

ALLEGATO "C"**MENÙ E QUANTITÀ**

Alimento	Quantità 12-24 mesi	Quantità 24-36 mesi	Quantità + 36 mesi
Pasta	30g	40g	50→60g
Carne-Pesce	60g	70g	70g
Parmigiano	5g	5g	5g
Prosciutto	30g	35g	40g
Patate	30g	30g	30→40g
Legumi	40g	50g	50g
Yogurt	125g	125g	125g
Verdura e Frutta	50-100g	100g	100g
Latte	200ml	250ml	250ml
Formaggio	30g	40g	40→50g
Biscotti	1-2	3	4
Olio extra verg.di oliva	5-10g	5-10g	5-10g
Uovo	1	1	1

MENÙ 5-8 MESI**Merenda del mattino:**

Frutta omogeneizzata (pera, mela o prugna) 40g

Pranzo:

Brodo vegetale: 180-200 ml (patata, carota e zuccina) + 1 → 2 → 3 cucchiari di passato di verdure

Crema di riso, mais e tapioca o multicereali: 1 → 2 → 3 cucchiari rasi

Dopo i 7 mesi pastina o semolino: 15g → 30g

Omogeneizzato di carne: 40 → 60 → 80 g (coniglio → agnello → tacchino)

Olio extra vergine di oliva: 5 g

Parmigiano Reggiano: 5 g (una settimana dopo l'inizio dello svezzamento)

Frutta: 40 → 60 → 80 g (pera, prugna, banana, mela)

Merenda del pomeriggio:

Frutta (pera, mela o prugna) 40g

N.B. Il brodo vegetale preparato ogni giorno è sempre fatto esclusivamente con patate, carote e zucchine.

Il menù viene adeguato ad ogni singolo bambino, in relazione agli alimenti inseriti nell'alimentazione dal proprio pediatra ed indicati di volta in volta dal genitore sull'apposito modulo.

MENÙ 8/12 MESI

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pranzo: Brodo vegetale e bebiriso con rosso d'uovo* (in alternativa omogeneizzato di vitella) Merenda: frutta omogeneizzata e biscottini	Pranzo: Brodo vegetale e stelline con rosso d'uovo* (in alternativa omogeneizzato di pollo) Merenda: frutta omogeneizzata e biscottini	Pranzo: Brodo vegetale e bebiriso con rosso d'uovo* (in alternativa omogeneizzato di manzo) Merenda: Frutta omogeneizzata e biscottini	Pranzo: Brodo vegetale e bebiriso con rosso d'uovo* (in alternativa omogeneizzato di suino) Merenda: Frutta omogeneizzata e biscottini	Pranzo: Brodo vegetale e stelline con rosso d'uovo* (in alternativa omogeneizzato di pollo) Merenda: frutta omogeneizzata e biscottini
MARTEDÌ	Pranzo: Brodo vegetale e tempestina con lenticchie Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e tempestina con fagioli Merenda: baby merenda	Pranzo: Brodo vegetale e tempestina con piselli Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e puntine con lenticchie Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e tempestina con fagioli Merenda: baby merenda
MERCOLEDÌ	Pranzo: Brodo vegetale e stelline con ricotta Merenda: frutta omogeneizzata	Pranzo: Brodo vegetale con mais e tapioca e formaggio Merenda: frutta omogeneizzata	Pranzo: Brodo vegetale e stelline con philadelphia Merenda: frutta omogeneizzata	Pranzo: Brodo vegetale e tempestina con stracchino Merenda: frutta omogeneizzata	Pranzo: Brodo vegetale con puntine con ricotta Merenda: frutta omogeneizzata
GIOVEDÌ	Pranzo: Brodo vegetale e multicereali con omogeneizzato di pollo Merenda: baby merenda	Pranzo: Brodo vegetale e bebiriso con omogeneizzato di cavallo Merenda: frutta omogeneizzata	Pranzo: Brodo vegetale e multicereali con omogeneizzato di coniglio Merenda: baby merenda	Pranzo: Brodo vegetale e multicereali con omogeneizzato di manzo Merenda: baby merenda	Pranzo: Brodo vegetale e bebiriso con omogeneizzato di cavallo Merenda: frutta omogeneizzata
VENERDÌ	Pranzo: Brodo vegetale e puntine con nasello Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e puntine con trota Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e puntine con merluzzo Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e stelline con orata Merenda: yogurt	Pranzo: Brodo vegetale e puntine con trota Merenda: yogurt

Colazione del mattino – Frutta omogeneizzata: mela, pera, banana e prugna;

Yogurt – Intero b.co, mela, pera, banana;

Baby merenda – Yogurt intero con biscottini

*** quando inserito**

Il menù viene adeguato ad ogni singolo bambino, in relazione agli alimenti inseriti nell'alimentazione dal proprio pediatra ed indicati di volta in volta dal genitore sull'apposito modulo.

