

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

1a settimana **09 - 13 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO TAGLIATELLE CON LENTICCHIE ROSSE, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		PER SUGO DI LENTICCHIE: - LENTICCHIE ROSSE, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO VERDURE MISTE COTTE
	CROCCHETTE DI VERDURA 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
	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			
ME	MOZZARELLA		ORZO/FARRO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE IN INSALATA		- PIZZA - se PIZZA PIATTO UNICO aumentare la quantità e sostituire il passato di verdure miste con VERDURE COTTA
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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)
	VERDURA DI STAGIONE GRATINATA / TRIFOLATA, 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	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

2a settimana

16 - 20 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA CRUDA IN INSALATA (AL GRATIN)	VERDURA 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT/) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

3a settimana

23 - 27 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

LU	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 EQUIVALENTI NOTE	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE		VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO			
	FUSILLI AL PESTO (NO PINOLI)		FUSILLI INTEGRALI/SEMINTEGRALI 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					
	VERDURA COTTA DI STAGIONE		VERDURE COTTE DI STAGIONE			ALTRA PREPARAZIONE: - VITELLONE A BRASATO (AROMI: ALLORO, CAROTA, CIPOLLA, POMODORO, SEDANO)
	PATATE IN PURE'					
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE					
ME	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO		PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO					
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE		VERDURE COTTA DI STAGIONE			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE					
GI	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO					
	UOVO SODO CON SALSA VERDE					
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE		VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE					
VE	RISOTTO CON SPINACI, PARMIGIANO					
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO					
	VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO					
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE					

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

4a settimana **30 settembre - 04 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, 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 POLPETTINE DI PESCE BIANCO, CAROTE E PATATE AL FORNO
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
ME	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON PISELLI, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON PISELLI, POMODORO E AROMI, PARMIGIANO		
		VERDURE GRATINATE AL FORNO CON BESCIAAMELLA 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

5a settimana

07 - 11 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	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
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	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
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

6a settimana **14 - 18 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, 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 EQUIVALENTI 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			
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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	RISOTTO CON BORLOTTI, PARMIGIANO	RISOTTO FUNGHI E BORLOTTI, PARMIGIANO		
	CASATELLA			BURGER DI VERDURA
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 PARMIGIANO		
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO			BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

7a settimana	21 - 25 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, 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	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			
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)
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	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			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO		- PER SEZIONE PRIMAVERA NO GAMBERI AL FORNO PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 2019/2020

8a settimana **28 ottobre - 01 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	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 2019/2020

9a settimana **04 - 08 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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, cappono)
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

10a settimana **11 - 15 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
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	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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	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
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sardè,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			DAI 3 ANNI: - SEPIA CON PISELLI E POMODORO -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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			PATATE ARROSTO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

11a settimana

18 - 22 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) 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 SEMINTEGRALE CON SPINACI, PARMIGIANO		- RISOTTO CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE
		FUSELLI DI POLLO ALLA CACCIATORA VERDURE DI STAGIONE GRATINATE / AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE PARMIGIANO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE IN PASSATO DI VERDURE
ME	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		
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE PARMIGIANO		
GI	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	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)
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE PARMIGIANO		
VE	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO	GAMBERI ARROSTO, AL FORNO		- PER SEZIONE PRIMAVERA NO GAMBERI AL FORNO PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

12a settimana		25 - 29 novembre		
<p>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</p> <p>2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;</p> <p>3) Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, capponne) a settimane alterne;</p> <p>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).</p> <p>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</p>				
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 EQUIVALENTI NOTE
LU	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO			
	PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO			
MA	VERDURA COTTA DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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 PER PRIMARIA / SECONDARIA: - RICOTTA / MOZZARELLA
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		PER TUTTI: - con MALTAGLIATI IN BRODO VEGETALE, POLPETTONE DI CECI
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FUSILLI AL POMODORO, PARMIGIANO			
GI	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
	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		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

13a settimana **02 - 06 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. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI 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)		PER FORNARINA / PIADINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, (LIEVITO NATURALE, ROSMARINO)
	VERDURA COTTA (CRUDA 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			
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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		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
	VERDURA COTTA (CRUDA 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 2019/2020

14a settimana

09 - 13 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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; - CAVOLFIOR E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
	POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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
VE	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

15a settimana	16 - 20 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) <small>(19 mesi - 2 anni)</small>	NIDO / SEZ. PRIMAV. SCUOLA INFANZIA (3-6 anni) <small>(2-3 anni)</small>	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI 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			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
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		
	PATATE ARROSTO, AL FORNO			- 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)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- se RAVIOLI / TORTELLONI, no patate arrosto, sostituire con FAGIOLINI
ME	RISOTTO ZUCCA E BORLOTTI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	SQUACQUERONE			BURGER DI VERDUTA
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA / HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

