

TABELLA DIETETICA AUTUNNALE ASILI NIDO PUBBLICI DI PORDENONE ETA' 12/36 MESI- anno educativo 2021/2022

in vigore dal 20 settembre 2021

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
	Pasta all'olio e parmigiano	Pasta al ragù vegetale	Pasta al pomodoro	Risotto con verdure
<b>LUNEDI'</b>	Uovo	Formaggio	Uova	Formaggio
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	yogurt e frutta fresca	yogurt e cereali	yogurt e frutta fresca	yogurt e cereali
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Risotto con piselli	Crema di zucca o carote con pastina	Crema di verdure con miglio	Pasta all'olio o al pomodoro
<b>MARTEDI'</b>	Polpette di ricotta o formaggio molle	Pesce in umido	Pesce al forno	Uova
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	infuso con biscotti o frutta fresca	latte con fette biscottate e marmellata	latte con biscotti o frutta fresca	infuso con biscotti o frutta fresca
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pasta con verdure	Crema di legumi con miglio	Pasta o orzo e fagioli	Crema di porri con miglio o cous cous
<b>MERCOLEDI'</b>	Tacchino al forno	Uova	Formaggio	Polpette di legumi e ricotta
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	sprem. di agrumi o frutta con pane	sprem. di agrumi o frutta con pane	sprem. di agrumi o frutta con pane	sprem. di agrumi o frutta con pane
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Passato di verdure con miglio o pastina	Risotto o cous cous con verdure	Risotto con verdure e zafferano	Pasta con la zucca
<b>GIOVEDI'</b>	Polpettine o macinato di carne bianca	Pesce al forno	Petto di pollo agli aromi	Pesce al forno
	Verdura	Verdura	Verdura	Verdura
	Pane	Pane	Pane	Pane
MERENDA	latte con pane tostato e marmellata	torta semplice o infuso con biscotti	latte con pane tostato e marmellata	infuso con fette biscottate con marmellata
SPUNTINO	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Crema di verdura con pastina	Pasta all'olio e parmigiano	Crema di verdure con pastina	Vellutata di cavolfiore con pastina
<b>VENERDI'</b>	Pesce al forno	Scaloppina di pollo alla curcuma	Pesce in umido	Bocconcini di tacchino allo zenzero
	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