

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

1a settimana

10 - 14 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, 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		PER SUGO DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO
	CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			VERDURE MISTE COTTE
	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)			- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
MA	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO MOZZARELLA			ORZO/FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (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 DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (SARDE, CEFALO, CAPPONE) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

2a settimana

17 - 21 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, 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO	PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
	VERDURE CRUDE IN INSALATA (AL GRATIN)	VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISO SEMI-INTEGRALE IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) 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			
GI	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT/) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

3a settimana

24 - 28 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, 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FUSILLI AL PESTO (NO PINOLI)	FUSILLI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	RICOTTA (CASATELLA)	CASATELLA		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO /
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A SPEZZATINO AL POMODORO			ALTRA PREPARAZIONE: - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO)		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE COTTA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSA VERDE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			
	VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

4a settimana

01 - 05 ottobre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			
MA	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO	SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA		- ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT/) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON PISELLI, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON PISELLI, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		
	VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO			CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO			PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

5a settimana

08 - 12 ottobre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE E PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		- UOVO A FRITTATA ARROTOLATA CON FONTINA E SPINACI
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (SARDE, CEFALO, CAPPONE) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
GI	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO

6a settimana

15 - 19 ottobre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	VERDURE CRUDE IN INSALATA (AL GRATIN)	VERDURE DI STAGIONE AL GRATIN, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	RISO SEMI-INTEGRALE IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI 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			
VE	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

7a settimana

22 - 26 ottobre

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, capponi) 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO		PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
	TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
MA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A SPEZZATINO AL POMODORO			ALTRA PREPARAZIONE: - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO)		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, capponi)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSA VERDE		-CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

8a settimana

29 ottobre - 02 novembre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	CORONCINA IN MINESTRA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO			PER MINESTRA DI LENTICCHIE: - LE LENTICCHIE POSSONO ESSERE LASCIATE TUTTE INTERE O IN PARTE PER TUTTI: - PASTINA IN BRODO VEGETALE
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con PASTINA IN BRODO VEGETALE, POLPETTINE DI LENTICCHIE
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO Lombo di maiale al latte, al forno			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO (NO TONNO) CON POMODORO E ODORI, PARMIGIANO	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI		- ALLE VONGOLE / AL TONNO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

9a settimana

05 - 09 novembre

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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO			GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO CON PISELLI, AL POMODORO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

10a settimana

12 - 16 novembre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	CAROTE COTTE (CRUDE) CON SALSA DI CECI	CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMMUS)		PER SALSA DI CECI (HUMMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI DI PANE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE (NO FRUTTA SECCA)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		DAI 2 ANNI: - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, capponne) ARROSTO, AL FORNO			DAI 3 ANNI: - SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di legumi
	RICOTTA (CRESCENZA)	CRESCENZA		- PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO			PATATE ARROSTO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

11a settimana

19 - 23 novembre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE	
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO			
	GOBBETTI (FARFALLE) CON LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	FARFALLE CON LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		PER SUGO DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, ZUCCA, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO	
		UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO	
MA		RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE	
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE	
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)	
ME		ERBE COTTE (SPINACI/BIETE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	GI	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
			MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO POLENTE (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- se POLENTE piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO - POLENTE AL RAGU' E PARMIGIANO (piatto unico)
VE	PENNETTE SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO)			
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)	
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

12a settimana

27 - 30 novembre

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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	PENNETTE (SPAGHETTI) ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI (NO TONNO), PARMIGIANO	SPAGHETTI ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI		- AL TONNO / AL PESCE MISTO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
VE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

13a settimana

03 - 07 dicembre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
---	--	--	--

LU	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE	
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	VERDURA COTTA DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)	
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO			
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			
	VERDURA COTTA DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

14a settimana

10 - 14 dicembre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
MA	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO	
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	CAROTE COTTE (CRUDE)CON SALSA DI CECI	CAROTE CRUDE CON SALSA DI CECI (HUMMUS)		PER SALSA DI CECI (HUMMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
	MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
GI	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE (NO FRUTTA SECCA)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		DAI 2 ANNI: - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA COTTA DI STAGIONE		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	
VE	ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		- CROSTINI DI PANE/RISO/COUS-COUS in passato di verdure - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE	
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)	
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

