

TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE ASILI NIDO COMUNE DI PORDENONE ETA' 13/36 MESI- anno scolastico 2024/25

Giorno		I^ Settimana	II^ Settimana	III^ Settimana	IV^ Settimana
LUNEDI'	Spuntino	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Minestra di legumi con pastina o orzo Frittata con verdure Verdura Pane	Orzotto o pastina primavera Polpette di ricotta Verdura Pane	Crema di lenticchie con pastina o crostini Verdura Pane	Pastina al pesto o verdure Polpette di legumi e ricotta Verdura Pane
	Spuntino pom.	Yogurt e frutta fresca	Yogurt e cereali o frutta fresca	Yogurt e frutta fresca	Yogurt e cereali o frutta fresca
MARTEDI'	Spuntino	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pastina al pomodoro Pesce al forno Verdura Pane	Minestra di legumi con riso o couscous Uovo sodo o al funghetto Verdura Pane	Passato di verdure con orzo o farro Frittata Patate al forno o al vapore Pane	Crema di porro o zucchine con pastina o orzo Pesce al forno Verdura Pane
	Spuntino pom.	Latte o frutta e fette biscottate	Latte con orzo o frutta e fette biscottate	Latte o frutta e fette biscottate	Latte con orzo o frutta e fette biscottate
MERCOLEDI'	Spuntino	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Crema di verdura con pastina o farro Formaggio Pure di patate e carote Pane	Pastina al ragù vegetale Pesce al forno Verdura Pane	Pastina al pomodoro e basilico Pesce al forno Verdura Pane	Pastina e ceci Frittata con verdure Verdura Pane
	Spuntino pom.	Infuso e biscotti	Infuso e biscotti	Infuso e biscotti	Infuso e biscotti
GIOVEDI'	Spuntino	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Risotto con verdure Pesce in umido Verdura Pane	Pastina all'olio e parmigiano Polpettine o macinato di manzo in umido Verdura Pane	Pastina con zucchine e mandorle Bocconcini di tacchino alla pizzaiola Verdura Pane	Polpette di pesce in umido con patate Verdura Pane
	Spuntino pom.	Pane e marmellata	Bruschetta al pomodoro	Pane e ricotta	Bruschetta al pomodoro
VENERDI'	Spuntino	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pastina al ragù Verdura Pane	Crema di carote con pastina Pesce in umido Purè di patate e verdura Pane	Risotto con verdure Formaggio Verdura Pane	Risotto al pomodoro Petto di pollo al forno Verdura Pane
	Spuntino pom.	Yogurt e cereali	Yogurt e cereali o frutta fresca	Yogurt e cereali	Yogurt e frutta fresca o cereali

|

