

AZIENDA SANITARIA FRIULI OCCIDENTALE

SIAN – Area Igiene della Nutrizione

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE ASILI NIDO COMUNE DI PORDENONE ETA' 13/36 MESI- anno scolastico 2020/21

Giorno	I^ Settimana	II^ Settimana	III^ Settimana	IV^ Settimana
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
LUNEDI'	Minestra di pasta e piselli	Crema di carote con pastina	Pasta con verdure	Pastina al pesto o verdure
	Frittata con verdure	Polpette di pesce al forno	Frittata	Bocconcini di tacchino al forno
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	yogurt e cereali	yogurt e cereali	yogurt e cereali	yogurt e cereali
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Risotto con verdure	Orzotto o pasta con verdure	Passato di verdure con pastina	Crema di porro o zucchine con pastina
	Pesce al forno	Uovo	Pesce al forno	Pesce al forno
	Verdura	Verdura	Purè di patate	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	latte o frutta e fette biscottate	latte con orzo o frutta e fette biscottate	latte o frutta e fette biscottate	latte con orzo o frutta e fette biscottate
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Crema di verdura con pastina	Crema di verdure con pastina	Pasta al pomodoro e basilico	Risotto con piselli
	Petto di pollo al forno	Petto di pollo agli aromi	Polpette di legumi al forno	Frittata con verdure
	insalata di patate e fagiolini	Patate al vapore	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	infuso e biscotti	spremuta di agrumi o infuso e biscotti	infuso e biscotti	spremuta di agrumi o infuso e biscotti
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pastina al pomodoro	Pasta al ragù vegetale	Risotto con verdure	Crema di carote con pastina
	Pesce in umido	Pesce al forno	Pollo agli aromi	Polpette di pesce al forno
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	pane e marmellata	pane e marmellata	pane e marmellata	pane e marmellata
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pastina al pesto	Minestra di riso e piselli	Crema di lenticchie con pastina o crostini	Passato di verdura con pastina
	Formaggio	Polpette di ricotta	Formaggio	Polpette di ricotta
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	yogurt e frutta fresca	yogurt e frutta fresca	yogurt e frutta fresca	yogurt e frutta fresca