15a settimana

17 - 21 dicembre

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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. SCUOLA INFANZIA (3-6 anni) (2-3 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO		PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
	TRIS DI VERDURE DI STAGIONE GRATINATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO
MA	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	CAPPELLETTI AL FORMAGGIO IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO		- RAVIOLI / TORTELLONI RICOTTA E SPINACI / RICOTTA E RADICCHIO ROSSO CON SALVIA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PARMIGIANO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- se RAVIOLI / TORTELLONI, no patate arrosto, sostituire con FAGIOLINI
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
GI	RISO SEMI-INTEGRALE IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
		BURGER DI VERDURA		PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

16a settimana

24 - 28 dicembre

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE E ZUCCA GRATINATE, IN FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
MA	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO			PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)			VERDURE CRUDE IN INSALATA
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE			VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO
	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO (NO TONNO), PARMIGIANO			- ALLE VONGOLE / AL PESCE MISTO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTO DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO - POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)			- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

17a settimana

31 dicembre - 04 gennaio 2019

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- LENTICCHIE STUFATE
MA	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTE
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE E PARMIGIANO			
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO		
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO			GNOCCHI AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO	PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

18a settimana

07 - 11 gennaio

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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (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)
		PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		PATATE ARROSTO
ME	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE (NO FRUTTA SECCA)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		DAI 2 ANNI: - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI		ORZO IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO		- CROSTINI DI PANE/RISO/COUS-COUS in passato di legumi
	RICOTTA (CASATELLA) CON PIADINA/FORNARINA	CASATELLA CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
		ERBE COTTE (SPINACI/BIETE)		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE		FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

19a settimana

14 - 18 gennaio

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- 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)
MA	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, capponne)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA			
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO		PER SCUOLA INFANZIA: - BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO
VERDURE MISTE GRATINATE			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO	
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	RISO SEMI-INTEGRALE IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

20a settimana

21 - 25 gennaio

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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO CON CARCIOFI (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
ME	PENNETTE SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO) PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		DAI 3 ANNI: - SEPIA CON PISELLI E POMODORO -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO - la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
GI	RICOTTA (CRESCENZA)	FUSILLI AL SUGO DI ZUCCA, PARMIGIANO CRESCENZA VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
VE	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO MINISTRINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO POLENTA (in sostituzione del pane) E VITELLONE A SPEZZATINO (A BRASATO / ALLA PIZZAIOLA) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- se POLENTA piatto unico, sostituire la minestrina in brodo con PATATE ARROSTO - POLENTA AL RAGU' E PARMIGIANO (piatto unico)

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

21a settimana

28 gennaio - 01 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	CORONCINE / GRAMIGNA IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO			GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO	PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISOTTO CON RADICCHIO ROSSO o ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
ME	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
GI	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
VE	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

22a settimana

04 - 08 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU		FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA		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
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		- PIZZA
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (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)
		PATATE AL VAPORE/LESSATE al PREZZEMOLO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		PATATE ARROSTO
GI	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE (NO FRUTTA SECCA)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		DAI 2 ANNI: - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	CAROTE COTTE CON SALSA DI CECI (CRUDE A BASTONCINO)	CAROTE CRUDE A BASTONCINO CON SALSA DI CECI (HUMMUS)		PER SALSA DI CECI (HUMMUS): - CECI LESSATI, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, SUCCO DI LIMONE
		CROSTINI DI PANE CON PASSATO DI VERDURA, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO

23a settimana

11 - 15 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, 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISO SEMI-INTEGRALE IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) 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			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	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			
VE	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

24a settimana

18 - 22 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE MISTE COTTE (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 (piatto unico)
MA	PENNETTE SEMI-INTEGRALI AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI ALLA PIZZAIOLA (POMODORO, OLIVE E ORIGANO)		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI MERLUZZO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSIA VERDE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	RICOTTA (CRESCENZA)	CRESCENZA		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

