

CITTÀ

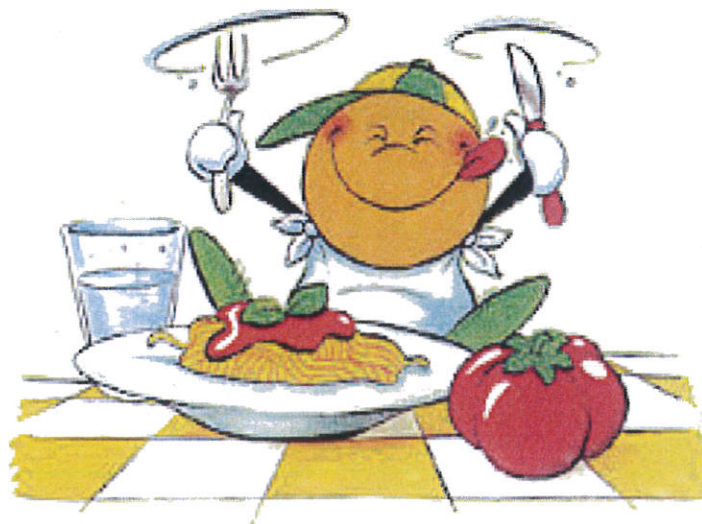


DI LODI

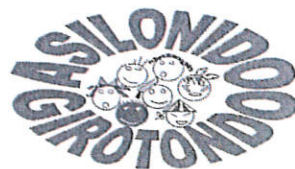
Assessorato Politiche Sociali

# Menù Asili Nido

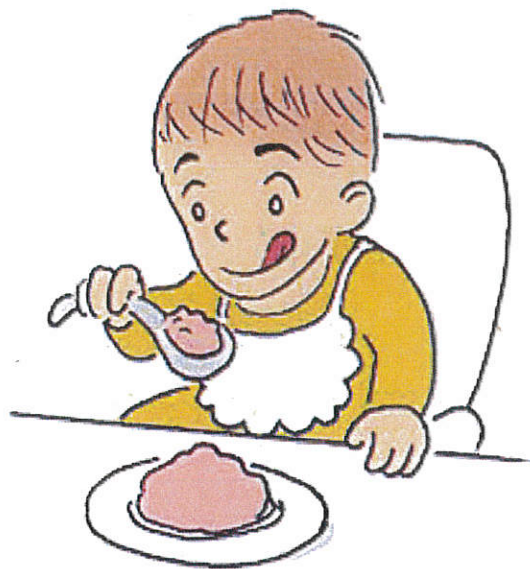
**UN NIDO PER CRESCERE INSIEME**



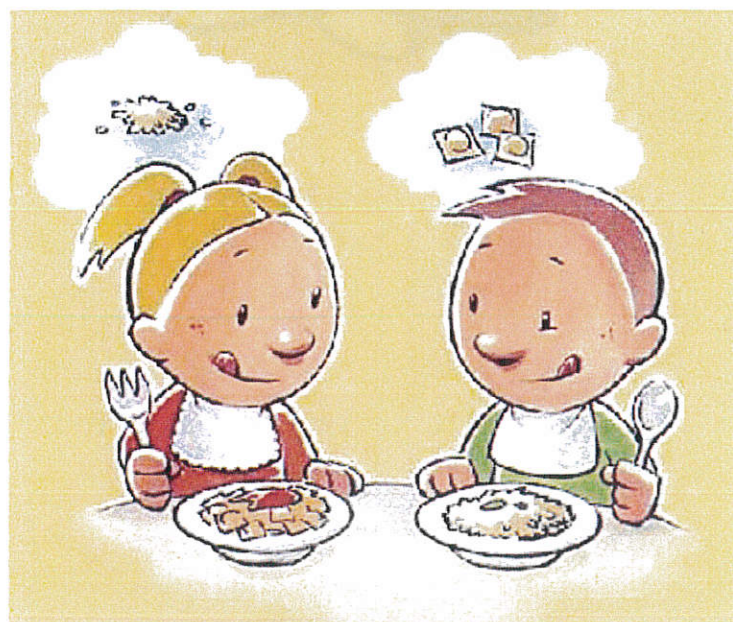
Via Vecchia Cremonese, 11



P.zza Gobetti



Il menù proposto ai nidi  
accoglie le indicazioni fornite  
dalle linee guida della ATS  
in materia di alimentazione infantile



## ASILI NIDO COMUNALI DELLA CITTA' DI LODI

Il menù proposto al nido accoglie le indicazioni fornite dall'ATS di Lodi in merito ad una corretta alimentazione nella prima infanzia.

