

**TABELLA DIETETICA AUTUNNO-INVERNO 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"> - delle tabelle della ex-Ausl Forlì 2010/2011 - delle indicazioni della SINU - delle Linee Guida per la ristorazione scolastica del Ministero della Salute - delle Linee Strategiche per la ristorazione scolastica della Regione Emilia-Romagna. <p>Si è tenuto conto del fatto che:</p> <ul style="list-style-type: none"> - è possibile inserire alimenti semi-integrali nell'età 6 mesi - 2 anni e solo successivamente quelli integrali; - il tonno non deve essere proposto ai bambini fino ai 36 mesi; - quando nel menù è proposta la verdura cruda deve essere proposta anche una verdura cotta. 	<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) http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2618_allegato.pdf</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) http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2748_allegato.pdf</p> <p>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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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 AUTUNNO-INVERNO 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	Finocchi tagliati a bastoncino Pasta olio e parmigiano Straccetti di pollo/tacchino al profumo di salvia * Carote in padella * Pane Frutta fresca di stagione	Insalata mista con noci tritate finemente Risotto allo zafferano * Filetti di merluzzo o nasello al forno * Patate prezzemolate Pane Frutta fresca di stagione	Vellutata di verdure * con crostini di pane bianco o <i>semi-integrale</i> oppure con <i>cous cous semi-integrale</i> Bis di formaggi * Pane Insalata verde e finocchi Frutta fresca di stagione	Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di autunno-inverno * Pasta all'uovo (tagliatelle, garganelli, tagliatelle paglia e fieno...) con ragù di coniglio Bietole * Pane Frutta fresca di stagione	Carote alla julienne Zuppa/passato di ceci e ditalini rigati al profumo di rosmarino* Gateau gratinato al forno di cavolfiore e patate * Pane Frutta fresca di stagione
VARIANTI DA PROPORRE (*)	- Straccetti di pollo/tacchino al rosmarino o limone - Bocconcini di pollo/tacchino alla cacciatora o alle erbe aromatiche - Fettina di pollo/tacchino alla piastra - Dadolata invernale (zucca, broccoli, cavolfiore) - Zucca a fette sottili gratinata al forno - Cuori di carciofi a fettine alla parmigiana al forno - Finocchi lessi o gratinati al forno	- Risotto al pomodoro - Risotto alla zucca - Risotto alla salsa di carciofi - Risotto alla verza - Cotoletta di pesce al forno - Hamburger/crocchette di pesce	Vellutata di: - zucca e verza - carote e zucca - rape rosse e zucca Bis di formaggi: Ricotta / Mozzarella / Casatella / Stracchino / Primosale / Caciotta / Parmigiano reggiano - Verdure di stagione gratinate al forno con besciamella - Pizza margherita - Crescioni ai formaggi	Verdure di stagione che si possono mangiare crude: <i>finocchi, zucca invernale, cavolfiore, broccoli, carote, rapa rossa, sedano rapa, cavoli, spinaci, radicchio, indivia belga, sedano...</i> - Finocchi lessi - Spinaci - Carote lessate	Zuppa/passato di - fagioli - lenticchie e piselli con pasta/pastina Zuppa/passato di legumi e cereali Gateau gratinato al forno: - di verza e patate - di broccoli e patate - di finocchi e patate - di zucca e patate
MERENDA	Yogurt e Frutta fresca	Karkadè 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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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 AUTUNNO-INVERNO 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'	ENERGI'
PRANZO	<p>Misticanza di verdure di stagione</p> <p>Pasta al pomodoro e olive verdi in pezzi *</p> <p>Frittata con latte al forno *</p> <p>Spinaci al limone</p> <p>Pane/spianata <i>semi-integrale</i></p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Carote e finocchi a bastoncino</p> <p>Passatelli in brodo vegetale *</p> <p>Spezzatino di vitellone con salsa di carote, cipolla e sedano di cottura passati al setaccio * (1/2 porzione)</p> <p>Zucca profumata al rosmarino</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di autunno-inverno</p> <p>Pasta all'ortolana bianca o rossa*</p> <p>Polpettine di legumi al forno *</p> <p>Patate al forno</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Carote all'agro</p> <p>Puntine o cous cous <i>semi-integrale</i> o miglio in passato di verdure</p> <p>Cotoletta di platessa al forno*</p> <p>Cavolfiore al vapore *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Risotto olio e parmigiano *</p> <p>Fuselli di pollo al forno *</p> <p>Insalata mista con semi di sesamo tostati e tritati finemente</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<p>- Pasta alla pizzaiola</p> <p>- Pasta al pomodoro e piselli</p> <p>- Pasta al pomodoro</p> <p>.....</p> <p>- Medaglioni di frittata al forno (su stampo)</p> <p>- Frittata di patate</p> <p>- Frittata con verdure al forno</p>	<p>- Stracciatella in brodo vegetale</p> <p>- Passatelli in passato di verdure</p> <p>.....</p> <p>Il secondo è ½ porzione per controllo carico proteico:</p> <p>- Spezzatino alla cacciatora</p> <p>- Spezzatino con piselli e carote</p>	<p>- Pasta con zucca e rosmarino</p> <p>- Pasta alla salsa di carciofi o funghi</p> <p>- Pasta olio e parmigiano</p> <p>.....</p> <p>Gateau gratinato al forno di:</p> <p>- crema di cannellini e patate</p> <p>- crema di ceci, zucca e patate</p>	<p>- Platessa in pizzaiola</p> <p>- Platessa con salsa verde</p> <p>- Bocconcini di pesce al forno</p> <p>- Seppia pomodoro e piselli</p> <p>.....</p> <p>- Bietole</p> <p>- Finocchi lessi</p> <p>- Dadolata di carote e cavolfiore al vapore</p>	<p>- Risotto al radicchio</p> <p>- Risotto alla zucca</p> <p>- Risotto alle mele e scalogno</p> <p>- Risotto allo zafferano</p> <p>.....</p> <p>- Scaloppina di pollo/tacchino al limone o ai funghi</p> <p>- Polpettone di tacchino e bietole</p>
MERENDA	Infuso e torta di carote	Spremuta d'arancia fresca e fette biscottate (integrali)	Frutta fresca di stagione	Pane e olio	Yogurt e cereali

