



TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO NIDO (6-12 MESI) c/o SCUOLA DELL'INFANZIA "A. ZILLI" - FONIANA PEDDIA

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
LUNEDI'	Crema di verdure con riso Uovo	Pastina in brodo vegetale Tacchino al vapore Purea di verdure	Passato di legumi e verdure con riso Uovo	Crema di piselli con riso Uovo
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
MARTEDI'	Crema di verdure con pastina Pesce al vapore	Crema di lenticchie e verdure con pastina Uovo	Pastina in brodo vegetale Vitello al vapore Purea di verdure	Passato di legumi e verdure con farro Formaggio
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
MERCOLEDI'	Passato di legumi e verdure con farro Formaggio	Passato di verdure con pastina Vitello al vapore	Passato di ceci e verdure con pastina Formaggio	Semolino in brodo vegetale Pesce al vapore Purea di verdure
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
GIOVEDI'	Semolino in brodo vegetale Vitello al vapore Purea di verdure	Passato di fagioli e verdure con orzo Formaggio	Passato di verdure e patate con orzo Pollo al vapore	Crema di carote o verdure con orzo Tacchino al vapore
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
VENERDI'	Crema di verdure e patate con pastina Pesce al vapore	Crema di verdure con riso Pesce al vapore	Semolino in brodo vegetale Pesce al vapore Purea di verdure	Pastina in brodo vegetale Pesce al vapore Purea di verdure



TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO NIDO (13-36 MESI) c/o SCUOLA DELL'INFANZIA "A. ZILLI"

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Minestra in brodo vegetale con pasta Spezzatino di tacchino con polenta + verdura Pane Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con riso Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pastina all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina e lenticchie Uova Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina al ragù Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con farro Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Passato di legumi con farro Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Lasagne o pasta pasticciata al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina e ceci Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pastina al pomodoro Polpette al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di fagioli con orzo Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con orzo Petto di pollo al forno Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote o verdure con orzo Fesa di tacchino al forno Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Crema di zucca o verdure con pasta Pesce al forno Patate lesse Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione



TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO SCUOLA DELL'INFANZIA "A. ZILLI" - FONTANA FREDDA

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Minestra in brodo vegetale con pasta Spezzatino di tacchino con polenta + verdura Pane Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con riso Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Uova Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con zucca o zafferano Arrostito di manzo al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pizza margherita Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Passato di legumi con farro Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Lasagne al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro Polpette al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta o orzo e fagioli Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con orzo Petto di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote o verdure con orzo Fesa di tacchino al forno Patate al forno Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Crema di zucca o verdure con pasta Pesce al forno Patate lesse Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione



TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE NIDO (6-12 MESI) c/o SCUOLA DELL'INFANZIA "A. ZILLI"

SETTIMANE

GIORNI	1	2	3	4
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
LUNEDI'	Crema di verdure con riso Uovo	Pastina in brodo vegetale Uovo Purea di verdure	Passato di legumi e verdure con orzo Formaggio	Crema di piselli con riso Uovo
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
MARTEDI'	Passato di legumi e verdure con orzo Formaggio	Passato di verdure e patate con farro Pollo al vapore	Semolino in brodo vegetale Pollo al vapore Purea di verdure	Crema di carote o verdure con farro Tacchino al vapore
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
MERCOLEDI'	Pastina in brodo vegetale Vitello al vapore	Passato di piselli con riso Formaggio	Passato di ceci con pastina Uovo	Passato di lenticchie con pastina Formaggio
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
GIOVEDI'	Passato di verdure e patate con pastina Pollo al vapore	Semolino in brodo vegetale Vitello al vapore Purea di verdure	Pastina in brodo vegetale Tacchino al vapore Purea di verdure	Pastina in brodo vegetale Vitello al vapore Purea di verdure
Spuntino di metà mattina	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata	Fruita fresca frullata
VENEDI'	Semolino in brodo vegetale Pesce al vapore Purea di verdure	Passato di verdure con pastina Pesce al vapore	Crema di verdure con riso Pesce al vapore	Semolino in brodo vegetale Pesce al vapore Purea di verdure



TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE NIDO (13-36 MESI) c/o SCUOLA DELL'INFANZIA "A. ZEMMELI"

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina all'olio Uovo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con orzo Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Passato di legumi con orzo Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con farro Petto di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta fresca di stagione	Pastina al pomodoro Scaloppina di pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote o verdure con farro Fesa di tacchino al forno Purè di patate Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pastina al pomodoro Polpette al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Minestra di piselli con riso Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina e ceci Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina e lenticchie Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Passato di verdure con pastina Pollo al forno Patate lesse o purè Pane Frutta fresca di stagione	Lasagne al forno o pasta al ragù Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Minestra in brodo vegetale con pastina Bocconcini di tacchino Purè di patate + verdura Pane Frutta fresca di stagione	Pastina all'olio Fettina di vitello o maiale al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pastina all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Riso all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pastina al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione



TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE SCUOLA DELL'INFANZIA "A. ZILLI" - FONTANAPREDDA - ASSISTENZA SANITARIA n. 5 "Friuli Occidentale"
Dipartimento di Prevenzione
dott. ssa. ~~Fabrizio~~ **STUCCO**

GIORNI	SETTIMANE			
	1	2	3	4
LUNEDI'	Risotto con verdure Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Uova strapazzate Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di legumi con orzo Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Frittata o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Passato di legumi con orzo Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Passato di verdure con farro Petto di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Scaloppina di pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di carote o verdure con farro Fesa di tacchino al forno Patate al forno Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro Polpette di manzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Formaggio Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione	Pasta con melanzane o verdure Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pizza margherita (integrazione prosciutto cotto) Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Passato di verdure con pasta Pollo al forno Patate lesse o purè Pane Frutta fresca di stagione	Lasagne al forno o pasta al ragù Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Minestra in brodo vegetale con pasta Arrostito di tacchino al forno Patate lesse + verdura Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Lonza di maiale al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta all'olio Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Pesce al limone Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Pesce al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione