

SUL SITO ISTITUZIONALE DEL COMUNE DI GENOVA
(www.comune.genova.it/aree_tematiche/ristorazione)

SONO DISPONIBILI TUTTE LE INFORMAZIONI RELATIVE
AL MENU SCOLASTICO:

MENU

COMPUTO CALORICO E CONSIGLI PER LA SERA

RICETTARIO

DIETE SPECIALI

Si consiglia come da indicazioni delle Linee di Indirizzo per la Ristorazione scolastica della Regione Liguria di evitare di aggiungere il parmigiano reggiano al primo piatto, al fine di mantenere la quota proteica nei limiti indicati dai LARN IV REVISIONE (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana). Tale indicazione è necessaria in quanto un eccessivo apporto proteico assunto nei primi anni di vita potrebbe contribuire al manifestarsi di un aumento ponderale in età adulta.



COMUNE DI GENOVA



Comune di Genova

Ristorazione

Sistema di Gestione Qualità-UNI EN ISO 9001:2000

Menu e tabelle dietetiche elaborate da

Comune di Genova

Ristorazione

Ufficio Nutrizione e Dietetica

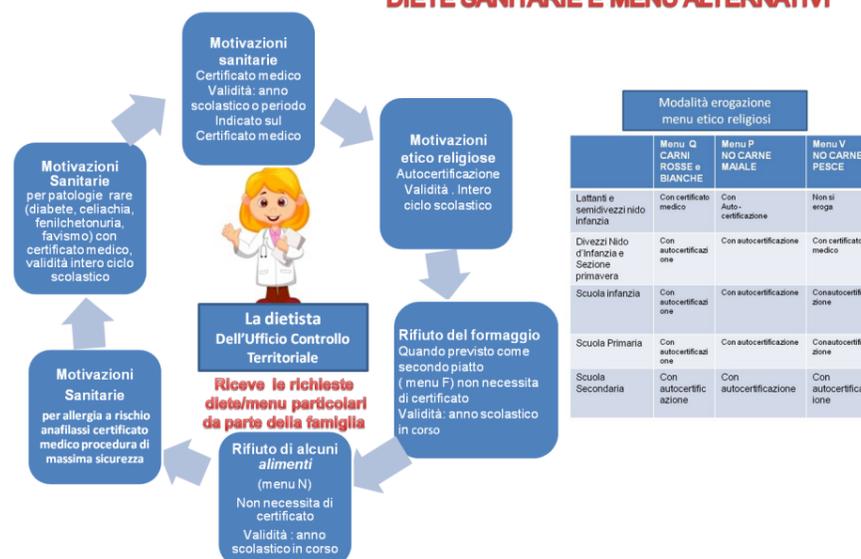
Dirigente: *dott.ssa Maria Letizia Santolamazza*
Dietiste: *Cinzia Pellegrini — Mariateresa Marrella*
Con la collaborazione della *dott.ssa Federica Pascali*
della *ASL 3 Genovese*
Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Genova, settembre 2015



MENU
In vigore
dal 01 settembre 2015

NIDO D' INFANZIA
e relative coabitazioni

DIETE SANITARIE E MENU ALTERNATIVI



E INFANZIA IN COABITAZIONE CON NIDO

CALENDARIO

dal 1 al 4 settembre dal 12 al 16 ottobre dal 23 al 27 novembre

1° settimana

Lunedì Pranzo: *pastasciuttina al ragù vegetale – arrosto di lonza al forno o in casseruola – mesi invernali patate lessate mesi estivi pomodori in insalata*

Merenda per nido: latte fresco bio intero con biscotti prima infanzia

Martedì Pranzo: *minestra di verdura con pasta integrale – asilo nido: filetti di pesce (*halibut) lessati o al vapore o al verde (finemente sminuzzati) scuola infanzia e adulti: *halibut impanato – carote fresche lessate*

Merenda per nido: yogurt alla frutta

Mercoledì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – coscia di pollo alla cacciatora – mesi invernali purea di patate mesi estivi patate lessate o al forno alternate*

Merenda per nido: banana

Giovedì Pranzo: *pastasciuttina all'olio extravergine di oliva – polpettine di #vitellone al pomodoro – *piselli*