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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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 AUTUNNO-INVERNO 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>Passato di lenticchie rosse * con tempestina</p> <p>Hamburger/crocchette di miglio*</p> <p>Carote e finocchi a bastoncino</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pasta alle erbe aromatiche e mandorle tritate finemente *</p> <p>Squacquerone e rucola</p> <p>Spianata o Piadina (con farina bianca o <i>semi-integrale</i>)</p> <p>Dadolata di zucca *</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Insalata mista</p> <p>Risotto alla marinara in bianco o rosso *</p> <p>Pesce gratinato al forno</p> <p>Bietole *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Vellutata/crema di verdure con orzo o farro *</p> <p>Hamburger di vitellone *</p> <p>Finocchi in insalata</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di autunno- inverno</p> <p>Pasta di semola secca o fresca (trofie, strozzapreti, orecchiette...) al pomodoro *</p> <p>Filetto di pesce lessato *</p> <p>Chips di patate al forno</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<p>Pasta con sugo cremoso di lenticchie rosse e: - zucca - carote e porri</p> <p>.....</p> <p>- Sformato con verdure al forno - Hamburger/Crocchette di patate al forno - Pizza al pomodoro</p>	<p>Pasta con noci tritate finemente e pesto: - di spinaci - di prezzemolo - di broccoli</p> <p>.....</p> <p>- Bietole/Cicoria - Finocchi lessi</p>	<p>- Risotto al pomodoro - Risotto seppie e piselli - Risotto con verdure in bianco</p> <p>.....</p> <p>- Funghi trifolati - Spinaci gratinati al forno - Cavolfiore insaporito in padella</p>	<p>- Minestrone/Passato di verdure con orzo o farro - Stelline in brodo di verdure</p> <p>.....</p> <p>Carne di vitellone: - saltimbocca alla romana - fettina alla pizzaiola - straccetti olio, sale e rucola</p>	<p>Pasta: - all'ortolana - al pomodoro e piselli</p> <p>.....</p> <p>- Filetto di pesce al pomodoro - Pesce con salsa verde - Pesce con salsa allo zafferano - Pesce infarinato al limone</p>
MERENDA	Frutta fresca	Yogurt e Frutta secca tritata finemente	Latte e biscotti secchi	Karkadè e torta di mele o pere	Yogurt e Frutta fresca

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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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 AUTUNNO-INVERNO 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>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di autunno-inverno</p> <p>Risotto al pomodoro, aglio e prezzemolo</p> <p>Gamberi gratinati al forno *</p> <p>Patate gratinate al forno</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Vellutata di ceci e cavolfiore con crostini di pane bianco o <i>semi-integrale</i> *</p> <p>Pizza al pomodoro/verdure</p> <p>Misticanza di verdure di stagione</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Passatelli in passato di verdura*</p> <p>Arista di maiale (1/2 porzione) *</p> <p>Insalata verde, radicchio e pera a piccoli pezzi o Insalata mista</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Carote a bastoncino</p> <p>Pasta con salsa pasticcata con formaggi misti *</p> <p>Broccoli, cavolfiori e carote *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pasta alla salsa di pinoli *</p> <p>Uova strapazzate o Rotolo di frittata con le verdure</p> <p>Finocchi a bastoncino *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla zucca - Risotto allo zafferano e piselli - Risotto allo zafferano e funghi - Calamari gratinati al forno - Filetti di halibut al forno - Cotoletta di platessa 	<p>Vellutata di:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ceci, rosmarino e aglio - ceci e rapa rossa/barbabietola - fagioli cannellini e prezzemolo - fagioli e piselli <p>con crostini di pane o cous cous <i>semi-integrale</i> o tempestina/conchigliette</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Passatelli in brodo vegetale - Stracciatella in brodo vegetale - Coniglio disossato al forno - Arista di maiale al forno - Prosciutto crudo a piccoli pezzi eliminato il grasso visibile 	<ul style="list-style-type: none"> - Ravioli di ricotta e spinaci al pomodoro - Lasagne o Polenta gratinata al forno con besciamella, ricotta/casatella e pomodoro - Spinaci - Bietole - Dadolata invernale 	<ul style="list-style-type: none"> - Carote alla julienne - Cavolfiore in pinzimonio - Insalata verde Pasta - all'ortolana rossa o bianca - alla zucca - alle erbe aromatiche - aglio e olio
MERENDA	Latte e biscotti (integrali)	Spremuta d'arancia fresca	Karkadè con fette biscottate (integrali)	Yogurt e cereali	Frutta fresca e frutta secca

