		
	UOVO SODO CON SALSA VERDE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>GOBBETTI</b> AL POMODORO, PARMIGIANO	GOBBETTI <b>INTEGRALI/SEMINTEGRALI</b> AL POMODORO PARMIGIANO	
	<b>RICOTTA</b> (CRESCENZA)	CRESCENZA	<b>ALTRI FORMAGGI:</b> - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**25a settimana**

**22 - 26 febbraio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO ( <b>NO TONNO</b> ) CON POMODORO E ODORI	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI	- ALLE VONGOLE / AL TONNO USARE TONNO SOLO DA IINFANZIA
		FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO	PESCE AZZURRO FRESCO GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>		PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(AL POSTO del PIATTO UNICO)</b>
		PATATE E VERDURA LESSATE	<b>ALTRA PREPARAZIONE PATATE:</b> - PURE'
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO	
		FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA	
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE CON PINOLI	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>		FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO	
		POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
		LASAGNE CON RAGU' DI LENTICCHIE	
		VERDURE DI STAGIONE TRIFOLATE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

## TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**26a settimana**

**01 - 05 marzo**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
		MINISTRINA IN PASSATO DFI VERDURA	SEDANINI CON RAGÙ DI VERDURE, PARMIGIANO
		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>		FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO	
		POLLO ARROSTO, AL FORNO	
		VERDURE COTTE DI STAGIONE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>		RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO	- RISOTTO CON PISELLI
		SQUACQUERONE	BURGER DI VERDURE
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	
		VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>		GNOCCETTI SARDI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO	- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**27a settimana**

**08 - 12 marzo**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	PENNETTE CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		
	VERDURE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure - NON sostituire MAI il passato con un primo asciutto se pizza dopo
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA		MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	SEDANINI AL POMODORO PARMIGIANO	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL POMODORO PARMIGIANO	
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		<b>PER POLPETTONE ARCOBALENO:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) <b>OLIO</b> , PARMIGIANO	SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PARMIGIANO	
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCT</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	CAROTE <b>COTTE</b> CON SALSA DI CECI (CRUDE A BASTONCINO)	CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)	<b>PER SALSA DI CECI (HUMMUS):</b> - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		<b>PER FRITTATA ARROTOLATA:</b> - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**28a settimana**

**15 - 19 marzo**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> <b>(12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO	- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA ( <b>al POSTO del PIATTO UNICO</b> )
	PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO		PATATE ARROSTO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO		
	UOVO SODO CON SALSA VERDE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

## TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

29a settimana

22 - 26 marzo

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
		GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	
		LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
MA	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO E ODORI	SPAGHETTI AL POMODORO E ODORI	
		FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO	- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
ME		PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	
		PATATE ARROSTO, AL FORNO	- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA PIU' VERDURA CRUDA DI STAGIONE (al POSTO del PIATTO UNICO)
		TRIS DI VERDURE DI STAGIONE LESSATE / GRATINATE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
GI		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO	
		PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO	
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE CON PINOLI	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
VE		FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	
		POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO	CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**30a settimana**

**29 marzo - 02 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
<b>LU</b>	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPIA CON PISELLI E POMODORO -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA /BASTONCINO	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	<b>PER SALSA DI LENTICCHIE:</b> - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO
	VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO		CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE, PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO		<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	VERDURE CRUDE IN INSALATA /BASTONCINO		- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		FARRO/RISO/ORZO IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**31a settimana**

**05 - 09 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE LESSATE / GRATINATE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO		- RISOTTO CON PISELLI/FAGIOLI
	CASATELLA		BURGER DI VERDURE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO
<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) <b>AL POMODORO</b> , PARMIGIANO		SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PREZZEMOLO, PARMIGIANO	
LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	SEDANINI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**32a settimana**

**12 - 16 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO IN BIANCO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	STRACCHINO CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	<b>PER FORNARINA / PIADINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	ERBE COTTE (SPINACI/BIETE)		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE	
	PATATE IN PURE'		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO		
	UOVO SODO CON SALSA VERDE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**33a settimana**

