

## ALLEGATO C

### MENU' NIDO SANT'AGOSTINO (luglio 2015)

#### Menù A

#### SPUNTINO

**ORE 9,30:** frutta di stagione (cruda, cotta, spremuta, frullata, in macedonia) + un po' di latte.

#### PRANZO:

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Riso in crema di piselli (I). Insalata di riso (E).	Pasta al pesto.	Pasta al ragù vegetale.	Pasta e legumi	Pasta al pomodoro e ricotta (I). Pasta fredda al pomodoro e basilico (E).
Halibut al forno Patate lessate o insalata.	Polpette di carne di maiale con verdure + cocktail di verdure crude	Formaggi misti + Pomodori gratinati	Petto di pollo al latte + carote lesse con grana.	Polpettine di merluzzo + insalata di lattuga e carote crude a filini.
Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.

#### SOSTITUZIONI PER BAMBINI A DIETA SENZA CARNE.

//////////	Merluzzo o platessa al forno	//////////	Frittata al forno.	//////////
------------	------------------------------	------------	--------------------	------------

#### MERENDA:

Frutta di stagione o mousse di frutta + crackers o pane	Latte con orzo e biscotti (I). Frullato con latte e frutta di stagione+ fette biscottate(E).	Banana + crackers o pane (I). Gelato (E).	Pane con marmellata + latte.	Yogurt o yogurt liquido con biscotti o crackers.
---	---	--	------------------------------	--

**MENU' NIDO  
SANT'AGOSTINO  
(luglio 2015)**

**Menù B**

**SPUNTINO**  
**ORE 9,30:** come sopra.

**PRANZO:**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro.	Risotto con zucchine o zucca	Zuppa di ortaggi con orzo o pastina	Crema di fagioli e patate con pastina o orzo.	Pasta in bianco.
Frittatina alle erbe + Piselli	Bistecca di maiale alla pizzaiola + purè tricolore: patate, carote, zucchine o insalata	Polpettine di merluzzo + insalata.	Pollo al limone + finocchi e fagiolini all'olio.	Cotoletta di platessa al forno + insalata mista di stagione (I). Insalata fredda di pesce (E).
Pane/Pane integro - Frutta.	Pane/Pane integro - Frutta.	Pane/Pane integro - Frutta.	Pane/Pane integro - Frutta.	Pane/Pane integro - Frutta.

**SOSTITUZIONI  
PER BAMBINI  
A DIETA  
SENZA CARNE.**

////////////////////	Merluzzo o platessa al forno.	////////////////////	Formaggi misti.	////////////////////
<b>MERENDA:</b> Mela/pera cotta o Frutta di stagione + pane	Yogurt alla frutta o yogurt liquido + crackers.	Ciambella con marmellata+ spremuta d'agrumi o latte.	Pane e cioccolata + spremuta d'agrumi (I). Gelato (E).	Latte con cacao + biscotti o fette biscottate.

**MENU' NIDO  
SANT'AGOSTINO  
(luglio 2015)**

**Menù C**

**SPUNTINO**

**ORE 9,30:** come sopra.

**PRANZO:**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Pasta al pomodoro (I). Pasta fredda con sugo di pomodoro e olive (E).	Risotto con piselli o asparagi.	Vellutata di carote o zucca con pastina.	Zuppa di ortaggi e legumi con pastina.	Pasta all'olio e grana.
Sformato di spinaci + insalata.	Svizzera di carne bianca al vapore + verdure cotte.	Formaggi misti + verdure crude miste (insalata, sedano, cavolo affettati).	Spezzatino di manzo con piselli (I). Arrostato di tacchino + carote a filini (E).	Halibut o platessa al forno + insalata mista di stagione.
Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.

**SOSTITUZIONI  
PER BAMBINI  
A DIETA  
SENZA CARNE**

////////////////////	Merluzzo o platessa al forno.	////////////////////	Merluzzo o platessa con piselli.	////////////////////
----------------------	-------------------------------	----------------------	----------------------------------	----------------------

**MERENDA:**

Pizza (I). Gelato (E).	Latte + biscotti o fette biscottate.	Frutta di stagione o mela/pera cotta + pane.	Banana e crackers (I). Frullato di frutta e latte + fette biscottate (E).	Pane + marmellata + spremuta d'agrumi
---------------------------	--------------------------------------	--	--	---------------------------------------

**MENU' NIDO**  
**SANT'AGOSTINO**  
**(luglio 2015)**

**Menù D**

**SPUNTINO**

**ORE 9,30:** come sopra.

**PRANZO:**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Passato di verdura con crostini o pastina	Risotto al porro o alle zucchine (I). Insalata di riso (E)	Pasta all'olio e grana.	Pasta e fagioli con grattini.	Gobbetti alle cime di rapa o broccoli (I). Pasta al pesto (E)
Frittata con verdure + mais e olive.	Arrosto di maiale al latte Patate al forno	Polpettine di legumi Verdure cotte	Scaloppina di pollo o tacchino + insalata mista di stagione.	Polpettine di merluzzo + verdure cotte.
Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.

**SOSTITUZIONI  
PER BAMBINI  
A DIETA  
SENZA CARNE**

////////////////////	Merluzzo o platessa al forno	////////////////////	Formaggio.	////////////////////
----------------------	------------------------------	----------------------	------------	----------------------

**MERENDA:**

Pizza + spremuta d'agrumi o frutta fresca	Frutta di stagione o mousse di frutta + biscotti o crackers.	Latte con cacao + biscotti o fette biscottate (I). Gelato (E).	Torta di mele + spremuta d'agrumi o frutta fresca.	Frutta fresca + latte.
---	--	---	--	------------------------

**MENU' NIDO  
SANT'AGOSTINO  
(luglio 2015)**

**Menù E**

**SPUNTINO**

**ORE 9,30:** come sopra.

**PRANZO:**

<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>
Zuppa di ortaggi con pastina.	Polenta o pasta integrale al ragù di carne di manzo.	Crema di legumi con pastina o orzo.	Pasta al pomodoro e basilico.	Risotto con polipo e seppia.
Torta di ricotta + verdure in pinzimonio o cavolo cappuccio e finocchi affettati (I). Insalata caprese (E).	Frittatina con verdure + legumi misti.	Formaggi misti e verdure di stagione.	Arrosto di carne bianca con verdure cotte.	Platessa o halibut al forno + insalata mista di stagione.
Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.	Pane/Pane integr - Frutta.

**SOSTITUZIONI  
PER BAMBINI  
A DIETA  
SENZA CARNE.**

////////////////////	Polenta o pasta al pomodoro e grana.	////////////////////	Formaggi misti.	////////////////////
----------------------	---	----------------------	-----------------	----------------------

**MERENDA:**

Mela /pera cotta o Frutta di stagione + crakers	Frutta fresca di stagione o mousse di frutta + pane integrale	Latte e cereali.	Ciambella con marmellata + spremuta d'agru- mi (I).	Pane e cioccolata + spremuta d'agrumi.
---	--	------------------	--	--

Gelato (E).