

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

NOTE SPECIALI	Linee Guida	Indicazioni Soffocamento da cibo	Lotta contro lo spreco alimentare delle verdure	Raccomandazioni	Tradizione e sperimentazione
	<p>La tabella dietetica è stata redatta sulla base:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- delle tabelle della ex-Ausl Forlì 2010/2011</li> <li>- delle indicazioni della SINU</li> <li>- delle Linee Guida per la ristorazione scolastica del Ministero della Salute</li> <li>- delle Linee Strategiche per la ristorazione scolastica della Regione Emilia-Romagna.</li> </ul> <p>Si è tenuto conto del fatto che:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- è possibile inserire alimenti semi-integrali nell'età 6 mesi - 2 anni e solo successivamente quelli integrali;</li> <li>- il tonno non deve essere proposto ai bambini fino ai 36 mesi;</li> <li>- quando nel menù è proposta la verdura cruda deve essere proposta anche una verdura cotta.</li> </ul>	<p>Il personale di cucina è tenuto ad essere informato e a rispettare attentamente le indicazioni ministeriali "Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" 0 - 5 anni (2017) <a href="http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2618_allegato.pdf">http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2618_allegato.pdf</a></p> <p>Il pericolo di inalazione da cibo è particolarmente elevato nella fascia d'età 0 – 3 anni. E' raccomandabile quindi, per gli adulti responsabili della cura dei bambini, acquisire le conoscenze e competenze sulle manovre di disostruzione. Evitare l'uso di posate in plastica.</p>	<p>In base alle Linee guida ministeriali per ridurre lo spreco connesso alla somministrazione degli alimenti (2018) <a href="http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2748_allegato.pdf">http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2748_allegato.pdf</a> spetta ai/cuochi/e il compito di presentare tutte le verdure con ricette diversificate e gradevoli, evitando di cadere nella monotonia. Le abitudini alimentari acquisite nei primi 2 anni di vita tendono a mantenersi nel tempo e rappresentano un presupposto fondamentale per lo sviluppo di un organismo sano.</p>	<p>Si ricorda di evitare succhi di frutta a ridotta % di frutta, omogeneizzati e/o liofilizzati, caramelle, confetti, gomme da masticare, gelatine, marshmallow...</p> <p>Il bambino deve mangiare a tavola e seduto. Chi ha la responsabilità della supervisione del bambino durante il pasto non deve forzare il bambino a mangiare e imboccare il cibo mentre il bambino sta piangendo o ridendo. Un ambiente rilassato e sereno insieme al buon esempio dato dagli adulti facilitano la promozione di sani stili di vita e benessere.</p>	<p>Per ottenere un menù vario e con un maggior numero di proposte è stato indispensabile unire alle ricette della tradizione piatti più innovativi, tenendo conto che ci sono bambini più abitudinari e bambini che hanno piacere di sperimentare nuovi colori e sapori. In ogni caso tutte le varianti proposte sono nutrizionalmente equivalenti e possono essere gestite in condivisione fra il/la cuoco/a, i bambini, il comitato dei genitori e il personale docente.</p>
LEGENDA					
	<p>Ogni colore del giorno della settimana identifica il tipo di alimento proteico utilizzato nel secondo piatto: ROSSO = carne bianca e carne rossa - GIALLO = uovo - CELESTE = formaggio - BLU = pesce - VERDE = legumi</p> <p>Il menù è stato strutturato in modo da offrire varietà sia all'interno della stessa settimana che verticalmente di settimana in settimana</p>				