**19 - 23 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - NON sostituire MAI il passato con un primo asciutto se pizza dopo
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA		- se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- MOZZARELLA+PIZZA POMODORO
<b>MA</b>	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO		- SEDANINI ALL'ORTOLANA
	Lombo di maiale al latte, al forno		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA	USARE TONNO SOLO DA IINFANZIA
	FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO) <b>-SALAME MATTO</b>
	PATATE E PISELLI LESSATI		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO		
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO		- SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARMIGIANO (piatto unico)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE CON PINOLI	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

## TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**34a settimana**

**26 - 30 aprile**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni) GOBBETTI AL PESTO <b>(NO PINOLI)</b>	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b> GOBBETTI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	<b>PER POLPETTONE ARCOBALENO:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
<b>MA</b>	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/BASTONCINO	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
<b>ME</b>	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
<b>GI</b>	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO		<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	VERDURA COTTA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO
FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO	
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**35a settimana**

**03 - 07 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE <b>(NO PINOLI)</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO		- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO		- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
	<b>RICOTTA</b> (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO	- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del <b>PIATTO UNICO)</b>
	VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**36a settimana**

**10 - 14 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	<b>DAI 3 ANNI:</b> - FARFALLE FREDDI IN INSALATA CON LENTICCHIE LESSATE, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO
		UOVO SODO CON SALSINA VERDE	- CROCCHETTI DI VERDURE AL FORNO
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>		RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	
		PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO	
		VERDURE COTTE DI STAGIONE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO	- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
		MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO	- PIZZA MARGHERITA O CROSTINI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostini)
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	
		VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA	<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE	
	PATATE IN PURE'		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO	<b>DAI 3 ANNI</b> INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE O GAMBERI GRATINATI AL FORNO <b>PER TUTTI</b> FILETTI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**37a settimana**

**17 - 21 maggio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO		
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE		
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE ( <b>NO PINOLI</b> )	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO ( <b>NO TONNO</b> ) CON POMODORO E ODORI	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI	- ALLE VONGOLE / AL TONNO USARE TONNO SOLO DA IINFANZIA
	FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO</b>	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al <b>POSTO</b> del <b>PIATTO UNICO</b> )
	PATATE E VERDURE LESSATE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**38a settimana**

**24 - 28 maggio**

- 1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**
- 2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;
- 3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;
- 4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> <b>(12-18 mesi)</b> (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	ORZO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO	ORZO FREDDO IN INSALATA DI VERDURE MISTE	- ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE -PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO
		MOZZARELLA	- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
		SEDANINI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO	
		TACCHINO A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>		PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO	FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT A COTOLETTA, IN FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/BASTONCINO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO	PASTA AL POMODORO
		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>		RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO	
		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO	<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
		PISELLI	- LENTICCHIE STUFATE
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2020/2021

**39a settimana**

**31 maggio - 04 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAPELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO	- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO	la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO		- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO		- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO
	POLLO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		- CROSTINI DI PANE/ORZO/RISO/CROUS-COUS in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**40a settimana**

**07 - 11 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) OLIO E, PARMIGIANO	SPAGHETTI OLIO E PARMIGIANO	
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE ( <b>NO NOCI</b> )	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	<b>PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO</b>	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE DI STAGIONE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE (NO PINOLI)</b>	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO DI ZUCCHINE	la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età'
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	RISOTTO AL <b>PESCE MISTO</b>	RISOTTO ALLE VONGOLE	- RISOTTO AL SUGO DI PESCE MISTO ( <b>piatto unico</b> )
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**41a settimana**

**14 - 18 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)</b>	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO</b>	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al <b>POSTO</b> del <b>PIATTO UNICO</b> )
		PATATE ARROSTO, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO	
		PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO	
		VERDURE COTTE DI STAGIONE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>		FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO	
		POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO	CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>		SEDANINI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	
		LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA	<b>DAI 3 ANNI:</b> - PENNETTE FREDDA AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI USARE TONNO SOLO DA IINFANZIA
		FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO	- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>SA</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		UOVO SODO CON SALSA VERDE	
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INS./BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**42a settimana**