### MENU' DALLA SALA PICCOLI

Fino al compimento dell'ottavo mese di vita, ai bambini vengono somministrati liofilizzati e omogeneizzati.

Il latte, essendo un alimento importante per la crescita, è proposto tutti i giorni a merenda.

Successivamente, l'alimentazione verrà integrata con carne e pesce freschi dall'ottavo mese, tuorlo d'uovo dal nono mese e latte vaccino dal dodicesimo mese.

### MENU' PER I BAMBINI DAI TRE AGLI OTTO MESI

Lunedì

Crema di mais e tapioca in brodo di verdura

Liofilizzato o omogeneizzato di carne

patate, carote e verdure frullate

Omogeneizzato di frutta o frutta fresca frullata

Merenda: latte di transizione.

Martedì

Pastina in brodo di verdura

Liofilizzato o omogeneizzato di carne

Patate e carote frullate

Omogeneizzato di frutta o frutta fresca frullata.

Merenda: latte di transizione.

Mercoledì

Crema di riso in brodo di verdura

Liofilizzato o omogeneizzato di carne

Patate, carote e spinaci frullati.

Omogeneizzato di frutta o frutta fresca frullata.

Merenda: latte di transizione.

Giovedì

Pastina in brodo di verdura

Liofilizzato o omogeneizzato di carne

Patate e carote

Omogeneizzato di frutta o frutta fresca frullata.

Merenda: latte di transizione.

Venerdì

Crema multicereali in brodo di verdura

Liofilizzato o omogeneizzato di carne

Patate, carote e zucchine frullate.

Omogeneizzato di frutta o frutta fresca frullata.

Merenda :latte di transizione



# ASILI NIDO COMUNALI - TABELLA DIETETICA AUTUNNO INVERNO

BAMBINI DAGLI 8 AI 12 MESI

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDI</b>	Minestra di verdure con riso frullato Ricotta Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione	Minestra di verdure con riso frullato Robiola Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione	Minestra di verdure con riso frullato Pesce frullato Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione	Minestra di verdure con riso frullato Crescenza o uovo Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione
<b>MARTEDI</b>	Pastina Pollo frullato verdura Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> yogurt	Pastina Pollo frullato verdura Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Pastina Ricotta verdura Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Pastina Manzo verdura Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt
<b>MERCOLEDI</b>	Riso frullato Uova o prosciutto cotto frullato Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta	Riso frullato Uova o tacchino frullato Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta	Riso frullato Tacchino frullato Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta	Riso frullato Vitello frullato Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta
<b>GIOVEDI</b>	Pastina Manzo frullato Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione	Pastina Manzo frullato Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione	Pastina Carne frullata o uovo Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione	Pastina Pollo frullato Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione
<b>VENERDI</b>	Riso frullato Pesce frullato Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Riso frullato Pesce frullato Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Riso frullato Pesce frullate Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Riso frullato Pesce frullate Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt

Tutti i giorni: **pane e frutta di stagione.**

Ai bambini con un'età compresa tra gli 8 e i 9 mesi nei giorni in cui è previsto l'uovo sarà cucinata la carne frullata, il prosciutto cotto o il formaggio.

