

ALLEGATO "C"**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 zucchina) + 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

	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 formaggino 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

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

Colazione del mattino: Frutta di stagione (mela, pera, banana, etc.);

Merenda: 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, ace;

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

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

Pesce: Merluzzo, orata, sogliola, tonno.

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

MENÙ INVERNALE 12-36 MESI

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
LUNEDÌ	Primo: pasta olio e parmigiano Secondo: frittata con broccoli Merenda: dolce	Primo: pasta burro e parmigiano Secondo: uova strapazzate con piselli Merenda: dolce	Primo: pasta con ricotta Secondo: frittata con patate Merenda: dolce	Primo: pasta al pomodoro Secondo: frittata con zucchine Merenda: dolce	Primo: pasta con ricotta Secondo: uova strapazzate con piselli Merenda: dolce
MARTEDÌ	Primo: minestrone di verdure Secondo: bocconcini di pollo al latte Merenda: frutta fresca	Primo: minestra in brodo vegetale Secondo: sformato di vitello con bieta Merenda: frutta fresca	Primo: minestra con ceci Secondo: polpette di pollo con spinaci Merenda: frutta fresca	Primo: risotto allo zafferano Secondo: hamburger di vitello con spinaci Merenda: frutta fresca	Primo: pasta con pesto Secondo: fesa di tacchino con patate Merenda: frutta fresca
MERCOLEDÌ	Primo: pasta con piselli Secondo: caciotta con insalata Merenda: pane e marmellata	Primo: risotto al pomodoro Secondo: mozzarella con carote lesse Merenda: crackers	Primo: pasta al pomodoro Secondo: caciotta con fagiolini Merenda: pane e olio	Primo: pasta con ricotta Secondo: sformato di patate e prosciutto cotto Merenda: pane e marmellata	Primo: risotto al pomodoro Secondo: caciotta con carote lesse Merenda: crackers
GIOVEDÌ	Primo: pasta al pomodoro Secondo: polpette di maiale con carote e patate Merenda: succo di frutta e biscotti	Primo: zuppa di lenticchie Secondo: fesa di tacchino con patate lesse Merenda: succo di frutta e biscotti	Primo: pasta con pesto Secondo: arista di maiale con patate al forno Merenda: succo di frutta e biscotti	Primo: minestra con fagioli Secondo: bocconcini di tacchino con carote Merenda: succo di frutta e biscotti	Primo: zuppa di lenticchie Secondo: polpettone di vitello con zucchine Merenda: succo di frutta e biscotti
VENEDÌ	Primo: risotto con la zucca Secondo: bastoncini di pesce al forno Merenda: yogurt	Primo: pasta con pesto Secondo: tortino di pesce con zucchine Merenda: yogurt	Primo: risotto con la zucca Secondo: bastoncini di pesce al forno Merenda: yogurt	Primo: pasta con pomodoro e tonno Secondo: patate lesse e fagiolini Merenda: yogurt	Primo: pasta al pomodoro Secondo: tortino di pesce con patate Merenda: yogurt

Colazione del mattino: Frutta (mela, pera, banana, etc.);

Merenda del lunedì: 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, ace;

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

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