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

1 Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRANZO	<p>Carote a bastoncino</p> <p>Pastina in brodo vegetale *</p> <p>Uova strapazzate / Frittata (ricetta base) *</p> <p>Fagiolini all'olio</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate *</p> <p>Pasta al pomodoro fresco e mandorle tritate finemente</p> <p>Parmigiana di melanzane cotte al forno con formaggio fresco, parmigiano, pomodoro e basilico *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Cetrioli a bastoncino</p> <p>Passato di legumi e verdure con riso *</p> <p>Pizza al pomodoro senza mozzarella (con farina bianca o <i>semi-integrale</i>) con verdure *</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pasta all'ortolana *</p> <p>Polpettone/polpette di vitellone e olive verdi tritate *</p> <p>Insalata mista</p> <p>Patate lesse con un pizzico di sale</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pomodori a spicchi con un pizzico di erbe aromatiche</p> <p>Passato di verdure * con crostini di pane bianco o <i>semi-integrale</i></p> <p>Bocconcini di pesce misto gratinati al forno *</p> <p>Zucchine trifolate con prezzemolo</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<p>- Pastina in passato di verdure</p> <p>- Minestrone di verdure con miglio o cous cous <i>semi-integrale</i> o pastina</p> <p>.....</p> <p>- Rotolo di frittata con le verdure</p> <p>- Frittata con verdure al forno</p> <p>- Frittata con latte al forno</p>	<p>Verdure di stagione che si possono mangiare crude: <i>zucchina, peperone giallo e rosso, pomodori, cetrioli, carote, ravanello, asparago, sedano...</i></p> <p>.....</p> <p>- Bis di formaggi: Ricotta / Mozzarella / Casatella / Stracchino / Primosale / Caciotta / Parmigiano reggiano con spianata o piadina o pane</p>	<p>- Riso e lenticchie</p> <p>- Riso e piselli</p> <p>- Riso zafferano e piselli</p> <p>.....</p> <p>- Crocchette/hamburger di verdura</p> <p>- Sformato di verdure</p> <p>- Hamburger/crocchette di patate</p>	<p>- Pasta al pomodoro</p> <p>- Pasta olio e parmigiano</p> <p>- Pasta alle zucchine</p> <p>.....</p> <p>- Polpettone/polpette di vitellone e zucchine</p> <p>- Polpettone/polpette alla cacciatora</p> <p>- Hamburger di vitellone fra due fette di pomodoro fresco (non composto con panino)</p>	<p>- Vellutata di zucchine e porro</p> <p>- Vellutata di carote e peperone giallo</p> <p>- Vellutata di pomodoro fresco non cotto e basilico (tipo gazpacho)</p> <p>.....</p> <p>- Crocchette di pesce al forno</p> <p>- Pesce al pomodoro fresco e prezzemolo</p> <p>- Insalata di pesce</p>
MERENDA	Latte e fette biscottate (integrali)	Frutta fresca di stagione	Pane e marmellata	Yogurt e ciambella	Frutta fresca di stagione

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

2 Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRANZO	Passato di verdure con riso * Filetto di pesce al pomodoro fresco e olive verdi in pezzi * Insalata verde e carote Pane Frutta fresca di stagione	Carote alla julienne * Maccheroncini pasticciati al forno con crema di lenticchie rosse * Fricò di verdure e patate Pane Frutta fresca di stagione	Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate Pasta all'uovo (tagliatelle, garganelli..) al ragù di carne di vitellone Fagiolini all'olio * Pane Frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano Straccetti di pollo al rosmarino * Barchette di zucchine al forno con briciole di pane profumato * e patate arrosto Pane Frutta fresca di stagione	Minestrone di verdure e piselli con cous cous <i>semi-integrale</i> o orzo o farro * Caprese di pomodori e mozzarella tagliati in piccoli pezzi * Pane Frutta fresca di stagione
VARIANTI DA PROPORRE (*)	Risotto: - alle zucchine - alle carote - al pomodoro ..... - Filetto di pesce con pesto genovese - Filetto di pesce infarinato al limone e rosmarino - Filetto di pesce con salsa allo zafferano	- Insalata mista - Pomodori e cetrioli ..... - Maccheroncini pasticciati al forno con crema di piselli - Pasta pasticciata con legumi - Insalata di pasta con verdure miste, legumi e formaggi	- Melanzane trifolate - Spinaci al limone - Fricò di verdure - Melanzane gratinate al forno - Pomodori gratinati al forno	- Fuselli di tacchino al forno - Insalata di pollo e verdure - Rotolo di tacchino e verdure ..... - Zucchine gratinate al forno al profumo di erbe aromatiche - Dadolata di zucchine alla pizzaiola - Bastoncini di carote cotte al profumo di rosmarino	- Vellutata/passato di verdure e piselli con orzo, farro, riso o cous cous <i>semi-integrale</i> ..... - Pizza margherita con farina bianca o <i>semi-integrale</i> - Insalata mista con mozzarella e olive in pezzi - Verdure gratinate al forno con besciamella
MERENDA	Frutta fresca di stagione	Yogurt e frutta secca tritata finemente	Macedonia di frutta fresca	Latte e biscotti secchi (integrali)	Pane e olio