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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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 AUTUNNO-INVERNO 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>Insalata mista</p> <p>Tagliatelle/garganelli al ragù di carne di vitellone *</p> <p>Cavolfiore/zucca gratinati al forno *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pastina in brodo di carne</p> <p>Bocconcini o petto di pollo/tacchino al rosmarino e aglio *</p> <p>Purè viola con patate e rapa rossa/barbabietola *</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pasta al pomodoro *</p> <p>Bis di formaggi</p> <p>Carote alla julienne *</p> <p>Pane/spianata <i>semi-integrale</i></p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di autunno-inverno</p> <p>Zuppa di cereali e legumi *</p> <p>Sformato di verdure</p> <p>Chips di zucca al forno *</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>	<p>Risotto allo zafferano *</p> <p>Bocconcini di coda di rospo al pomodoro e olive in pezzi *</p> <p>Insalata verde e radicchio</p> <p>Pane</p> <p>Frutta fresca di stagione</p>
VARIANTI DA PROPORRE (*)	<p>- Maccheroncini pasticciata al ragù</p> <p>- Lasagna al ragù di carne di vitellone</p> <p>- Tortellini al ragù vegetale</p> <p>- Pasta con pomodoro/in bianco + Straccetti di vitellone</p> <p>.....</p> <p>- Bietole</p> <p>- Finocchi lessi</p> <p>- Contorno tricolore</p>	<p>Bocconcini o petto di pollo/tacchino:</p> <p>- all'arancia</p> <p>- alla cacciatora</p> <p>- al limone</p> <p>- alle erbe aromatiche</p> <p>Polpettone di tacchino e bietole</p> <p>.....</p> <p>- Patate e verza</p> <p>- Patate e zucca</p> <p>- Patate e carote</p> <p>- Patate e cavolfiore</p>	<p>- Pasta al pomodoro e olive in pezzi</p> <p>- Pasta alla pizzaiola</p> <p>- Pasta pomodoro e piselli</p> <p>.....</p> <p>- Insalata mista con noci tritate finemente</p> <p>- Insalata di finocchi e clementine in piccoli pezzi</p>	<p>Zuppa di orzo o farro con</p> <p>- passato di fagioli</p> <p>- cannellini, patate e zafferano</p> <p>- zucca, ceci e rosmarino</p> <p>.....</p> <p>Chips al forno di:</p> <p>- carote</p> <p>- spinaci</p> <p>Carote lessate e piselli</p>	<p>- Risotto olio e parmigiano</p> <p>- Risotto alla marinara</p> <p>- Risotto alla zucca</p> <p>- Risotto al radicchio</p> <p>.....</p> <p>Bocconcini di coda di rospo:</p> <p>- gratinati al forno</p> <p>- in crosta di patate</p> <p>- all'arancia e olive nere in pezzi</p>
MERENDA	Yogurt e Frutta fresca	Frutta fresca di stagione	Pane e marmellata	Frutta fresca di stagione e grissini (integrali)	Karkadè e ciambella

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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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 AUTUNNO-INVERNO 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 * Zucca invernale Pane Frutta fresca di stagione	Pinzimonio 3 colori: antipasto di verdure crude di autunno-inverno Zuppa di legumi misti con orzo o farro * Patate al forno * Pane Frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano Pesce gratinato al forno * Carote crude * Pane Frutta fresca di stagione
Esempi di VARIAZIONI DA APPORTARE AL MENU' PER I BIMBI 6 – 12 MESI (*)	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

Rispettare le modalità di preparazione indicate nelle linee d'indirizzo ministeriali per la prevenzione del soffocamento da cibo.

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. Verdura di stagione e Frutta di stagione sono **BIOLOGICHE** o prodotte a **LOTTA INTEGRATA**.

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.