

Menu invernale Nido Integrato

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana	5° settimana
Lunedì	Pasta (40g) all'olio Arista di maiale al forno (40g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta (40g) al pomodoro Prosciutto cotto s/pol (30g) Patate al forno Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Risotto alla parmigiana (30g) Spezzatino di manzo (30g) Purè Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Brodo di carne con pastina (30g) Carne di manzo (30g) Patate lesse Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Passato di verdure (80g) con pasta (40g) Mozzarella (40g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane
Martedì	Gnocchi al pomodoro (80g) Petto di pollo (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Riso (20g) e piselli Scaloppine di tacchino (30g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Minestrone (80g) con pasta (40g) Parmigiano reggiano (20g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta (30g) al ragù (20g) Formaggio (30g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Risotto alla parmigiana (35g) Petto di pollo (40g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane
Mercoledì	Passata di legumi (80g) con pasta (20g) Parmigiano reggiano (20g) Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Crema di verdure (80g) con farro (30g) Pesce (50g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta all'olio (40g) Bocconcini di pollo (30g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Risotto di verdure (35g) Pesce al forno (50g) Verdura di stagione Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta all'olio (40g) Pesce al forno (50g) Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane
Giovedì	Risotto con spinaci (40g) Fettine di vitellone (35g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta (40g) all'olio Bocconcini di manzo (40g) Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Passato di verdura (80g) con pasta (30g) 1/2 Uovo sodo Verdura Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Minestra vegetale (80g) con orzo (20g) Prosciutto cotto s/pol (30g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Minestra di verdure (80g) con pasta (20g) Spezzatino di carne bianche (40g) con polenta Piselli Olio d'oliva extravergine (5g) Pane
Venerdì	Pasta (40g) al pomodoro Pesce al forno (50g) Verdura cotta Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Minestrone (80g) con pasta (30g) 1/2 Uovo sodo Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta (40g) al pomodoro Pesce bollito (50g) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta all'olio (40g) Frittata (1/2 uovo) Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane	Pasta al pomodoro (40g) 1/2 Uovo sodo Verdura cruda Olio d'oliva extravergine (5g) Pane

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