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

3 Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRANZO	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate</p> <p>Pasta al pomodoro e basilico</p> <p>Cotoletta di pollo/tacchino al forno *</p> <p>Purè di patate *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Passatelli in brodo vegetale</p> <p>Filetti di platessa alle mandorle tritate finemente (1/2 porzione)*</p> <p>Pomodori a spicchi con un pizzico di erbe aromatiche</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Cetrioli e Carote a bastoncino</p> <p>Passato di verdure di stagione con conchigliette</p> <p>Bis/Tris di frittata al forno rossa (pomodoro), verde (zucchine/spinaci) e gialla (zafferano o ricetta base) *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pasta al pesto genovese *</p> <p>Crocchette/hamburger di pesce *</p> <p>Fagiolini all'olio</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate</p> <p>Risotto olio e parmigiano *</p> <p>Insalata di ceci/cannellini, patate e pomodori in pezzi *</p> <p>Pane/pane tostato/spianata <i>semi-integrale</i></p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<p>- Scaloppina di pollo al forno</p> <p>- Bocconcini di pollo/tacchino alle erbe aromatiche</p> <p>.....</p> <p>- Patate gratinate</p> <p>- Timballo a strati di patate e pomodori a fette con scalogno e origano (gratinato al forno con pangrattato)</p>	<p>Il secondo piatto di pesce è 1/2 porzione per controllo carico proteico:</p> <p>- Pesce lessato</p> <p>- Bocconcini di pesce al forno</p> <p>- Spiedini di pesce</p> <p>- Pesce con pesto trapanese</p>	<p>- Frittata di patate</p> <p>- Frittata con latte al forno</p>	<p>- Pasta al ragù di pesce</p> <p>- Pasta all'ortolana rossa o bianca</p> <p>.....</p> <p>- Cotoletta di pesce al forno</p> <p>- Pesce lessato con salsa verde</p> <p>- Pesce lessato con salsa allo zafferano</p>	<p>- Insalata di riso con verdure/pomodori a pezzi</p> <p>- Risotto alle zucchine</p> <p>- Risotto allo zafferano</p> <p>- Risotto pomodoro e piselli</p> <p>.....</p> <p>- Crema/Patè di ceci e carote</p> <p>- Hummus di ceci</p> <p>- Crema/Patè di fagioli cannellini e rapa rossa</p>
MERENDA	Yogurt e Frutta fresca	Infuso freddo e ciambella	Pane e marmellata	Frullato di latte e frutta	Frutta fresca di stagione

