REGIONE CALABRIA
AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE – CATANZARO
UNITÀ OPERATIVA IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

04 PU /CZ NIDO – DIVEZZI 2014

1^Settimana	2^ Settimana	3^Settimana	4^ Settimana
Lunedì*	Lunedì	Lunedì*	Lunedì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Succo di frutta	Frutta fresca	Frutta fresca
❖ Pasta al forno/pasta al pomodoro	❖Risotto alla zucca /zucchine	Pasta al pomodoro risotto alla parmigiana o zafferano✖	Riso e piselli
❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano oppure verdure gratinate	Polpette al sugo	Polpette al forno oppure verdure gratinate	bocconcini di tacchino panati
Insalata verde	Bieta saltata	Purè di patate/ insalata mista✖	Zucchine al tegame
Martedì	Martedì*	Martedì	Martedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Succo di frutta
Pasta al pomodoro insalata di riso✖	Pasta e passato di fagioli /pasta e passato di piselli✖	Passato di verdura con pasta/ pennette alle melanzane✖	❖Lasagne al forno / Pasta al pomodoro/ ravioli di ricotta e spinaci in salsa di pomodoro fresco✖
Pollo al tegame	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate	Medaglioni di tonno o merluzzo	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate
Insalata di patate /patate schiacciate	Insalata di lattuga e carote	Insalata verde	Carote stufate
Mercoledì*	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Banana	Frutta fresca
Pasta e passato di lenticchie	Pasta al pomodoro	❖Lasagne al forno/pasta al pomodoro	❖Pizza margherita/pasta al pomodoro
Arista di maiale oppure verdure gratinate	Cotoletta di pollo al forno 	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano oppure verdure gratinate
Insalata verde	Fagiolini all'olio	Insalata di pomodori	Insalata mista
Giovedì	Giovedì	Giovedì*	Giovedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Banana	Succo di frutta	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al tonno/ pasta col pesto✖	Pasta e patate/ pasta fredda*	Pasta e passato di lenticchie	Pasta e passato di fagioli
Bastoncini di merluzzo	Merluzzo in umido	Coscia di pollo al forno	Scaloppina di vitello alla pizzaiola
Fagiolini all'olio	Zucchine trifolate	Insalata verde	Spinaci saltati
Venerdì	Venerdì*	Venerdì	Venerdi
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta	Banana
Minestra di verdure passate con pasta / pasta con peperoni dolci frullati✖	❖Pizza margherita/pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro
Scaloppina di tacchino	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate	❖Merluzzo/nasello/ Sogliola gratinato	Bastoncini di merluzzo
Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata di carote

* Opzione Piatto Unico, buone scelte nel salvadanaio della salute
❖ È possibile variare/alternare assecondando il gradimento
✖ Opzione Menù Primavera