

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
Frutta di stagione	ciambellone	torta di mele	frutta e biscotti	pane e marmellata
pranzo	pranzo	pranzo	pranzo	pranzo
penne olio e parmigiano	gnocchetti alla crema di piselli	riso e pomodoro	pasta al pesto	fusilli al sugo
formaggio fresco	frittata di zucchine	petto di tacchino al limone	prosciutto cotto	filetti di platessa al forno
pomodori	insalata	patate lesse	piselli al tegame	spinaci
frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
pizza bianca	pane e marmellata	yogurt	pizza bianca	gelato

2° settimana

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
pane e marmellate	yogurt	torta di mele	frutta e biscotti	ciambellone
pranzo	pranzo	pranzo	pranzo	pranzo
pasta con la ricotta	gnocchetti al ragù	pasta alla marinara	pasta al pesto	riso alle verdure
mozzarella	frittata di patate	polpettine al pomodoro	fesa di tacchino	merluzzo in crosta di patate
pomodori	fagiolini	spinaci	piselli	
frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
pizza bianca	latte e biscotti	gelato	pane e marmellata	yogurt

3° settimana

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
yogurt	frutta fresca e biscotti	ciambellone	frutta di stagione	yogurt
pranzo	pranzo	pranzo	pranzo	pranzo
pasta olio e parmigiano	riso con pomodoro e basilico	pasta con le zucchine	pasta al pesto	riso con le verdure
formaggio fresco	frittata con patate	arrosto di manzo	prosciutto cotto	merluzzo al forno
insalata	fagiolini	spinaci	pomodori	patate
frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
pizza bianca	pane e marmellata	yogurt	gelato	latte e biscotti

4° settimana

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
yogurt	frutta fresca e biscotti	ciambellone	pane e marmellata	torta di mele
pranzo	pranzo	pranzo	pranzo	pranzo
pasta con ricotta e parmigiano	pasta al ragù di manzo	pasta con le zucchine	pasta al pesto	riso al pomodoro
prosciutto cotto	frittata di spinaci	arrosto di arista di maiale	mozzarella	platessa al forno
piselli	insalata	fagiolini	finocchi	carote e patate lesse
frutta	frutta	frutta	frutta	frutta
merenda	merenda	merenda	merenda	merenda
pizza bianca	gelato	latte e biscotti	frutta fresca	yogurt

INDICAZIONI: il menù non deve essere inteso in modo rigido e imm modificabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composizione del pasto al nido in ogni fascia d'età; questo perché alcuni bambini potrebbero ancora non aver assunto alcuni alimenti previsti nel menù. a tal proposito, si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, prima a casa sentendo il parere del proprio pediatra