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

4 Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRANZO	<p>Cetrioli e carote a bastoncino</p> <p>Passato di lenticchie rosse e piselli con cous cous <i>semi-integrale</i> *</p> <p>Gateau gratinato al forno di patate con uova, ricotta e parmigiano *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Vellutata di sedano e patate * con riso o orzo o farro</p> <p>Arista di maiale al latte *</p> <p>Zucchine alla parmigiana con pomodoro e basilico (senza mozzarella o formaggi) *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate</p> <p>Risotto allo zafferano *</p> <p>Bocconcini di coda di rospo gratinati al forno *</p> <p>Chips di patate al forno *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Insalata di pasta (primo piatto freddo con verdure) *</p> <p>Bis di formaggi *</p> <p>Insalata verde con semi di sesamo tostati e tritati finemente</p> <p>Pane o Spianata o Piadina</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Insalata mista</p> <p>Lasagna al ragù di carne di vitellone e verdure *</p> <p>Verdure gratinate al forno *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zuppa di cereali e legumi</li> <li>- Vellutata di lenticchie rosse con tempestine/conchigliette</li> <li>- Zuppa di farro con verdure, lenticchie e piselli</li> <li>- Riso e lenticchie rosse</li> <li>.....</li> <li>- Crocchette/hamburger di miglio</li> <li>- Gateau di patate e verdure</li> <li>- Pizza al pomodoro</li> </ul>	<p>Vellutata di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- patate e zucchine</li> <li>- patate e carote</li> <li>- patate, porri e zafferano</li> <li>.....</li> <li>- Prosciutto crudo a piccoli pezzi eliminato il grasso e melone</li> <li>- Arista al forno</li> <li>- Scaloppina di suino al forno</li> <li>.....</li> <li>- Verdure gratinate al forno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Insalata di riso con verdure</li> <li>- Risotto al pomodoro e prezzemolo o basilico</li> <li>- Risotto alla marinara</li> <li>.....</li> <li>- Hamburger/crocchette di pesce</li> <li>- Cotoletta di platessa al forno</li> <li>.....</li> <li>- Patate arrosto</li> <li>- Purè di patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta con crema di peperoni, parmigiano e prezzemolo</li> <li>- Pasta melanzane, olive nere a pezzi e mandorle tritate finemente</li> <li>- Pasta al pomodoro e basilico</li> <li>.....</li> <li>- Caprese</li> <li>- Pizza margherita (con farina bianca o <i>semi-integrale</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta con pomodoro fresco/olio e parmigiano + Straccetti di vitellone</li> <li>- Tortellini di carne al ragù vegetale</li> <li>.....</li> <li>- Chips di carote e zucchine</li> <li>- Fricò di verdure di stagione</li> <li>- Fagiolini al pomodoro</li> <li>- Carote al rosmarino</li> <li>- Carote cotte condite con pesto alla genovese</li> </ul>
MERENDA	Pane e olio	Frutta fresca di stagione	Latte e fiocchi di cereali	Infuso freddo e fette biscottate (integrali)	Yogurt e biscotti (integrali)

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

5 Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRANZO	<p>Pasta di semola secca o fresca (trofie, strozzapreti, orecchiette...) rosè con ricotta, pomodoro fresco e basilico</p> <p>Polpettine di zucchine o melanzane (vedi ricetta crocchette) *</p> <p>Insalata mista</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Insalata di riso con verdure fresche miste di stagione *</p> <p>Frittata al forno *</p> <p>Insalata verde e pomodori</p> <p>Zucchine al vapore con noci tritate finemente</p> <p>Pane/spianata <i>semi-integrale</i></p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pomodori a spicchi con un pizzico di erbe aromatiche</p> <p>Pastina in brodo di carne</p> <p>Bocconcini di pollo/tacchino al pomodoro *</p> <p>Fagiolini e carote *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate</p> <p>Passato di fagioli con grattini/maltagliati *</p> <p>Bastoncini di patate al forno *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pasta al pesto trapanese *</p> <p>Spiedini di pesce al forno *</p> <p>Carote alla julienne o all'agro</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<p>Pasta ricotta e: - zafferano oppure pesto - crema di peperone giallo e carote - noci tritate finemente</p> <p>Pasta pasticciata con formaggio fresco e rucola</p> <p>.....</p> <p>- Plumcake/torta salata con formaggio, uova e verdure - Crescioni/fagottini ai formaggi - Crostone pomodoro e formaggio</p>	<p>- Risotto alle verdure in bianco - Risotto allo zafferano</p> <p>.....</p> <p>- Medaglioni di frittata (su stampo) - Frittata con patate e pomodoro/porro - Frittata con patate e zucchine</p>	<p>- Bocconcini di pollo/tacchino alle erbe aromatiche - Polpettone di pollo/tacchino</p> <p>.....</p> <p>- Fagiolini in umido - Fagiolini e mandorle tritate finemente - Fricò di verdure miste - Peperonata</p>	<p>- Tagliatelle al sugo di fagioli - Lasagna al forno con crema di lenticchie rosse o borlotti - Primo piatto freddo con verdure miste, legumi e formaggi</p> <p>.....</p> <p>- Purè di patate - Purè di patate e zucchine - Purè di patate e carote</p>	<p>- Pasta al pesto genovese - Pasta al pesto di verdura (zucchine, rucola...) - Pasta alle erbe aromatiche - Pasta alle vongole</p> <p>.....</p> <p>- Calamari e gamberetti al forno - Bocconcini di pesce misto al forno - Crocchette/hamburger di pesce al forno</p>
MERENDA	Yogurt e fiocchi di cereali	Macedonia di frutta fresca	Infuso freddo e torta di ricotta	Frutta fresca di stagione	Latte e pane e marmellata