16a settimana

23 - 27 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 EQUIVALENTI 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 POLPETTINE DI SPINACI E RICOTTA, AL FORNO			PER MINESTRA DI CECI: - I CECI POSSONO ESSERE LASCIAI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) 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	SPAGHETTI AL TONNO , CON POMODORO E CIPOLLA		- 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)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

17a settimana

30 dicembre - 03 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, 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) 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			
	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
MA	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	RISOTTO CON ZUCCA, PARMIGIANO			
	STRACCETTI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO CON ERBE AROMATICHE			
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE E PARMIGIANO			
	FILETTI DI MERLUZZO (PLATESSA/HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
VE	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / PINZIMONIO		
	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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

18a settimana

06 - 10 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) 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			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
MA	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 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			PATATE ARROSTO
	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; - CAVOLFIORRE E MANDORLE - BIETA E MANDORLE
ME	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA 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 2019/2020

19a settimana

13 - 17 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) 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, cappone)
	VERDURA COTTA (CRUDA 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			
VERDURA COTTA (CRUDA) 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 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- VERDURA COTTA CON BESCIAPELLA AL FORNO
VE	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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

20a settimana

20 - 24 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI NOTE
LU		FUSILLI AL SUGO DI ZUCCA, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO ARROSTO, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
MA	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
ME	RISOTTO SEMINTEGRALE CON CARCIOFI (O ALTRA VERDURA DI STAGIONE), PARMIGIANO			
	RICOTTA (CRESCENZA)	CRESCENZA		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO, 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) DI STAGIONE (NO NOCI)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA CON NOCI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
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 2019/2020

21a settimana

27 - 31 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA 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
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

22a settimana

03 - 07 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
	VERDURA COTTA (CRUDA 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

10 - 14 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	RISO SEMI-INTEGRALE IN CREMA DI LENTICCHIE ROSSE, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	CASATELLA			BURGER DI VERDURE
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			SUGO BIANCO CON UNA O PIU' VERDURE DI STAGIONE A SCELTA, TRITATE (asparagi, broccoletti, carciofi, cavolfiore, fiori di zucca, funghi, melanzane, peperoni, porri, zucca, zucchine)
	VITELLONE MACINATO PER POLPETTINE AL POMODORO			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
ME	FUSILLI AL SUGO DI CARCIOFI E PISELLI, PARMIGIANO			SUGO DI POMODORO
	CONIGLIO ARROSTO (ALLA CACCIATORA), AL FORNO			
	VERDURA COTTA GRATINATA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- VERDURA COTTA CON BESCIAMELLA AL FORNO
GI	PASSATELLI IN BRODO VEGETALE, PARMIGIANO			- PASTINA IN BRODO VEGETALE PIU' UOVO SODO /A FRITTATA (al POSTO del PIATTO UNICO)
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	PATATE ARROSTO, AL FORNO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO		
	BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

24a settimana

17 - 21 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 EQUIVALENTI 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)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO	PENNETTE AL POMODORO PARMIGIANO		
	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		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSINA 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	GOBBETTI INTEGRALI/SEMINTEGRALI AL POMODORO PARMIGIANO		
	RICOTTA (CRESCENZA)	CRESCENZA		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

25a settimana

24 - 28 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 EQUIVALENTI 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 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)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, AL FORNO
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 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

26a settimana

02 - 06 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) 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) POMODORO E MOZZARELLA			- 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) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO
ME	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) 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 BESCIAPELLA
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
VE	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			- BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

27a settimana

09 - 13 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, 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	SEDANINI AL POMODORO PARMIGIANO	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL POMODORO PARMIGIANO		
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO			PER POLPETTONE ARCOBALENO: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	RISO IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	SQUACQUERONE			BURGER DI VERDURE
	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	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			
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, capponne)
	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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

28a settimana **16 - 20 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure
	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	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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	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			
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	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			
	UOVO SODO CON SALSA VERDE			- CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

29a settimana		23 - 27 marzo		
<p>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</p> <p>2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;</p> <p>3) Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappono) a settimane alterne;</p> <p>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).</p> <p>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</p>				
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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE A BASTONCINO		
		GOBBETTI AL POMODORO, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
MA	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, cappono)
	VERDURA COTTA (CRUDA 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

