

Scuola dell'Infanzia e Nido Integrato "Madonna di Fatima" Piazza Giovanni XXIII, 20 – 35010 Campo San Martino.

Menù Primavera Estate Aprile/Settembre	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
Lunedì	*Pasta al pomodoro Prosciutto SP SL Verdura fresca. <i>*Grano, glutine</i>	*Passato di verdura SLeg Fesa di tacchino (affettato) Patate lesse <i>*sedano grano, glutine</i>	*Passato di verdura SLeg Mortadella IGP ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine, sedano</i>	*Pasta al ragù *Frittata ½ porz. ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine, sedano, uova, latte</i>	*Pasta all'olio Prosciutto cotto SP SL Melone Fagiolini <i>*grano, glutine</i>
Martedì	*Passato di verdura SLeg *Bocconcini di pollo agli aromi Patate lesse <i>*sedano, grano, glutine</i>	*Pasta al basilico e pomodorini *Arrosti di maiale con carote e piselli Verdura fresca <i>*Grano, glutine, sedano</i>	*Pasta al pomodoro *frittata Fagiolini <i>* grano, glutine, uova</i>	*Passato di verdura SLeg Prosciutto SP SL ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine</i>	*Passato di verdura Inalata di pollo Verdura fresca <i>*Grano, glutine, sedano</i>
Mercoledì	*Risotto morbido alle verdure * Macinato di carne mista maiale e tacchino Verdura fresca <i>*sedano</i>	*Risotto morbido alle verdure Bistecche di pollo ai ferri Verdura fresca <i>*sedano</i>	*Risotto morbido alle verdure Formaggio ½ porz.verdura fresca e ½ porz di verdura cotta <i>*sedano</i>	*Risotto morbido alle verdure *Rotolo di coniglio Verdura fresca <i>*sedano</i>	*Risotto morbido alle verdure *Formaggio Verdura fresca <i>*sedano, latte</i>
Giovedì	*Pasta fredda *Formaggio ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine, latte</i>	*Vellutata di verdura con crostini *Pesce lesso o al vapore Verdura fresca <i>*grano, glutine, sedano</i>	*Pasta all'olio e salvia Hamburger di manzo Verdura fresca e cotta <i>*grano, glutine</i>	*Stelline in brodo vegetale *Polpettone di carne mista Pomodori <i>*grano, glutine, sedano</i>	*Pasta al pomodoro Salamelle di pollo e tacchino ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine</i>
Venerdì	*Vellutata di verdure *Polpette di pesce Verdura fresca <i>*Sedano, grano, glutine</i>	≠Riso alle verdure *Frittata ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*uova, latte</i>	*Pasta alle verdure carote e piselli * Pesce gratinato Verdura fresca <i>*glutine, grano, pesce</i>	≠Riso con verdure *Pesce al forno ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*sedano</i>	Pasta alle verdure *Frittata Spinaci <i>*uova</i>

* = PRESENZA DI ALLERGENI **SP**= SENZA POLIFOSFATI SL= SENZA LATTOSIO **SLeg** = SENZA LEGUMI ≠ =TIPO INSALATA DI RISI

Il presente menù è stato approvato dal Dirigente Medico del SIAN dott.ssa Cortese Lucia

Scuola dell'Infanzia e Nido Integrato "Madonna di Fatima" Piazza Giovanni XXIII, 20 – 35010 Campo San Martino.

Menù Autunno Inverno Ottobre/Marzo	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA
Lunedì	*Pasta al pomodoro *Formaggio ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine, latte</i>	Passato di verdura SLeg Fesa di tacchino Patate lesse <i>*sedano, grano, glutine</i>	Minestra di riso Prosciutto SP SL Purè <i>*sedano, latte</i>	Pasta al pesto senza pinoli Uova sode o Frittata Verdura cotta <i>*grano, glutine, uova</i>	Risotto morbido alle verdure Mortadella IGP ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*sedano</i>
Martedì	Passato di verdura SLeg Bocconcini di pollo agli aromi Purè <i>*sedano, latte, grano glutine</i>	Pasta al pomodoro Petto di pollo ai ferri Verdura fresca <i>*grano, glutine</i>	Pasta al burro e salvia Brasato di tacchino ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine, latte</i>	Passato di verdura SLeg Spezzatino di manzo Polenta e/o patate lesse Verdura fresca <i>*grano, glutine</i>	Pasta alle verdure Frittata ½ porz.verdura fresca e ½ porz verdura cotta <i>*grano, glutine, uova</i>
Mercoledì	Risotto morbido alle verdure Frittata Verdura fresca <i>*sedano, uova</i>	Risotto morbido alle verdure Pesce gratinato Spinaci <i>* sedano, pesce, grano, glutine</i>	Risotto morbido alle verdure Formaggio Verdura fresca <i>*latte,</i>	Risotto morbido alle verdure Rotolo di coniglio Verdura fresca <i>*sedano,</i>	Pasta al ragù (tacchino. e maiale) Formaggio ½ porz. Verdura fresca <i>*grano, glutine, latte, sedano</i>
Giovedì	Vellutata di verdure con crostini Macinato di carne mista ½ porz.verdura fresca ½ porz. legumi <i>*grano, glutine, sedan,</i>	Pasta con verdure Rotolo di tacchino Verdura fresca <i>*grano, glutine, sedano</i>	Pasta in brodo vegetale Hamburger di manzo ½ porz.verdura fresca ½ porz. legumi <i>*grano, glutine, sedano</i>	Vellutata di verdure con crostini Polpettone di carne mista ½ porz.verdura cotta ½ porz. legumi <i>*grano, glutine, sedano</i>	Passato di verdura SLeg Arrosto di maiale ½ porz.verdura fresca ½ porz. legumi <i>*sedano, grano, glutine</i>
Venerdì	Pasta all'olio Polpettine di pesce Verdura fresca <i>*grano, glutine, esce, sedano</i>	Vellutata di verdura con crostini Frittata ½ porz.verdura fresca ½ porz. legumi <i>*sedano, uova, grano, glutine</i>	Pasta all'olio Pesce in umido Verdura fresca <i>*grano, glutine, pesce</i>	Pasta al pomodoro Pesce al forno Verdura fresca <i>*grano, glutine, pesce, sedano</i>	Stelline in brodo vegetale Pesce Purè <i>*grano, glutine, sedano, pesce, latte</i>

