

Menu estivo Nido Integrato

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana	5° settimana
Lunedì	Pasta (40g) all'olio Petto di pollo (40g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Riso (30g) con zucchine Caprese Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Passato di verdura (80g) con pasta (40g) Fettine di vitellone (35g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta al pomodoro e basilico (40g) Prosciutto cotto pol s/pol (30g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Crema di patate con riso (30g) Mozzarella (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta
Martedì	Riso (30g) e piselli Mozzarella (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Passato di verdure (80g) con pasta (40g) Pesce bollito (50g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta all'ortolana (40g) Frittata al forno Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Riso con verdura (40g) Arista al forno (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta al pomodoro (40g) Petto di pollo (40g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta
Mercoledì	Pasta (40g) al pomodoro crudo e basilico Pesce al forno (50g) Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta al ragù (30g) di manzo (20g) Prosciutto cotto s/pol (30g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Risotto alla parmigiana (35g) Bocconcini di pollo (40g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta all'olio (40g) Pesce bollito (50g) Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Passato di verdura (80g) con pasta (40g) 1/2 Uovo sodo Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta
Giovedì	Crema di verdure (80g) con pasta (30g) Fettine di vitellone (30g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Crema di carote con pasta (30g) Scaloppine di tacchino al limone (30g) Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta all'olio (40g) Mozzarella (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Minestra vegetale (80g) con orzo (30g) Tacchino al limone (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Riso all'olio e parmigiano (30g) Fettine di vitellone (30g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta
Venerdì	Minestra di verdura (80g) con farro Frittata al forno Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta all'olio (40g) 1/2 Uovo sodo Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta (40g) al pomodoro Pesce al forno (50g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta (30g) al ragù di verdure (20g) Parmigiano reggiano (20g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta	Pasta al pomodoro e basilico (40g) Pesce bollito (50g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane e frutta

Spuntino: a metà mattina e a metà pomeriggio sono alternati: la frutta fresca, pane, biscotti secchi, yogurt

Menu approvato dall'ASL 16 di Padova

Scuola dell'Infanzia e Nido Integrato "Giovanni XXIII" - Via Ca' Rasi,1 35142 Padova