30a settimana

30 marzo - 03 aprile

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

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

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

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

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

	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 EQUIVALENTI NOTE
LU	RISOTTO CON SALSA DI CAROTE, PARMIGIANO			
	BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
	PISELLI			- LENTICCHIE STUFATE
MA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono) ARROSTO, AL FORNO			DAI 3 ANNI: - SEPIA 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	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
	VITELLONE A FETTINE ALLA PIZZAIOLA			PER PIZZAIOLA: - POMODORO, AROMI (AGLIO, PREZZEMOLO / CAPPERI, ORIGANO)- FILETTI DI MERLUZZO(PLATESSA /HALIBUT) ARROSTO, 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
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - PIZZA MARGHERITA
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

31a settimana

06 - 10 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 EQUIVALENTI 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 LESSATE / GRATINATE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
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 IN PASSATO DI FAGIOLI, PARMIGIANO			- RISOTTO CON PISELLI
	CASATELLA			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) 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			- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) IN CROSTA DI MAIS, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

32a settimana **13 - 17 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)	NIDO / SEZ. PRIMAV. (2-3 anni) SCUOLA INFANZIA (3-6 anni)	SCUOLA PRIMARIA (6-11 anni) / SECONDARIA (12-14 anni)	ALTERNATIVE EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	VERDURA COTTA (CRUDA) 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 2019/2020

33a settimana

20 - 24 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 EQUIVALENTI NOTE
LU		SEDANINI AL POMODORO, PARMIGIANO		- SEDANINI ALL'ORTOLANA
		LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURA COTTA (CRUDA 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
	VERDURA COTTA (CRUDA 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		VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA	
		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 2019/2020

34a settimana

27 aprile - 01 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA 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
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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
	OVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA) 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) POMODORO E MOZZARELLA			- se PIZZA PIATTO UNICO, sostituire il passato di verdure miste con VERDURE CRUDE MISTE A PINZIMONIO
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

35a settimana

04 - 08 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 EQUIVALENTI 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	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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
ME	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE (NO PINOLI)	GNOCCHETTI SARDI AL PESTO DI ZUCCHINE BOCCONCINI DI CODA DI ROSPO ARROSTO, AL FORNO VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- la FRUTTA SECCA è prevista a partire dai 2 anni di età - PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone)
GI	COUS-COUS IN PASSATO DI LEGUMI, PARMIGIANO RICOTTA (SQUACQUERONE) CON PIADINA/FORNARINA SQUACQUERONE CON PIADINA/FORNARINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
VE	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE SEDANINI (LASAGNE) AL RAGU' DI CARNE (E BESCIAPELLA), PARMIGIANO	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO LASAGNE AL RAGU' DI CARNE E BESCIAPELLA, PARMIGIANO VERDURE MISTE DI STAGIONE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		- PASTA AL POMODORO PIU' SVIZZERA (al POSTO del PIATTO UNICO)

TABELLA DIETETICA - anno scolastico 2019/2020

36a settimana

11 - 15 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

LU	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 EQUIVALENTI NOTE
		VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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
		MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO		- PIZZA MARGHERITA O CROSTONI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostini)
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

37a settimana

18 - 22 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	FARFALLE AL POMODORO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE MISTE 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	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			
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	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	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 2019/2020

38a settimana		25 - 29 maggio		
<p>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</p> <p>2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;</p> <p>3) Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;</p> <p>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).</p> <p>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</p>				
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 EQUIVALENTI 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)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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			
ME	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO			FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT A COTOLETTA, IN FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA/BASTONCINO		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	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			- LENTICCHIE STUFATE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

39a settimana		01 - 05 giugno		
<p>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</p> <p>2) Se la VERDURA E FRUTTA BIOLOGICHE non sono disponibili, utilizzare prodotti a LOTTA INTEGRATA;</p> <p>3) Utilizzare il PESCE AZZURRO FRESCO SFILETTATO (sarda, cefalo, cappone) a settimane alterne;</p> <p>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).</p> <p>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</p>				
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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 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)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO			- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO			- BURGER DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
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			
VE	ORZO IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			- CROSTINI DI PANE/ORZO/RISO/CROUS-LOUS in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE
	CASATELLA CON FORNARINA/PIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE)			- con FARRO FREDDO solo casatella (NO fornarina) PER FORNARINA: - FARINA, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

40a settimana

08 - 12 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 EQUIVALENTI 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	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE DI STAGIONE		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	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE 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) 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	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO		
	VERDURE COTTE DI STAGIONE			- SFORNATO / CROSTATATA DI VERDURE
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO DI ZUCCHINE		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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	RISOTTO AL PESCE MISTO	RISOTTO ALLE VONGOLE		- RISOTTO AL SUGO DI PESCE MISTO (piatto unico) DAI 3 ANNI:
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE DI STAGIONE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