Possono usufruire di alternative all'interno del menù stabilito tutti i bambini che presentano problemi medici certificati o che aderiscono a religioni e/o ideologie che implicano restrizioni

# ASILI NIDO COMUNALI - TABELLA DIETETICA PRIMAVERA ESTATE

BAMBINI DAGLI 8 AI 12 MESI

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDI</b>	Pastina Tacchino frullato Verdure Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione	Minestra di verdure con riso frullato Robiola Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione	Minestra di verdure con riso frullato Crescenza o uovo Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione	Minestra di verdure con riso frullato Tacchino Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Latte di transizione
<b>MARTEDI</b>	Minestra di verdure con riso Pesce frullato verdure Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> yogurt	Pastina Pollo frullato Verdure Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Pastina Tacchino frullato Verdure Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Pastina Vitello frullato Verdure Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt
<b>MERCOLEDI</b>	Pastina Pollo frullato Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta	Riso frullato Uovo o pure di lenticchie rosse decorticate Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta	Riso frullato Pesce frullato Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta	Riso frullato Uovo o prosciutto cotto Spinaci frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> frullato di frutta
<b>GIOVEDI</b>	Riso frullato Ricotta o uovo Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione	Pastina Tacchino frullato Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione	Pastina Manzo frullato Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione	Pastina Manzo frullato Piselli o fagiolini frullati Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> latte di transizione
<b>VENERDI</b>	Pastina Vitello frullato Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Riso frullato Pesce frullato Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Riso frullato Crescenza Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt	Riso frullato Pesce frullato Zucchine frullate Frutta frullata o a pezzi <b>Merenda:</b> Yogurt

Tutti i giorni: pane e frutta di stagione.

Ai bambini con un'età compresa tra gli 8 e i 9 mesi nei giorni in cui è previsto l'uovo sarà cucinata la carne frullata, prosciutto cotto o formaggio.

Possono usufruire di alternative all'interno del menù stabilito tutti i bambini che presentano problemi medici certificati o che aderiscono a religioni e/o ideologie che implicano restrizioni



# ASILI NIDO COMUNALI - TABELLA DIETETICA AUTUNNO INVERNO

## BAMBINI DI UN ANNO COMPIUTO DI ETÀ'

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDÌ</b>	Pasta con lenticchie Mozzarella Tris di verdure <b>Merenda:</b> latte e biscotti	Minestra di verdura e legumi con orzo Robiola Purè di patate <b>Merenda:</b> latte e biscotti	Pasta al pesto Frittata con erbetta Insalata croccante <b>Merenda:</b> latte e biscotti	Risotto al pomodoro Frittata Spinaci all'olio <b>Merenda:</b> latte e biscotti
<b>MARTEDÌ</b>	Lasagne con verdure (Piselli, pomodori, sedano, carote, besciamella e grana) Cannellini in insalata <b>Merenda:</b> yogurt	Pasta al pomodoro e basilico Bocconcini di pollo al limone Cavolfiori all'olio <b>Merenda:</b> yogurt	Lasagne con ricotta e spinaci Cavolfiori gratinati <b>Merenda:</b> yogurt	Pasta al ragù di verdura Lonza con le mele Patate al forno <b>Merenda:</b> yogurt
<b>MERCOLEDÌ</b>	Risotto allo zafferano Frittata Spinaci all'olio <b>Merenda:</b> banana	Riso e zucca Frittata Piselli in umido <b>Merenda:</b> banana	Riso e prezzemolo in brodo Arrosto di tacchino Purè di lenticchie <b>Merenda:</b> banana	Passato di verdura con crostini Platessa dorata Piselli in umido <b>Merenda:</b> banana
<b>GIOVEDÌ</b>	Minestra di riso con verdura Polpettine di manzo con patate <b>Merenda:</b> latte e cereali	Polenta con spezzatino di manzo Fagiolini all'olio <b>Merenda:</b> latte e cereali	Pizza margherita Spinaci <b>Merenda:</b> latte e cereali	Ditalini ricotta e grana Petto di pollo impanato Carote all'olio <b>Merenda:</b> latte e cereali
<b>VENERDÌ</b>	Pasta pomodoro e basilico Filetto di platessa alla mugnaia Carote all'olio <b>Merenda:</b> pane e marmellata	Pasta allo zafferano Sogliola al forno Finocchi in insalata <b>Merenda:</b> torta allo yogurt	Minestra di legumi con farro Cuoricini di merluzzo dorati Fagiolini all'olio <b>Merenda:</b> budino alla vaniglia	Pasta e fagioli Merluzzo al cartoccio Finocchi in insalata <b>Merenda:</b> torta allo yogurt o alle mele

Tutti i giorni: pane e frutta fresca

Posso usufruire di alternative all'interno del menù stabilito tutti i bambini che presentano problemi medici certificati o che aderiscono a religioni e/o ideologie che implicano restrizioni dietetiche.