* = PRESENZA DI ALLERGENI **SP**= SENZA POLIFOSFATI **SL**= SENZA LATTOSIO **SLeg** = SENZA LEGUMI

Il presente menù è stato approvato dal Dirigente Medico del SIAN dott.ssa Cortese Lucia

LA COMPOSIZIONE DEL MENU' E GLI INGREDIENTI

- **PASTA:** di semola di grano duro.
 - **CARNE:** parti magre di petto di pollo, tacchino, coniglio, maiale, manzo.
 - **PESCE:** surgelato, cotto al forno, lessato o al vapore comunque preparazioni semplici (vitello di mare, cagnoletto, pesce persico, merluzzo). Il gratinato è preparato dalla cuoca.
 - **AFFETTATI:** prosciutto cotto senza polifosfati e senza lattosio, fesa di tacchino, mortadella IGP (la mortadella solo per i bambini della scuola dell'infanzia).
 - **FORMAGGI:** asiago dolce, ricotta, stracchino, caciotta, montasio.
 - **YOGURT:** intero alla frutta o alla vaniglia.
 - **VERDURA CRUDA:** cavolo cappuccio, insalata, carote, pomodori, radicchio, finocchio, pomodori.
 - **VERDURA COTTA:** fagiolini, zucchine, bietta, spinaci, porri, cavolfiore, zucca. **LEGUMI:** piselli, fagioli.
 - **PATATE:** cotte al forno, al vapore o lessate. Il purè viene preparato con patate, latte fresco e burro.
 - **CONDIMENTI:** olio di semi di mais a crudo, olio di semi di mais in piccole quantità per cucinare.
 - **FRUTTA:** fresca di stagione tutti i giorni come merenda (mele, pere, banane intere e frullate per i più piccoli, clementine, melone, noci pesca).
 - **PANE:** fresco tutti i giorni.
 - **CONDIMENTI DELLA PASTA:** per la pasta al pomodoro viene utilizzata la passata, cipolla e basilico o passata al pomodoro con verdure, il pesto viene preparato senza pinoli.
 - **MINESTRE DI VERDURE:** verdura fresca o congelata senza legumi *SL
- **MERENDA MATTINO:** frutta fresca (vedi sopra) o yogurt una volta a settimana - **MERENDA POMERIGGIO:** fette biscottate con marmellata, biscotti, cracker, yogurt, frutta fresca se al mattino hanno mangiato lo yogurt o il dolce del compleanno mensile.
 - **LA ROTAZIONE DEI MENÙ**
Il Menù ruota su 5 settimane e tenendo conto della stagionalità articolandosi in: AUTUNNO – INVERNO e PRIMAVERA - ESTATE.
Nella stesura del menù si rispetta una frequenza settimanale e/o mensile nella scelta degli alimenti.

DIETE SPECIALI

In caso di allergie alimentari e/o intolleranze, in presenza di certificato medico, vengono preparate "diete speciali".
Per i bambini di credo diverso le alternative al maiale saranno formaggio, carne di tacchino o pollo e uova (previa esplicita richiesta).

LA COTTURA DEI CIBI

Tutti gli alimenti vengono cucinati al mattino stesso del giorno di consumo. Tra le tipologie di cottura dei cibi, vengono privilegiate quelle più semplici e sane come la bollitura, la cottura a vapore e la cottura al forno. Nessun alimento viene fritto, si preferisce la tostatura in poca acqua o brodo.
I piatti vengono sempre accompagnati da una porzione di verdura cotta o cruda alternati, o ½ porzione di cotta **più** ½ porzione di cruda = 1.

"IL COMPLEMESE": I compleanni si festeggiano il giovedì della terza settimana di ogni mese. I bambini che compiono gli anni nei mesi di luglio e agosto (in cui la scuola è chiusa) saranno festeggiati con i coetanei nel mese di settembre. La cuoca preparerà un dolce per tutti con ingredienti genuini, uova, zucchero, farina, yogurt, sale, lievito e olio: crostate di frutta, salame al cioccolato, torta alle carote, torta allo yogurt, torta di mele e the deteinato. Per la festa di compleanno i genitori possono contribuire con un offerta libera da inserire nella scatola "iniziativa compleanni".