

ASFO - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
SIAN- Area Igiene della Nutrizione

TABELLA DIETETICA PER LA VERERA E PROPRIA ESTATE SCUOLA DELL'INFANZIA



GIORNI	SETTIMANE			
	5	6	7	8
LUNEDI'	Pasta all'olio Pollo al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura cruda Pizza margherita Pane Frutta fresca di stagione	Minestra di legumi con pasta Crepe Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di verdure con pasta Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Lasagne al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Riso all'olio Pesce in umido o gratinato Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Bocconcini di pollo o tacchino Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Scaloppina di pollo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Minestra di legumi con pasta Crepe o uova sode Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alla pizzaiola Fettina di pollo agli aromi Fagiolini Pane Frutta fresca di stagione	Pasta alle verdure Lonza di maiale al forno Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Antipasto di verdura cruda Pizza margherita Pane Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Risotto con verdure Polpettine di pesce Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Crema di verdure con pasta Arrosti di manzo Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al tonno Formaggio Verdura cruda o caprese Pane Frutta fresca di stagione	Pasta all'olio Filetto di merluzzo al forno Fagiolini Pane Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro Formaggio Piselli Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Frittata Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Bastoncini di pesce al forno Piselli Pane Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Formaggio Verdura cruda o cotta Pane Frutta fresca di stagione