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA-ESTATE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA  
NIDO D'INFANZIA E SEZIONE PRIMAVERA DELLA SCUOLA D'INFANZIA 12 – 36 mesi**  
in vigore dall'anno scolastico 2018/2019

6 – 12 mesi	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRANZO	Lasagne al forno con ragù di carne di vitellone * Verdura cotta di stagione Pane Frutta fresca di stagione *	Minestrone di verdure con riso* Pizza pomodoro e mozzarella * Insalata verde * Pane Frutta fresca di stagione	Spaghetti * alle erbe aromatiche Cotoletta di carne * Fagiolini e carote Pane Frutta fresca di stagione	Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di primavera-estate Zuppa di legumi misti con orzo o farro * Patate al forno * Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto genovese Pesce gratinato al forno * Carote crude * Pane Frutta fresca di stagion
<b>Esempi di VARIAZIONI DA APPORTARE AL MENU' PER I BIMBI 6 – 12 MESI (*)</b>	Pasta al pomodoro + Carne di vitellone ..... Frutta fresca a pezzi Oppure Purea di frutta fresca	Passato di verdure con riso ..... Bis di formaggi o Formaggio ..... Verdura cotta di stagione Oppure Verdura cruda e verdura cotta	- Pastina in brodo vegetale - Pasta corta olio e parmigiano - Pasta corta al pomodoro ..... - Carne bianca - Polpettone di carne - Prosciutto crudo in piccoli pezzi eliminato il grasso visibile e stagionato 16/18 mesi (max 1 volta/mese per l'elevato contenuto in sale)	Zuppa di legumi misti/Passato di legumi misti con farro spezzato/cous cous/miglio ..... Purè di patate	Pesce lessato ..... - Carote cotte - Carote crude e carote cotte
MERENDA	Latte materno o di proseguimento	Latte materno o di proseguimento	Latte materno o di proseguimento (oppure Yogurt intero)	Latte materno o di proseguimento	Latte materno o di proseguimento
<b>Rispettare le modalità di preparazione indicate nelle linee d'indirizzo ministeriali per la prevenzione del soffocamento da cibo.</b>					

L'indicazione di **VERDURA FRESCA DI STAGIONE e FRUTTA FRESCA DI STAGIONE** vuole favorire la proposta di differenti tipologie e colori delle stesse: la medesima tipologia di verdura e frutta non può essere proposta più di 1 volta alla settimana per i bambini che fanno 4-5 rientri, non più di 1 volta ogni 2 settimane ai bambini che fanno meno di 4 rientri.

Lo SPUNTINO DI META' MATTINA per il nido d'infanzia prevede la FRUTTA FRESCA DI STAGIONE.

Per i 6 – 12 mesi proporre i cibi in una modalità adatta per forma, dimensioni e consistenza allo sviluppo del bambino.