

MENU ESTIVO MARIA BAMBINA – NIDO E PRIMAVERA

LEGENDA ALLERGENI

PRANZO	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
Lunedì	Crema di zucchine Strapazzato al pomodoro - 3 Patate al forno Pane - 1	Risotto in crema di asparagi Scaloppine di pollo al limone Fagiolini al vapore Pane - 1	Pasta all'olio extravergine - 1 Farinata di ceci Cavolfiore gratinato Pane - 1	Pasta integrale al pomodoro - 1 Mozzarella - 7 Zucchine all'olio Pane - 1
Martedì	Pasta integrale alla norma (pomodoro e melanzane) - 1 Polpette di lenticchie - 1,3,9 Fagiolini al vapore Pane - 1	Insalata di pasta con olive, pomodori e mais - 1 Crescenza Zucchine trifolate Pane integrale - 1	Insalata di pasta con olive e pomodorini freschi - 1 Arrostito di vitello Zucchine al forno Pane - 1	Risotto alla parmigiana Polpette di legumi - 1,3 Cavolfiore al forno Pane integrale - 1
Mercoledì	Insalata di pasta al pesto con patate e fagiolini - 1 Crocchette di pesce - 1,4 Carote prezzemolate Pane integrale - 1	Pasta integrale al pomodoro - 1 Frittatina - 3 Finocchi al forno Pane - 1	Lasagne di verdura - 1,3,9 Formaggio spalmabile - 7 Broccolo al forno Pane integrale - 1	Pasta al pesto - 1 Platessa agli aromi - 4 Carote lesse Pane - 1
Giovedì	Gnocchetti al pomodoro - 1 Affettato di tacchino Zucchine al forno Pane integrale - 1	Pasta con panna e prosciutto - 1,7 Hamburger di verdure - 1 Pane integrale - 1	Passato di verdura con crostini - 1,9 Tortino di uova e biette - 1,3 Patate prezzemolate in insalata Pane - 1	Insalata di riso con tonno, pomodorini freschi e basilico - 4 Lonza ai ferri Fagiolini in insalata Pane integrale - 1
Venerdì	Risotto all'ortolana - 9 Mozzarella - 7 Broccoli al vapore Pane - 1	Cous cous con verdure Tonno - 4 Carote lesse Pane integrale - 1	Risotto allo zafferano Merluzzo al pomodoro - 4 Carote lesse Pane integrale - 1	Pasta al pesto di zucchine - 1 Frittata con ricotta - 3,7 Broccolo gratinato - 1 Pane - 1
SPUNTINO MATTINA	Tutti i giorni frutta o verdura fresca di stagione			
SPUNTINO POMERIGGIO	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
Lunedì	Brioche - 1,3,7	Pane e ricotta - 1,7	Latte con biscotti secchi - 1,7	Mousse di frutta
Martedì	Yogurt - 7	Brioche - 1,3,7	Pane e marmellata - 1	Tè con i biscotti secchi - 1
Mercoledì	Pane e marmellata - 1	Yogurt - 7	Brioche - 1,3,7	Pane e cioccolato - 1,7
Giovedì	Mousse di frutta	Pane e cioccolato - 1,7	Yogurt - 7	Brioche - 1,3,7
Venerdì	Tè con biscotti secchi - 1	Mousse di frutta	Pane e ricotta - 1,7	Budino - 7

1. Glutine
2. Crostacei
3. Uova
4. Pesce
5. Arachidi
6. Soia
7. Latte
8. Frutta a guscio
9. Sedano
10. Senape
11. Sesamo
12. Lupini
13. Molluschi
14. Solfiti



Dott.ssa Giulia Corno - Biologa Nutrizionista