**21 - 25 giugno**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO		<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI		- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO AGLIO E PREZZEMOLO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO AGLIO E PREZZEMOLO, PARMIGIANO	
	<b>RICOTTA</b> (CASATELLA)	CASATELLA	<b>ALTRI FORMAGGI:</b> - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO	PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	<b>PENNETTE</b> IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	- se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE A BASTONCINO per tutti
	POLLO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE <b>COTTE</b> di stagione	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**43a settimana**

**28 giugno - 02 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni)</b>	<b>SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO		- la quantità di CARNE per il RAGU' deve essere quasi la stessa che viene utilizzata come secondo
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>ME</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>GI</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO			- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO			- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>VE</b>	FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
<b>SA</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI:</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON - PIZZA MARGHERITA O CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni)
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**44a settimana**

**05 - 09 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE ( <b>NO PINOLI</b> )	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO DI ZUCCHINE	frutta secca a partire dai 2 anni di età
	CAPRESE (MOZZARELLA + POMODORO A FETTINE)		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	FUSILLI OLIO E PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO	
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE DI STAGIONE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	<b>VERDURE COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	
	VERDURE MISTE COTTE		- SFORNATO / CROSTATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	FARFALLE ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	Lombo di maiale a fettine a scaloppina al limone, al forno		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**45a settimana**

**12 - 16 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	
		FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO	- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO	
		CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO	<b>DAI 3 ANNI:</b> - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI
		CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO	UOVO SODO CON SALSINA VERDE
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>		RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	
		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO	<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
		VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO	-ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>- DAI 3 ANNI:</b> - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
		CASATELLA CON FORNARINAPIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	- se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA <b>PER FORNARINA:</b> - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	
		VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA	<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE DI STAGIONE	
	PATATE IN PURE'		
<b>SA</b>		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
		PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO	
		FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO	- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde)
	<b>VERDURE COTTE</b> (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**46a settimana**

**19 - 23 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>CORONCINE IN MINESTRA</b> DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO	PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
	FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA		
	PISELLI		- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	<b>VERDURE COTTE</b> (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE <b>COTTE</b> (INSALATA MISTA)	INSALATA MISTA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**47a settimana**

**26 - 30 luglio**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE</b>
<b>LU</b>	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO	FUSILLI <b>FREDDI CON POMODORINI</b> E BASILICO	<b>PER SCUOLA INFANZIA:</b> - FUSILLI CON POMODORO E BASILICO
	POLLO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURA COTTA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure <b>DAI 3 ANNI :</b> - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
	STRACCHINO CON FORNARINAPIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		- se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA <b>PER FORNARINA:</b> - FARINA OLIO EXTRA VERGINE OLIVA LIEVITO NATURALE
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>SEDANINI</b> (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	- la quantità di CARNE per il RAGU' deve essere quasi la stessa che viene utilizzata come secondo
		VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO	- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
		GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO	- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO	- BURGER DI VERDURE
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>SA</b>	<b>VERDURE MISTE COTTE</b> (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE A BASTONCINO
	<b>SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM.</b>	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO	- SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM. ( <b>PIATTO UNICO</b> )
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**48a settimana**

**02 - 06 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	VERDURE <b>COTTE</b> (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	
		VERDURE MISTE COTTE	- SFORMATO / CROSTATI DI VERDURE
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>MA</b>	SEDANINI AL PESTO <b>DI ZUCCHINE (NO PINOLI)</b>	SEDANINI <b>SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI</b> AL PESTO DI ZUCCHINE	la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO	<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>ME</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, <b>AGLIO E PREZZEMOLO</b> PARMIGIANO	
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO	- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>GI</b>	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
		PATATE ARROSTO, AL FORNO	
		VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>VE</b>		FUSILLI CON ZUCCHINE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO	
		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
<b>SA</b>		GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO	
	<b>RICOTTA</b> (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

49a settimana

09 - 13 agosto

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		<b>PER PIZZAIOLA:</b> - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE <b>COTTE</b> DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE	
	PATATE IN PURE'		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO	
	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	UOVO SODO CON SALSINA VERDE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO		
	POLLO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	<b>DAI 3 ANNI:</b> - FARFALLE FREDDI IN INSALATA CON CECI LESSATI, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO
	VERDURE MISTE COTTE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
SA	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		<b>PER POLPETTONE:</b> - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**50a settimana**

**16 - 20 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;

4) il **PANE (piadina, fornarina e pizza)** dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE (bianche / semi-integrali per nidi)**.

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL <b>TONNO</b> , CON POMODORO E CIPOLLA	<b>DAI 3 ANNI:</b> - PENNETTE FREDDO AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI USARE TONNO SOLO DA IINFANZIA
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - SEPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	PASSATELLI IN <b>BRODO VEGETALE</b>	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA <b>(al POSTO del PIATTO UNICO)</b>
	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO		
	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>GI</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>VE</b>	SEDANINI AL POMODORO E PISELLI, PARMIGIANO		
	Lombo di maiale al latte, al forno		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>SA</b>	FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO		
	VERDURE MISTE <b>COTTE</b> (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**51a settimana**

**23 - 27 agosto**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;

4) il **PANE** ( **piadina, fornarina e pizza**) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO	PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO		<b>PER BOCCONCINI GRATINATI:</b> - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>GOBBETTI</b> (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	
	VERDURE MISTE COTTE		- SFORMATO / CROSTATATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) A COTOLETTA, AL FORNO		- PESCE AZZURRO <b>FRESCO</b> , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
SA	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	<b>PASSATELLI IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	RAVIOLI CON RICOTTA E SPINACI CON OLIO, SALVIA / AL POMODORO, PARMIGIANO	<b>DAI 3 ANNI:</b> - TORTELLONI RICOTTA E SPINACI / RICOTTA E RADICCHIO ROSSO
	PATATE LESSATE	PATATE LESSATE <b>E FAGIOLINI</b>	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

# TABELLA DIETETICA - estate 2021

**52a settimana**

**30 agosto - 03 settembre**

1) - L'indicazione **FRUTTA DI STAGIONE** e **VERDURA DI STAGIONE** deve essere interpretata nel senso che deve essere favorita la diversificazione delle specie di frutta e verdura somministrate (facendo attenzione anche a variare per quanto possibile i colori della stessa); in ogni caso la medesima specie di frutta e verdura non potrà essere proposta più di una volta la settimana ai bambini che fanno 4-5 rientri, non più di una volta ogni due settimane a quelli che ne fanno meno di quattro. **La frutta del pranzo dovrà essere distribuita per lo SPUNTINO DI META' MATTINA ai bimbi di nido, scuola infanzia e scuola primaria a tempo pieno**

2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;

3) Utilizzare il **PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO** (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;

4) il **PANE** (piadina, fornarina e pizza) dovrà essere prodotto con **FARINE DI GRANO O DI CERALI MISTI INTEGRALI BIOLOGICHE** (bianche / semi-integrali per nidi).

**Per la prevenzione del rischio di soffocamento da cibo, fare riferimento alle "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" disponibili sul sito del Ministero della Salute**

	<b>NIDO D'INFANZIA</b> (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	<b>SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)</b>	<b>ALTERNATIVE EQUIVALENTI</b> <b>NOTE</b>
<b>LU</b>	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>MA</b>	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		<b>DAI 3 ANNI:</b> - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con <b>VERDURE CRUDE MISTE A BASTONCINO</b> - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA		
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
<b>ME</b>	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO	
	SEDANINI AL PESTO ( <b>NO PINOLI</b> )	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO	- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO		
<b>GI</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	<b>PENNETTE</b> (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO PARMIGIANO	
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone ) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA	
<b>VE</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	PASSATELLI <b>IN BRODO VEGETALE</b> , PARMIGIANO	PASSATELLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO	PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		
<b>SA</b>	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	GOBBETTI CON SUGO DI PISELLI, PARMIGIANO		
	<b>RICOTTA</b> (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA(FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)	
	VERDURA <b>COTTA</b> (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

||