Merenda per nido: crostata

Venerdì Pranzo: *riso al sugo di pomodoro – torta di verdura con ricotta*

Merenda per nido: mesi invernali budino alla vaniglia mesi estivi *gelato fiordilatte

CALENDARIO

Dal 21 al 25 settembre dal 2 al 6 novembre dal 14 al 18 dicembre

4° settimana

Lunedì Pranzo: *grano spezzato (bulgur) o cous cous al sugo di pomodoro – spezzatino di tacchino con carote*
Merenda per nido: torta casalinga allo yogurt

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – polpettone di *fagiolini*
Merenda per nido: succo/nettare di frutta con biscotti prima infanzia

Mercoledì Pranzo: *minestra di verdure con riso o farro – bocconcini di pollo gratinati al timo – purea di patate*
Merenda per nido: yogurt alla frutta

Giovedì Pranzo: *pastasciuttina al burro – polpettine di legumi al forno o in casseruola – insalata verde*
Merenda per nido: brioche fresca

Venerdì Pranzo: *pastasciuttina con sugo di pomodoro – mesi invernali tortino di pesce (*halibut) al forno e carote in insalata o lessate mesi estivi filetti di *halibut al verde (finemente sminuzzati per nido) e pomodori in insalata*
Merenda per nido: banana

Tutti i giorni Colazione per bimbi Nido: LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA FRUTTA FRESCA BIO (Ore 10.00 per bimbi Nido)

Mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/ dal 1 al 15 aprile

Mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/maggio/ giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

CALENDARIO

dal 7 al 11 settembre dal 19 al 23 ottobre dal 30 novembre al 4 dicembre

2° settimana

Lunedì Pranzo: *minestra di verdure con riso – pizza margherita*
Merenda per nido: frullato di frutta fresca bio

Martedì Pranzo: **lasagne al sugo di pomodoro – bocconcini di pollo al limone – carote fresche lessate o in insalata*

Merenda per nido: banana

Mercoledì Pranzo: *mesi invernali pasta in brodo di carne mesi estivi pasta all'olio extravergine di oliva – mesi invernali carne di # vitellone bollita tritata e purea di patate mesi estivi uccelletto di # vitellone e patate al forno con timo e origano*

Merenda per nido: brioche fresca

Giovedì Pranzo: *riso al sugo di pomodoro – fesa di tacchino arrosto – mesi invernali finocchi al burro mesi estivi pomodori in insalata*

Merenda per nido: latte fresco bio intero e canestrelli

Venerdì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – filetti di pesce (*merluzzo) al verde con olive e capperi (finemente sminuzzati per nido) – patate lessate*

Merenda per nido: yogurt alla frutta

CALENDARIO

dal 28 settembre al 2 ottobre dal 9 al 13 novembre dal 21 al 23 dicembre

5° settimana

Lunedì Pranzo: *Risotto alla parmigiana – arrosto di lonza – insalata mista (insalata verde e carote)*
Merenda per nido: latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia

Martedì Pranzo: *mesi invernali minestra di verdura con pasta mesi estivi minestra primavera con pasta – pizza margherita*
Merenda per nido: banana

Mercoledì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – Nido: filetti di pesce (*merluzzo) al verde (finemente sminuzzati per nido) Scuola infanzia e adulti: tonno sott'olio – patate lessate*
Merenda per nido: mesi invernali budino alla vaniglia mesi estivi *gelato fiordilatte

Giovedì Pranzo: *mesi invernali pasta in brodo di carne mesi estivi pasta all'olio extravergine di oliva – mesi invernali carne di # vitellone bollita tritata e purea di patate mesi estivi uccelletto di # vitellone e carote fresche in insalata*
Merenda per nido: crostata

Venerdì Pranzo: *pasta al pomodoro – mesi invernali crocchette di patate e ricotta e finocchi lessati mesi estivi **formaggio fresco e pomodori in insalata*
Merenda per nido: yogurt alla frutta

*prodotto surgelato - # carne bovina di vitellone a filiera tracciata o filiera certificata

CALENDARIO

dal 14 al 18 settembre dal 26 al 30 ottobre dal 7 al 11 dicembre

3° settimana

Lunedì Pranzo: *pastasciuttina al ragù di #vitellone – coscia di pollo al forno – mesi invernali: insalata verde mesi estivi: pomodori in insalata*