# ASILI NIDO COMUNALI - TABELLA DIETETICA PRIMAVERA ESTATE

BAMBINI DI UN ANNO COMPIUTO DI ETÀ

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
LUNEDI	Passato di verdure con crostini Bocconcini di tacchino al limone Piselli <b>Merenda:</b> Latte / biscotti	Minestrone di verdure con farro Robiola Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Latte / biscotti	Riso e prezzemolo Frittata con patate Pomodori in insalata <b>Merenda:</b> Latte / biscotti	Crema di legumi con crostini Sformato di ricotta con verdure Insalata verde <b>Merenda:</b> Latte / biscotti
MARTEDI	Pasta al pomodoro Filetto di platessa dorato Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Yogurt	Pasta pomodoro e basilico Petto di pollo agli aromi Lenticchie <b>Merenda:</b> Yogurt	Ravioli di magro al pomodoro Scaloppine di tacchino al limone Fagioli cannellini in insalata <b>Merenda:</b> Yogurt	Pasta allo zafferano Spezzatino di vitello con piselli e patate <b>Merenda:</b> Yogurt
MERCOLEDI	Orzotto allo zafferano Mozzarella Pomodori in insalata <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione	Riso in bianco Frittata primavera Carote cotte <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione	Risotto con zucchine Filetto di platessa alla mugnaia Erbette <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione	Orzotto con verdure Grana padano Pomodori in insalata <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione
GIOVEDI	Pasta al pesto Frittata con spinaci Carote in insalata <b>Merenda:</b> Gelato	Pasta con verdure Arrosto di lonza Patate <b>Merenda:</b> Gelato	Pasta pomodoro e pesto Polpette di manzo al sugo Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Gelato	Pasta al ragù di carne Lenticchie in umido con carote <b>Merenda:</b> Gelato
VENERDI	Risotto alla parmigiana Fettine di vitello alla pizzaiola Fagiolini <b>Merenda:</b> Pane e miele	Risotto allo zafferano Cuoricini di merluzzo dorati Insalata verde <b>Merenda:</b> Budino	Minestra di piselli e ditalini Crescenza Insalata colorata <b>Merenda:</b> Pane e miele	Risotto al pomodoro Bocconcini di merluzzo gratinati Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Pane e marmellata

Tutti i giorni: pane e frutta fresca

Posso usufruire di alternative all'interno del menù stabilito tutti i bambini che presentano problemi medici certificati o che aderiscono a religioni e/o ideologie che implicano restrizioni dietetiche.