****I menù potranno, in caso di necessità della struttura, essere soggetti a variazioni.**

MENÙ ESTIVO 12-36 MESI E "SCUOLA DELL'INFANZIA"

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pranzo: Pasta con piselli, frittata con patate Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta con ricotta, frittata con broccoli Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta burro e parmigiano, frittata con bieta Merenda: frutta fresca	Pranzo: pasta con ricotta, frittata con zucchine Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta burro e parmigiano, frittata con spinaci Merenda: frutta fresca
MARTEDÌ	Pranzo: risotto pomodoro e basilico, bocconcini di pollo con fagiolini Merenda: yogurt	Pranzo: pasta al pomodoro, arista di suino con patate al forno Merenda: frutta fresca	Pranzo: pasta con pomodoro, polpettone di vitello con spinaci Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta con pomodoro, sformato di tacchino con spinaci Merenda: frutta fresca	Pranzo: orzo con zucchine, bocconcini di pollo in crema di carote Merenda: yogurt
MERCOLEDÌ	Pranzo: pasta con pesto, stracchino e pomodorini Merenda: pane e marmellata	Pranzo: pasta con pesto, mozzarella con pomodoro e basilico Merenda: pane e olio	Pranzo: pasta con zucchine, caciotta dolce con insalata Merenda: pane e marmellata	Pranzo: risotto con piselli, mozzarella con pomodoro e basilico Merenda: pane e olio	Pranzo: pasta e piselli, caciotta dolce e patate Merenda: pane e marmellata
GIOVEDÌ	Pranzo: pasta con crema di lenticchie, sformato di vitello e carote Merenda: frutta fresca	Pranzo: risotto allo zafferano, polpettone di tacchino con piselli Merenda: yogurt	Pranzo: risotto con piselli, bocconcini di pollo con carote julienne Merenda: yogurt	Pranzo: pasta con pesto, arista di suino con patate al forno Merenda: frutta fresca	Pranzo: pasta con pomodoro, polpettone di vitello, fagiolini Merenda: frutta fresca
VENERDÌ	Pranzo: pasta burro e parmigiano, tortino di pesce con melanzane e zucchine Merenda: dolce	Pranzo: pasta con melanzane, zucchine e pachino, bastoncini di merluzzo Merenda: dolce	Pranzo: pasta con pomodoro e basilico, tortino di pesce con patate Merenda: dolce	Pranzo: pasta pomodoro e tonno, fagiolini con patate lesse Merenda: dolce	Pranzo: pasta con pomodoro e basilico, tortino di pesce con patate Merenda: dolce

Colazione del mattino: Frutta di stagione (mela, pera, banana, arancia, albicocca, prugna), succo di frutta con biscotti;

Merenda del venerdì: Dolce (alla carota, allo yogurt, ciambellone, pan di Spagna) o gelato nei periodi più caldi;

Succo di frutta: mela, pera, banana, arancia, prugna;

Yogurt: bianco, cereali, mela, pera, banana, albicocca;

Formaggi: ricotta, caciotta, stracchino, robiola, formaggino, parmigiano reggiano, formaggi freschi;

Pesce: Merluzzo, nasello, orata, palombo, sogliola, nasello, platessa.

****I menù potranno, in caso di necessità della struttura, essere soggetti a variazioni.**

MENÙ INVERNALE 12-36 MESI E "SCUOLA DELL'INFANZIA"

GIORNO	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Pranzo: pasta alla pizzaiola, uova con piselli Merenda: crackers	Pranzo: pasta burro e parmigiano, frittata con spinaci Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta e ceci, frittata con prosciutto Merenda: frutta fresca	Pranzo: pasta con ricotta, frittata con broccoli Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta e lenticchie, uova strapazzate e fagiolini Merenda: frutta fresca
MARTEDÌ	Pranzo: minestra di verdure, spezzatino di pollo al latte Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: pasta al ragù di vitello, vellutata di carote e patate Merenda: yogurt	Pranzo: pasta con crema di zucchine, polpettone di pollo con patate Merenda: yogurt	Pranzo: risotto allo zafferano, sformato di vitello con zucchine Merenda: frutta fresca	Pranzo: pasta al pomodoro, tacchino al forno con patate Merenda: succo di frutta e biscotti
MERCOLEDÌ	Pranzo: pasta con pesto, caciotta con insalata Merenda: pane e marmellata	Pranzo: orzo con zucchine e stracchino Merenda: pane e olio	Pranzo: risotto al pomodoro, galbanino e carote Merenda: crackers	Pranzo: pasta al ragù vegetale, mozzarella e patate lesse Merenda: pane e olio	Pranzo: risotto con spinaci e caciotta Merenda: crackers
GIOVEDÌ	Pranzo: polenta con ragù di maiale e carote julienne Merenda: yogurt	Pranzo: minestra di lenticchie, sformato di tacchino con bieta Merenda: frutta fresca	Pranzo: pasta con pesto, arista di maiale con patate al forno Merenda: succo di frutta e biscotti	Pranzo: minestra con crema di fagioli, tacchino con spinaci Merenda: yogurt	Pranzo: pasta con ricotta, polpette di maiale e spinaci Merenda: yogurt
VENERDÌ	Pranzo: risotto con la zucca, bastoncini di merluzzo Merenda: dolce	Pranzo: pasta pomodoro e tonno, tortino con zucchine Merenda: dolce	Pranzo: pasta con melanzane e zucchine, bastoncini di pesce al forno Merenda: dolce	Pranzo: pasta pomodoro e tonno, vellutata di carote e patate Merenda: dolce	Pranzo: minestra di verdure, tortino di pesce con patate Merenda: dolce

Colazione del mattino: Frutta di stagione (mela, pera, banana, arancia, albicocca, prugna), succo di frutta con biscotti;

Merenda del venerdì: Dolce (alla carota, allo yogurt, ciambellone, pan di Spagna, crostata) o gelato nei periodi più caldi;

Crackers: non salati in superficie;

Succo di frutta: mela, pera, banana, arancia, albicocca, pesca;

Yogurt: bianco, cereali, mela, pera, banana, albicocca, fragola;

Formaggi: ricotta, caciotta, stracchino, robiola, formaggio, parmigiano reggiano, formaggi freschi;

Pesce: Merluzzo, nasello, orata, sogliola, platessa.

****I menù potranno, in caso di necessità della struttura, essere soggetti a variazioni.**