Merenda per nido: latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – uccelletto di #vitellone – purea di patate*

Merenda per nido: mesi invernali: budino alla vaniglia

mesi estivi: *gelato fiordilatte

Mercoledì Pranzo: *riso al latte – prosciutto cotto di coscia nazionale senza lattati e polifosfati – mesi invernali: patate lessate mesi estivi: zucchine trifolate*

Merenda per nido: brioche fresca

Giovedì Pranzo: *pastasciuttina al sugo di pinoli e erbe aromatiche – mesi invernali: tortino di pesce (*merluzzo) al forno mesi estivi: filetti di pesce (*halibut) al verde (finemente sminuzzati per nido) – carote fresche lessate o in insalata*

Merenda per nido: frullato di frutta fresca bio

Venerdì Pranzo: *minestra di verdure con orzetti – mesi invernali: pizza margherita mesi estivi: **formaggio fresco e pomodori in insalata*

Merenda per nido: yogurt alla frutta

CALENDARIO

dal 5 al 9 ottobre dal 16 al 20 novembre

6° settimana

Lunedì Pranzo: *mesi invernali risotto alla crema di zucca mesi estivi riso all'olio extravergine di oliva – bocconcini di lonza alle mele – insalata mista (insalata verde e carote)*

Merenda per nido: banana

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al sugo di pomodoro – polpettine di # vitellone al forno o in casseruola – mesi invernali zucchine trifolate mesi estivi pomodori in insalata*

Merenda per nido: latte fresco bio intero e canestrelli

Mercoledì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – **formaggio fresco – purea di zucca e patate o carote e patate*
Merenda per nido: brioche fresca

Giovedì Pranzo: *mesi invernali crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con pasta mesi estivi minestra primavera con pasta – bocconcini di pollo gratinati – patate lessate*
Merenda per nido: pane e marmellata

Venerdì Pranzo: *mesi invernali pastasciuttina all'olio extravergine di oliva mesi estivi pastasciuttina alla crema di zucchine – mesi invernali: crocchette di pesce (*merluzzo) al forno e carote fresche in insalata mesi estivi: filetti di pesce (*merluzzo) al verde (finemente sminuzzati per nido) e pomodori in insalata*
Merenda per nido: budino alla vaniglia



Lattanti 12/18 mesi dieta C

CALENDARIO

Dal 1° al 4 settembre dal 12 al 16 ottobre dal 23 al 27 novembre

1° settimana

Lunedì Pranzo: *pastasciuttina al ragù vegetale – bocconcini di tacchino agli aromi – mesi invernali patate lesse mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia*

Martedì Pranzo: *minestra di verdura con pastina integrale – filetti di pesce(*halibut) lessati o al vapore frullati – carote fresche lessate*
Merenda: *yogurt alla frutta*

Mercoledì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – petto di pollo al vapore – mesi invernali purea di patate mesi estivi patate lesse o al forno alternate*
Merenda: *banana*

Giovedì Pranzo: *pastasciuttina all'olio extravergine di oliva – carne trita di # vitellone al vapore – zucchine lessate*
Merenda: *omogeneizzato di frutta con biscotto e miele*

Venerdì Pranzo: *riso al sugo di pomodoro – **formaggio fresco – carote fresche lessate*
Merenda: *dessert al latte per prima infanzia*

CALENDARIO

dal 21 al 25 settembre dal 2 al 6 novembre dal 14 al 18 dicembre

4° settimana

Lunedì Pranzo: *semolino di grano al sugo di pomodoro – tacchino al vapore – carote lessate*
Merenda: *dessert al latte prima infanzia*

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – **formaggio fresco – patate lessate*
Merenda: *succo/nettare di frutta con biscotti prima infanzia*

Mercoledì Pranzo: *minestra di verdure con riso – bocconcini di pollo agli aromi – purea di patate*
Merenda: *yogurt alla frutta*

Giovedì Pranzo: *pastasciuttina al burro – carne trita di # vitellone al vapore – zucchine lessate*
Merenda: *omogeneizzato di frutta con biscotto e miele*