41a settimana

15 - 19 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE IN PINZIMONIO)	VERDURA CRUDA 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		
ME	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		CECI, PARMIGIANO, UOVO, ROSMARINO
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI		SEDANINI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO LOMBO DI MAIALE AL LATTE, AL FORNO		
	VERDURA COTTA (CRUDA 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)
	VERDURA COTTA (CRUDA 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 SALSA VERDE		
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INS./BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - estate 2020

42a settimana

22 - 26 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 EQUIVALENTI 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) - LENTICCHIE STUFATE
	PISELLI FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
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 PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA AL POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) POMODORO E MOZZARELLA			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA 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, cappono) 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			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA 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 2020

43a settimana

29 giugno - 03 luglio

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

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

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

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

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

	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 EQUIVALENTI NOTE
LU	SEDANINI (SPAGHETTI) AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO		
	RICOTTA (CASATELLA)	CASATELLA		ALTRI FORMAGGI: - CACIOTTA/ SQUACQUERONE / STRACCHINO / CASATELLA
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappono)	
	VERDURE COTTE (CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	GOBBETTI CON PISELLI, POMODORO, PARMIGIANO		- GOBBETTI CON PISELLI IN BIANCO	
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) CON ERBETTE, AL FORNO		- BURGER DI VERDURE	
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
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			
	COUS-COUS IN PASSATO DI VERDURE MISTE, PARMIGIANO			
SA	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO		ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI: - COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON - PIZZA MARGHERITA O CROSTINI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS/ORZO/RISO FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostini)	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

44a settimana

06 - 10 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 EQUIVALENTI NOTE	
LU	SEDANINI AL PESTO DI ZUCCHINE (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO DI ZUCCHINE		a partire dai 2 anni di età	
	VITELLONE A POLPETTONE ARCOBALENO, LESSATO / AL FORNO				
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA			PER POLPETTONE: - CAROTE A BASTONCINO, FAGIOLINI
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
MA	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO		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 BASTONCINO)	VERDURA CRUDA 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	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
VE	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO			
	GOBBETTI (TAGLIATELLE) CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO	TAGLIATELLE CON FAGIOLI, POMODORO E PARMIGIANO			
	VERDURE MISTE COTTE				
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
SA	FARFALLE ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA, PARMIGIANO				
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO				
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				

TABELLA DIETETICA - estate 2020

45a settimana

13 - 17 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO BOCCONCINI DI POLLO O TACCHINO GRATINATI, AL FORNO VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			PER BOCCONCINI GRATINATI: - PANGRATTATO, AROMI (AGLIO, ROSMARINO)
MA	VERDURE COTTE (CRUDE IN INS. /BASTONCINO)	VERDURE CRUDE IN INSALATA / BASTONCINO		
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			DAI 3 ANNI: - FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MISTI - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, PARMIGIANO		
	FILETTI DI MERLUZZO ARROSTO AL FORNO		INSALATA DI GAMBERI E VERDURE FRESCHE	- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone)
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE		
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO CASATELLA CON FORNARINAPIADINA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- 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
VE	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 DI STAGIONE		
	PATATE IN PURE'			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
SA	PENNETTE AL POMODORO, PARMIGIANO FILETTI DI PLATESSA A COTOLETTA, AL FORNO			
	VERDURE COTTE (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		- PESCE AZZURRO FRESCO , GIA' SFILETTATO (cefalo / sarde)
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

46a settimana

20 - 24 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA 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) POMODORO E MOZZARELLA			- PIZZA PIATTO UNICO (aumentare la quantità) - MOZZARELLA+PIZZA POMODORO - se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)
	VERDURE COTTE (VERDURE CRUDE IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO			
	LOMBO DI MAIALE A FETTINE A SCALOPPINA AL LIMONE, AL FORNO			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

47a settimana

27 - 31 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	VERDURE COTTE (CRUDE A BASTONCINO)	VERDURA CRUDA 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			
MA	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 - PIZZA MARGHERITA O CROSTINI DI PANE AL FORNO CON POMODORO E MOZZARELLA - con COUS-COUS FREDDO, solo MOZZARELLA (NO pizza / crostini)
	MOZZARELLA + PIZZA (FARINA BIANCA / SEMI-INTEGRALE / INTEGRALE) AL POMODORO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
ME	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	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			
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)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
VE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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)
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			