25a settimana

25 febbraio - 01 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI)	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
MA	PASSATELLI / CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (AL POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE E VERDURA LESSATE			ALTRA PREPARAZIONE PATATE: - PURE'
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO (NO TONNO) CON POMODORO E ODORI, PARMIGIANO	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI		- ALLE VONGOLE / AL TONNO
	FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO			PESCE AZZURRO FRESCO GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	MALTAGLIATI IN MINESTRA DI CECI, PARMIGIANO			PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIATI TUTTI INTERI O IN PARTE PER TUTTI: - MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE
	POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO(PATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

26a settimana

04 - 08 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	MINISTRINA IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure - NON sostituire MAI il passato con un primo asciutto se pizza dopo - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO - PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
ME	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (TAGLIATELLE) AL RAGU' DI CARNE, PARMIGIANO	TAGLIATELLE AL RAGU' DI CARNE , PARMIGIANO		- LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA
VE	VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE (NO FRUTTA SECCA)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI VERDURA DI STAGIONE E FRUTTA SECCA		DAI 2 ANNI: - BROCCOLI E PINOLI; - SPINACI E NOCI; - CAVOLFIORE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

27a settimana

11 - 15 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PENNETTE CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO			PASTA AL POMODORO
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPIEDINO ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	BURGER DI VERDURA			PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	SEDANINI AL POMODORO	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO		
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE ARCOBALENO: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PENNETTE (SPAGHETTI) OLIO , PARMIGIANO	SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PARMIGIANO		
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCT)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) ARROTOLATA CON FONTINA (CON FONTINA E SPINACI) AL FORNO		PER FRITTATA ARROTOLATA: - FRITTATA (sottilissima, tipo crepe) FARCITA CON FONTINA (a fettine sottilissime) ARROTOLATA, TAGLIATA A FETTE (massimo 2 cm.) E RIPASSATA IN FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

28a settimana

18 - 22 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FARFALLE OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
ME	PENNETTE (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
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	RISOTTO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURE COTTE (CRUDE) 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 2018/2019

29a settimana

25 - 29 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	PENNETTE (SPAGHETTI) ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI (NO TONNO), PARMIGIANO	SPAGHETTI ALLE VONGOLE, CON POMODORO E ODORI		- AL TONNO / AL PESCE MISTO
		FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
ME		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE ARROSTO, AL FORNO TRIS DI VERDURE DI STAGIONE LESSATE / GRATINATE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA PIU' VERDURA CRUDA DI STAGIONE (al POSTO del PIATTO UNICO)
GI		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE ALLE ERBE AROMATICHE, AL FORNO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI)	VERDURE COTTE 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
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

30a settimana

01 - 05 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO) - LENTICCHIE STUFATE
	PISELLI			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		PER SALSA DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO
	VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAPELLA E PARMIGIANO			CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
ME	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO			DAI 3 ANNI: - SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
VE	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 PINZIMONIO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

31a settimana

08 - 12 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO PATATE ARROSTO, AL FORNO VERDURE LESSATE / GRATINATE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
MA	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			
ME	RISO SEMI-INTEGRALE IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO BURGER DI VERDURA			- RISOTTO CON PISELLI PER PRIMARIA / SECONDARIA: - SQUACQUERONE / CASATELLA - se RISOTTO, BURGER DI VERDURE per tutti
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO , PARMIGIANO	SPAGHETTI OLIO EXTRA VERGINE OLIVA E PREZZEMOLO, PARMIGIANO		
	Lombo di maiale a fettine a scaloppina al limone, al forno			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	SEDANINI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

32a settimana

15 - 19 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO IN BIANCO CON CARCIOFI O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	RICOTTA (CASATELLA) CON FORNARINA / PIADINA	CASATELLA CON FORNARINA / PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	ERBE COTTE (SPINACI/BIETE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	PENNETTE (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
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSINA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

33a settimana

22 - 26 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			- SEDANINI ALL'ORTOLANA
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO			CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA		- PENNETTE / SPAGHETTI AL PESCE MISTO (MERLUZZO, PLATESSA, VONGOLE) (piatto unico)
	FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE E VERDURA LESSATE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			- SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARMIGIANO (piatto unico)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI)	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

34a settimana

29 aprile - 03 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	GOBBETTI AL PESTO (NO PINOLI)	GOBBETTI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE ARCOBALENO: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	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 COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/PINZIMONIO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	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) MARGHERITA			- se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

35a settimana

06 - 10 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	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			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO - BURGER DI VERDURE
ME	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)	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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
	RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAMELLA), PARMIGIANO	LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAMELLA, PARMIGIANO		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

36a settimana

13 - 17 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		DAI 3 ANNI: - FARFALLE FREDDO IN INSALATA CON LENTICCHIE LESSATE, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO
		UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
MA		RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
		PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni)
GI	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
		VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		DAI 3 ANNI INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE O GAMBERI GRATINATI AL FORNO PER TUTTI FILETTI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

37a settimana

20 - 24 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE (NO PINOLI)	VERDURE COTTE DI STAGIONE CON PINOLI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	FUSILLI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO			CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PENNETTE (SPAGHETTI) AL RAGU' DI PESCE FRESCO (NO TONNO) CON POMODORO E ODORI, PARMIGIANO	SPAGHETTI CON RAGU' DI PESCE FRESCO, CON POMODORO E ODORI		- ALLE VONGOLE / AL TONNO
	FILETTI DI MERLUZZO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	PATATE E VERDURA LESSATE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2018/2019

38a settimana

27 - 31 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	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 PINZIMONIO
		MOZZARELLA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO		
ME		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT A COTOLETTA, IN FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/BASTONCINO		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
GI		GNOCCI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		
		UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE		RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO		
		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO		PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
		PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- LENTICCHIE STUFATE

TABELLA DIETETICA - estate 2019

39a settimana

03 - 07 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (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			
MA	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)	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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO - BURGER DI VERDURE
GI	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO	PER SCUOLA INFANZIA: - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO
	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO CASATELLA CON FORNARINA/PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)			- CROSTINI DI PANE/ORZO/RISO/CROUS-BOUS in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - con FARRO FREDDO solo casatella (NO fornarina) PER FORNARINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO
VE	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

40a settimana

10 - 15 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE	
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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 MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE DAI 3 ANNI:
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
VERDURE COTTE DI STAGIONE			- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE	
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
VE	SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO		la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età'
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	RISOTTO AL PESCE MISTO	RISOTTO ALLE VONGOLE		- RISOTTO AL SUGO DI PESCE MISTO (piatto unico) DAI 3 ANNI:
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

41a settimana

17 - 22 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	PASSATELLI ASCIUTTI CON ZUCCHINE E POMODORINI		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA		RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
ME	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI		SEDANINI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA		DAI 3 ANNI: - PENNETTE FREDDI AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI
		FILETTI DI PLATESSA ARROSTO, AL FORNO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
SA	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		UOVO SODO CON SALSINA VERDE		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INS./BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - estate 2019

42a settimana

24 - 29 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, 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO CON SALSIA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- LENTICCHIE STUFATE
MA	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			DAI 3 ANNI: - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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			
	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
GI	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
SA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO		- se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO per tutti
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE di stagione	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

43a settimana

01 - 06 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	SEDANINI (SPAGHETTI) AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	RICOTTA (CASATELLA)	CASATELLA		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI (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			
ME	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)	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			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO			
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO	FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO		FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA
	POLLO ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			
	VERDURA COTTA (VERDURA CRUDA DI STAGIONE)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON - CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostoni)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

44a settimana

08 - 13 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO		a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE A BASONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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			
GI	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO		BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE	PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURE COTTE (CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE IN PINZIMONIO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
	VERDURE MISTE COTTE			- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	FARFALLE ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO			
	Lombo di maiale a fettine a scaloppina al limone, al forno			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

45a settimana

15 - 20 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			
	VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURE COTTE (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		DAI 3 ANNI: - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSA VERDE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO	INSALATA DI GAMBERI E VERDURE FRESCHE		
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		-ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure - DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA PER FORNARINA: - FARINA OLIO EXTRA VERGINE OLIVA LIEVITO NATURALE
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			
	CASATELLA CON FORNARINAPIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde)
	FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