Venerdì Pranzo: *pastasciuttina al sugo di pomodoro – filetti di pesce(*halibut) lessati o al vapore frullati – mesi invernali carote lessate mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *banana*

Tutti i giorni Colazione per bimbi Nido: LATTE DI PROSEGUIMENTO O LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA FRUTTA FRESCA BIO (Ore 10.00)

Mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1 al 15 aprile

Mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/ maggio/ giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

CALENDARIO

dal 7 al 11 settembre dal 19 al 23 ottobre
dal 30 novembre al 4 dicembre

2° settimana

Lunedì Pranzo: *minestra di verdure con riso – **formaggio fresco – patate lesse.*
Merenda: *frullato di frutta fresca bio*

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al sugo di pomodoro – bocconcini di pollo agli aromi – carote fresche lessate*
Merenda: *banana*

Mercoledì Pranzo: *mesi invernali pastina in brodo di carne mesi estivi pasta all'olio extravergine di oliva – mesi invernali carne di # vitellone bollita tritata e purea di patate mesi estivi carne di # vitellone trita al vapore e patate al forno con timo e origano*
Merenda: *omogeneizzato di frutta con biscotto al miele*

Giovedì Pranzo: *riso al sugo di pomodoro – fesa di tacchino arrosto – mesi invernali finocchi al burro a tocchetti mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia*

Venerdì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – filetti di pesce(*merluzzo) al vapore frullati – patate lessate*
Merenda: *yogurt alla frutta*

CALENDARIO

dal 28 settembre al 2 ottobre dal 9 al 13 novembre
dal 21 al 23 dicembre

5° settimana

Lunedì Pranzo: *risotto alla parmigiana – bocconcini di pollo agli aromi – carote fresche lessate*
Merenda: *latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia*

Martedì Pranzo: *mesi invernali minestra di verdure con pasta mesi estivi minestra primavera con pasta – **formaggio fresco – zucchine lessate*
Merenda: *banana*

Mercoledì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – filetti di pesce(*merluzzo) al vapore frullati – patate lessate*
Merenda: *dessert al latte per prima infanzia*

Giovedì Pranzo: *mesi invernali pastina in brodo di carne mesi estivi pasta all'olio extravergine di oliva – mesi invernali carne di # vitellone bollita tritata e purea di patate mesi estivi carne di # vitellone trita al vapore e carote lessate*
Merenda: *omogeneizzato di frutta con biscotto e miele*

Venerdì Pranzo: *pasta al sugo di pomodoro – **formaggio fresco – mesi invernali finocchi lessati mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *yogurt alla frutta*

* prodotto surgelato # carne bovina di vitellone a filiera tracciata o filiera certificata

CALENDARIO

dal 14 al 18 settembre dal 26 al 30 ottobre dal 7 al 11 dicembre

3° settimana

Lunedì Pranzo: *pastasciuttina al ragù di #vitellone – petto di pollo tritato al vapore – mesi invernali carote lessate mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia*

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – carne trita di # vitellone al vapore – purea di patate*
Merenda: *dessert al latte per prima infanzia*

Mercoledì Pranzo: *riso al latte – tacchino al vapore – mesi invernali patate lessate mesi estivi zucchine lessate*
Merenda: *banana*

Giovedì Pranzo: *pastasciuttina all'olio extravergine di oliva – filetti di pesce(*merluzzo) lessati al vapore – carote fresche lessate*
Merenda: *frullato di frutta fresca bio*

Venerdì Pranzo: *minestra di verdura con orzetti – **formaggio fresco – mesi invernali patate e zucchine lessate mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *yogurt alla frutta*

CALENDARIO

dal 5 al 9 ottobre dal 16 al 20 novembre

6° settimana

Lunedì Pranzo: *mesi invernali risotto alla crema di zucca mesi estivi riso all'olio extravergine di oliva – fesa di tacchino al vapore – patate lessate*
Merenda: *banana*

Martedì Pranzo: *pastasciuttina al sugo di pomodoro – carne trita di #vitellone al vapore – mesi invernali zucchine lessate mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia*

Mercoledì Pranzo: *pastasciuttina al pesto – **formaggio fresco – purea di zucca e patate o purea di carote e patate*
Merenda: *omogeneizzato di frutta con biscotto e miele*