## ASILI NIDO COMUNALI - TABELLA DIETETICA AUTUNNO INVERNO MENU' VEGETARIANO

### BAMBINI DI UN ANNO COMPIUTO DI ETA'

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
<b>LUNEDI'</b>	Pasta con lenticchie Mozzarella Tris di verdure Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> latte e biscotti	Minestra di verdura e legumi con orzo Crescenza Purè di patate Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> latte e biscotti	Pasta al pesto Frittata con erbatte Insalata croccante Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> latte e biscotti	Risotto al pomodoro Frittata Spinaci all'olio Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> latte e biscotti
<b>MARTEDI'</b>	Lasagne con verdure (Piselli, pomodori, sedano, carote, besciamella e grana) Cannellini in insalata Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> yogurt alla frutta	Pasta al pomodoro e basilico Fagioli in umido Cavolfiori all'olio Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> yogurt alla frutta	Lasagne con ricotta e spinaci Cavolfiori gratinati Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> yogurt alla frutta	Pasta al ragù di verdura Lenticchie in umido Patate al forno Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> yogurt alla frutta
<b>MERCOLEDI'</b>	Risotto allo zafferano Frittata Spinaci all'olio Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> banana	Riso e zucca Frittata Piselli in umido Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> banana	Riso e prezzemolo in brodo Purè di lenticchie Patate lesse in insalata Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> banana	Passato di verdura con crostini Crescenza Piselli in umido Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> banana
<b>GIOVEDI'</b>	Minestra di riso con verdura Crescenza Patate Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> latte e cereali	Polenta con formaggio Fagiolini all'olio Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> latte e cereali	Pizza al pomodoro Insalata mista Pane / Frutta fresca  <b>Merenda:</b> latte e cereali	Ditalini ricotta e grana Sformato di patate Carote crude all'olio Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> latte e cereali
<b>VENERDI'</b>	Pasta pomodoro e basilico Purè di piselli Carote all'olio Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> pane e marmellata	Pasta allo zafferano Purè di ceci FIOCCHI in insalata Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> torta allo yogurt	Minestra di legumi con farro Mozzarella Fagiolini all'olio Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> budino alla vaniglia	Pasta e fagioli Grana FIOCCHI in insalata Pane / Frutta fresca <b>Merenda:</b> torta allo yogurt o alle mele

Tutti i giorni: pane e frutta fresca

Posso usufruire di alternative all'interno del menù stabilito tutti i bambini che presentano problemi medici certificati o che aderiscono a religioni e/o ideologie che implicano restrizioni dietetiche.



# ASILI NIDO COMUNALI - TABELLA DIETETICA PRIMAVERA ESTATE MENU' VEGETARIANO

## BAMBINI DI UN ANNO COMPIUTO DI ETA'

	1° settimana	2° settimana	3° settimana	4° settimana
LUNEDI	Passato di verdure con crostini Crescenza/ricotta Contorno di piselli <b>Merenda:</b> Latte / biscotti	Minestrone di verdure con farro Formaggio Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Latte / biscotti	Riso e prezzemolo Frittata con patate Pomodori in insalata <b>Merenda:</b> Latte / biscotti	Crema di legumi con crostini Sformato di ricotta con verdure Insalata verde <b>Merenda:</b> Latte / biscotti
MARTEDI	Pasta al pomodoro Purè di lenticchie Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Yogurt	Pasta pomodoro e basilico Sformato di carote, patate e zucchine Lenticchie <b>Merenda:</b> Yogurt	Ravioli di magro al pomodoro Finocchi gratinati/verdure gratinate Fagioli cannellini in insalata <b>Merenda:</b> Yogurt	Pasta allo zafferano Uovo strapazzato Pomodori <b>Merenda:</b> Yogurt
MERCOLEDI	Orzotto allo zafferano Mozzarella Pomodori in insalata <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione	Riso in bianco Frittata primavera Carote cotte <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione	Risotto con zucchine Scaglie di grana/robiola Erbette <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione	Orzotto con verdure Grana padano Pomodori in insalata <b>Merenda:</b> Banana opp. frutta di stagione
GIOVEDI	Pasta al pesto Frittata con spinaci Carote in insalata <b>Merenda:</b> Gelato	Pasta con verdure Fagioli in insalata Patate <b>Merenda:</b> Gelato	Pasta pomodoro e pesto Purè di ceci Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Gelato	Pasta al ragù di carne/pasta alle zucchine Lenticchie in umido con carote <b>Merenda:</b> Gelato
VENERDI	Risotto alla parmigiana Ceci conditi con sale, olio extravergine d'oliva e limone Fagiolini <b>Merenda:</b> Pane e miele	Risotto allo zafferano Gateau di patate e piselli Insalata verde <b>Merenda:</b> Budino opp. Pane e marmellata	Minestra di piselli e ditalini Formaggio fresco Insalata colorata <b>Merenda:</b> Pane e miele	Risotto al pomodoro Fagioli in insalata Zucchine trifolate <b>Merenda:</b> Pane e marmellata

Tutti i giorni: pane e frutta fresca

Posso usufruire di alternative all'interno del menù stabilito tutti i bambini che presentano problemi medici certificati o che aderiscono a religioni e/o ideologie che implicano restrizioni dietetiche.