TABELLA DIETETICA - estate 2020

48a settimana

03 - 07 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 EQUIVALENTI 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 DI ZUCCHINE (NO PINOLI)	SEDANINI SEMI-INTEGRALI / INTEGRALI AL PESTO DI ZUCCHINE		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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
ME		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO, AGLIO E PREZZEMOLO PARMIGIANO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
GI		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
	VERDURE COTTE (CRUDE) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 / CROSTATI 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	
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURE MISTE CRUDE		PER INSALATA DI POLLO O TACCHINO: - CETRIOLI, INSALATA VERDE, MELA VERDE, SEDANO
		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)		
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - estate 2020

49a settimana

10 - 14 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 EQUIVALENTI 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	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO			
	CORONCINE IN PASSATO DI LEGUMI MISTI, PARMIGIANO			DAI 3 ANNI:	
	UOVO SODO CON SALSA VERDE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			- FUSILLI FREDDI IN INSALATA DI LEGUMI MIST. - CROCCHETTE DI VERDURE AL FORNO	
GI	RISOTTO IN BIANCO CON ZUCCHINE, PARMIGIANO POLLO ARROSTO, AL FORNO VERDURE MISTE GRATINATE / TRIFOLATE, AL FORNO FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
	VE	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
		FARRO IN PASSATO DI VERDURE, PARMIGIANO			ORZO/RISO/CROSTINI DI PANE in passato di verdure DAI 3 ANNI:
CASATELLA CON FORNARINA/PIADINA			- FARRO/ORZO/RISO FREDDO IN INSALATA CON VERDURE MISTE - se FARRO/ORZO/RISO FREDDO eliminare FORNARINA PER FORNARINA: - FARINA INTEGRALE, OLIO EXTRA VERGINE OLIVA, LIEVITO NATURALE, ROSMARINO		
SA	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA			
	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	
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA			
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE					

TABELLA DIETETICA - estate 2020

50a settimana

17 - 21 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	RISOTTO ALLO ZAFFERANO, PARMIGIANO PETTO DI TACCHINO A FETTINE A COTOLETTA, AL FORNO VERDURE COTTE DI STAGIONE FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
MA	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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)
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
		PESCE AZZURRO FRESCO, GIA' SFILETTATO (sarde,cefalo,cappone) ARROSTO, AL FORNO		DAI 3 ANNI: - SEPPIA CON PISELLI E POMODORO - SEPPIA (CALAMARI) LESSATA IN INSALATA CON VERDURE MISTE CRUDE -FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO AL FORNO
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) 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		
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA 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	
	VERDURE MISTE COTTE (MISTE CRUDE)	VERDURE MISTE CRUDE		
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE		

TABELLA DIETETICA - estate 2020

51a settimana

24 - 28 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 EQUIVALENTI NOTE
LU	CORONCINE IN MINESTRA DI PATATE, PARMIGIANO	GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO, PARMIGIANO		PASTA AL POMODORO
	UOVO A FRITTATA (LATTE, PARMIGIANO) SEMPLICE, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA 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) POMODORO E MOZZARELLA			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
GI	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
	FARFALLE AL POMODORO E BASILICO, PARMIGIANO Lombo di maiale a fettine a scaloppina al limone, al forno			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
VE	PENNETTE CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E PARMIGIANO			
	FILETTI DI PLATESSA (MERLUZZO/HALIBUT) A COTOLETTA, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA DI STAGIONE A BASTONCINO		
SA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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			

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)
- MOZZARELLA+PIZZA POMODORO
- se ORZO FREDDO solo mozzarella (NO pizza)

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

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

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

TABELLA DIETETICA - estate 2020

52a settimana

31 agosto - 04 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 EQUIVALENTI 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
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA 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 FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
ME	PENNETTE (SPAGHETTI) AL POMODORO, PARMIGIANO	SPAGHETTI AL POMODORO PARMIGIANO		PER SCUOLA PRIMARIA / SECONDARIA: - PASTA FREDDA CON PREZZEMOLO, CAPPERI E OLIVE - FILETTI DI MERLUZZO/PLATESSA/HALIBUT ARROSTO, AL FORNO
	PESCE AZZURRO FRESCO, GIÀ SFILETTATO (sarde, cefalo, cappone) ARROSTO, AL FORNO			
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURA CRUDA IN INSALATA		
GI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	VERDURA CRUDA 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 / CROSTATI DI VERDURE
VE	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
	VERDURA COTTA (CRUDA) DI STAGIONE	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)		
	VERDURA COTTA (CRUDA IN INSALATA)	VERDURE CRUDE IN INSALATA		
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			