Giovedì Pranzo: *mesi invernali passato di patate e carote con pastina mesi estivi minestra primavera con pastina – bocconcini di pollo agli aromi – patate lessate*
Merenda: *succo/nettare di frutta e biscotti prima infanzia*

Venerdì Pranzo: *mesi invernali pastasciuttina all'olio extravergine di oliva mesi estivi pastasciuttina alla crema di zucchine – filetti di pesce(*merluzzo) lessati o al vapore frullati – mesi invernali carote fresche lessate mesi estivi pomodori in insalata*
Merenda: *dessert al latte per prima infanzia*

Lattanti 6/8 mesi dieta "A"

Lunedì Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Omogeneizzato di frutta

Brodo vegetale – Crema di mais e tapioca o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano– omogeneizzato o liofilizzato di coniglio–Merenda : B/D/F

Martedì Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Omogeneizzato di frutta

Brodo vegetale- Pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano– omogeneizzato o liofilizzato di tacchino
Merenda : A/D/E

Mercoledì: Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Omogeneizzato di frutta

Brodo vegetale- Crema di cereali misti o pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano - omogeneizzato o liofilizzato di agnello o omogeneizzato di formaggio
Merenda: A/C/D/E

Giovedì : Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Omogeneizzato di frutta

Brodo vegetale- Crema di mais e tapioca o pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano–omogeneizzato o liofilizzato di manzo
Merenda: A/E/F

Venerdì Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Omogeneizzato di frutta

Brodo vegetale –Crema di cereali misti o pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano– omogeneizzato o liofilizzato di pollo
Merenda : A/C/D



TUTTI I GIORNI

Colazione : LATTE DI PROSEGUIMENTO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA
FRUTTA FRESCA BIO (Ore 10.00)

Mesi invernali: ottobre/novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/aprile

Mesi estivi: maggio/ giugno/luglio/agosto/settembre

Lattanti 6/8 mesi dieta "A"

Legenda

Brodo vegetale 6/8 mesi :patate, zucchine,carote,sedano,lattuga.

Durante l'inserimento al Nido vengono seguite le indicazioni dietetiche del Pediatra e della famiglia del bambino /a.

La dieta viene gradualmente adeguata ai menu proposti dal Nido, salvo diverse prescrizioni pediatriche.

Merende :

A) Yogurt alla frutta frullata

B) Omogeneizzato di frutta

C) Frullato di frutta

D) Merenda pastorizzata yogurt e frutta

E) Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele

F) Farina lattea



Lattanti 9/12 mesi dieta "B"

Legenda

Brodo vegetale 9/12 mesi :patate, zucchine,carote, sedano,lattuga, bietola, zucca.

Durante l'inserimento al Nido vengono seguite le indicazioni dietetiche del Pediatra e della famiglia del bambino /a.

La dieta viene gradualmente adeguata ai menu proposti dal Nido, salvo diverse prescrizioni pediatriche.

Merende :

A) Yogurt alla frutta

B) Omogeneizzato di frutta

C) Frullato di frutta

D) Merenda pastorizzata yogurt e frutta

E) Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele

F) Farina lattea

*prodotto surgelato

#carne bovina di vitellone a filiera tracciata o filiera certificata

Lattanti 9/12 mesi dieta "B"

Lunedì

Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Frutta fresca (mela o banana)

Brodo vegetale – Crema di mais e tapioca o pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano– Carne di vitellone o pollo al vapore

Merenda : B/D/F

Martedì

Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Frutta fresca (mela o banana)

Brodo vegetale- Pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano- Tacchino al vapore

Merenda : A/D/E

Mercoledì

Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Frutta fresca (mela o banana)

Brodo vegetale- Pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano–Parmigiano reggiano o omogeneizzato di pesce

Merenda : A/C/D/E

Giovedì

Latte di proseguimento con biscotti prima infanzia

Frutta fresca (mela o banana)

Brodo vegetale –Pastina primi mesi con olio extravergine di oliva e parmigiano reggiano- Carne di vitellone o pollo al vapore

Merenda : A/E/F

Venerdì

Latte di proseguimento e biscotti prima infanzia

Frutta fresca (mela o banana)

Brodo vegetale- Crema di cereali misti o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano-Petto di pollo al vapore

Merenda : A/C/D