46a settimana

22 - 27 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI 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			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA			
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			DAI 3 ANNI: - ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	VERDURE COTTE (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE 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			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (INSALATA MISTA)	INSALATA MISTA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	POLPETTINE DI CECI AL PROFUMO DI ROSMARINO			CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

47a settimana

29 luglio - 03 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	FUSILLI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO	PER SCUOLA INFANZIA: - FUSILLI FREDDI CON POMODORINI E BASILICO
		POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
LU		COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI : - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - CROSTINI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostini)
		PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)		VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)		VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
	SEDANINI (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		
GI	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)		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 FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)		VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE		VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO	
		GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO - BURGER DI VERDURE
SA	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)		SEDANINI IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO	se RAGU' CONIGLIO piatto unico, inserire VERDURE MISTE CRUDE IN PINZIMONIO
	SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM.		CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO	- SEDANINI CON RAGU' DI CONIGLIO, PARM. (PIATTO UNICO)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)		VERDURE CRUDE IN INSALATA	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - estate 2019

48a settimana

05 - 10 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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		
MA	SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO		la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
		VERDURE MISTE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
VE	FUSILLI CON ZUCCHINE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE		PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
SA	GOBBETTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

49a settimana

12 - 17 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	PASTINA IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO	SEDANINI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO		
		VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA		PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)
	VERDURE COTTE DI STAGIONE	VERDURE COTTE DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
		FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSINA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		DAI 3 ANNI: - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI. - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
		RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN PINZIMONIO		
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI: - FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA
		CASATELLA CON FORNARINA/PIADINA		PER FORNARINA: - FARINA INTEGRALE, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
SA		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO (NO PINOLI)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
		VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO		PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2019

50a settimana

19 - 24 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE	PASSATELLI ASCIUTTI CON SALSA DI ZUCCHINE E POMODORINI		PASSATELLI IN BRODO - PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
		PATATE ARROSTO, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA		PER TUTTI (NO NIDO): - PENNETTE FREDDI AL TONNO, POMODORINI, OLIVE NERE E CAPPERI DAI 3 ANNI: - SEPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		DAI 3 ANNI: - FARFALLE FREDDI IN INSALATA CON CECI LESSATI, POMODORINI, OLIVE NERE, PREZZEMOLO E BASILICO
		VERDURE MISTE COTTE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
VE		SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
SA	FUSILLI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO	INSALATA DI GAMBERI E VERDURE FRESCHE		DAI 3 ANNI: - INSALATA DI GAMBERI CON VERDURE
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - estate 2019

51a settimana

26 - 31 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI 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			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE O ALTRA VERDURA DI STAGIONE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			
	PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	ORZO PERLATO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) MARGHERITA			
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE 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			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) A COTOLETTA, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
SA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE , PARMIGIANO	RAVIOLI CON RICOTTA E SPINACI CON OLIO, SALVIA / AL POMODORO, PARMIGIANO		
	PATATE LESSATE	PATATE LESSATE E FAGIOLINI		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

PER BOCCONCINI GRATINATI:
- PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)

- LENTICCHIE STUFATE

DAI 3 ANNI:
- ORZO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
- se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO

- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità)
- se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)

- PESCE AZZURRO **FRESCO**, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)

DAI 3 ANNI:
- TORTELLONI RICOTTA E SPINACI / RICOTTA E RADICCHIO ROSSO

TABELLA DIETETICA - estate 2019

52a settimana

02 - 07 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

	NIDO D'INFANZIA (12-18 mesi) (19 mesi - 2 anni)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE / VARIAZIONI NOTE
LU	SEDANINI AL PESTO (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, 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			
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
VE	VERDURE MISTE COTTE			- SFORMATO / CROSTATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO A SPEZZATINO IN BIANCO	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO LESSATI, FREDDI IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE		PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
SA	GOBBETTI CON SUGO DI VERDURA DI STAGIONE (BIANCO), PARMIGIANO			
	RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA	SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA(FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			