

MENU GENERALE				
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Settimana 1				
<u>Menù 100% Vegetale</u> Risotto alle verdure Insalata legumi Verdure* Pane Frutto	Pasta alle zucchine Uova sode Verdura* Pane integrale Frutto	Farro pesto pomodorini Pesce* al forno Verdura* Pane Frutto	<u>Piatto unico:</u> Tortino di spinaci* Buffet verdure* Pane Frutto	Risotto olio evo Carne macinata di vitello /bovino Verdura* Pane Frutto
Settimana 2				
<u>Piatto unico:</u> Buffet verdure* Pasta al ragù Pane Frutto	Risotto c/piselli Pesce* in bianco Verdura* Pane integrale Frutto	<u>Menù 100% Vegetale</u> Orzo macedonia di verdure Insalata legumi Verdura* mista Pane Frutto	Pasta al pesto Arrosto Tacchino Verdura* Pane Frutto	Tortelli ricotta e spinaci* con olio e grana Frittata Verdura* Pane Frutto
Settimana 3				
<u>Menù 100% Vegetale</u> Riso al pomodoro Misto Legumi Verdura* Pane Frutto	Pasta allo zafferano e piselli* Mozzarella Pomodori Pane integrale Frutto	<u>Piatto unico:</u> Buffet di verdure* Lasagna* al ragù Pane Frutto	Risotto zucchine Uova strapazzate al pomodoro Verdura* Pane Frutto	Insalata di orzo e Verdura* Pesce* gratinato Verdura* Pane Frutto
Settimana 4				
<u>Piatto unico:</u> Buffet di Verdura* Pizza Margherita Pane Frutto	Pasta alla ricotta Tortino di verdura* forno Verdura* Pane integrale Frutto	Pasta alle verdure Bocconcini di pollo arrosto Verdura* Pane Frutto	Insalata di Orzo con zucchine e pomodorini Pesce* in umido Verdura* Pane Frutto	<u>Menù 100% Vegetale</u> Risotto giallo Insalata di legumi Verdura* Pane Frutto

Prescrizioni ATS 12-36 mesi

Formaggio Grattugiato si raccomanda di non aggiungere (fornire) formaggio grattugiato ai primi piatti al fine di contenere la quota proteica del pasto come indicato dalla recente revisione LAN 2014. Il parmigiano e i formaggi in genere stagionati sono una buona fonte proteica, lipidica e di calcio ricchi di sodio, si suggerisce pertanto di considerare il formaggio stagionato come principale fonte proteica, utilizzandolo come secondo piatto. Si suggerisce, pertanto, di considerare il formaggio stagionato come fonte proteica, utilizzandolo come secondo piatto **Carne** limitato consumo non oltre una volta alla settimana sostituita con altre fonti proteiche (es. pesce o legumi)

Pane: Secondo accordi per la riduzione del sale nel pane, siglati il 31 dicembre 2010 e il 14 settembre 2011 tra la Regione Lombardia e Unione Panificatori a RIDOTTO CONTENUTO DI SALE (1.7%)

Sale iodato Fino ai 12 mesi è escluso il sale, nella fascia età dai 12-36 l'uso è limitato alla sola acqua di cottura della pasta e dei cereali, in questa cucina non si fa uso di Glutammato (Dado)

*Prodotto surgelato all'origine

***Pesce** surgelato all'origine

Formaggi: Quartirollo, Primo sale, Crescenza, Mozzarella e Ricotta, Formaggi stagionati

***Verdura** a rotazione crude, al vapore o al forno *Surgelata quando non disponibile di stagione e a rotazione secondo disponibilità. : Fagiolini verdi, Spinaci, Cavolfiori, Finocchi, Carotine gratinate, Zucchine.

Grammature adeguate al fabbisogno nutrizionale della fascia d'età considerata (vedasi rif. Doc. ATS Pappa e Nido

https://www.ats-milano.it/Portale/Portals/0/AtsMilano_Documenti/Pappa%20A1%20Nido_89b77ce9-76a1-47c6-8783-e8f7ce45464a.PDF

Testo evidenziato: allergene vedere ricettario e agenda allergeni

***Merendine:** Lunedì Cracker, Martedì Yogurt, Mercoledì Biscotti, Giovedì Torta artigianale, Venerdì marmellata con panino.

Merendine Fornite solo se concordate in offerta e nella tipologia concordata, per allergici: Mousse frutta mela/pera.