

COMUNE DI GENOVA – RISTORAZIONE
NIDO D'INFANZIA SEZIONE DIVEZZI (12-36 mesi) E COABITAZIONI
Menu Anno Scolastico 2020-2021

1 SETTIMANA	 PRIMO PIATTO	 SECONDO PIATTO	 CONTORNO	 MERENDA BIMBI NIDO
LUNEDÌ	Pasta al sugo di pinoli ed erbe aromatiche	Tortino di pesce (*merluzzo)	Insalata verde	Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)
MARTEDÌ	Pasta al pesto	Polpettine di legumi	Mesi invernali: carote lessate Mesi estivi: carote in insalata	Pane e olio extra vergine di oliva
MERCOLEDÌ	Minestra di verdure con orzetti	Pizza margherita		Banana
GIOVEDÌ	Mesi invernali: risotto alla crema di zucca Mesi estivi: risotto alla crema di zucchine	Carne di vitellone all'ucelletto	Mesi invernali: bietole lessate Mesi estivi: pomodori in insalata	Mesi invernali: yogurt alla frutta Mesi estivi: *gelato fiordilatte
VENERDÌ	Pasta al sugo pomodoro	Sformato di verdure	Carote in insalata o lessate	Mesi invernali: spremuta di arance e crackers Mesi estivi: frullato di frutta fresca (cucina diretta) frullato pronto (pasti veicolati)

2 SETTIMANA	 PRIMO PIATTO	 SECONDO PIATTO	 CONTORNO	 MERENDA BIMBI NIDO
LUNEDÌ	Minestra di verdure con pasta	Coscia di pollo al forno	Insalata verde	Mousse di frutta
MARTEDÌ	Risotto alla parmigiana	Crocchette di *merluzzo	Mesi invernali: finocchi al burro Mesi estivi: pomodori in insalata	Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)
MERCOLEDÌ	Pasta al ragù di vitellone	Parmigiano reggiano	Mesi invernali: carote e broccoli lessati Mesi estivi: zucchine trifolate	Mesi invernali: focaccia Mesi estivi: *gelato fiordilatte
GIOVEDÌ	Pasta all'olio extra vergine di oliva	Bocconcini di lonza alle mele	Patate al forno o lessate	Banana
VENERDÌ	Pasta al pesto	Hamburger vegetale	Carote lessate o in insalata	Yogurt alla frutta

COMUNE DI GENOVA – RISTORAZIONE
NIDO D'INFANZIA SEZIONE DIVEZZI (12-36 mesi) E COABITAZIONI
Menu Anno Scolastico 2020-2021

3 SETTIMANA	 PRIMO PIATTO	 SECONDO PIATTO	 CONTORNO	 MERENDA BIMBI NIDO
LUNEDÌ	Pasta al sugo di pomodoro	Polpettone di *fagiolini	Insalata verde	Yogurt alla frutta
MARTEDÌ	Mesi invernali: minestra di verdure con pasta Mesi estivi: pasta al ragù vegetale	Mesi invernali: pizza margherita Mesi estivi: mozzarella	Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Mesi invernali: riso al latte Mesi estivi: riso all'olio extra vergine di oliva	Bocconcini di pollo olive e pinoli	Bietole al vapore	Pane e olio extra vergine di oliva
GIOVEDÌ	Pasta al pesto	Arrosto di lonza	Patate al forno o lessate	Mesi invernali: yogurt alla frutta Mesi estivi: *gelato fiordilatte
VENERDÌ	Mesi invernali: crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con orzetti Mesi estivi: minestra primavera con orzetti	Nido: filetti di *merluzzo al verde Coabitazioni: filetti di *merluzzo gratinato	Mesi invernali: carote lessate Mesi estivi: zucchine trifolate	Banana

4 SETTIMANA	 PRIMO PIATTO	 SECONDO PIATTO	 CONTORNO	 MERENDA BIMBI NIDO
LUNEDÌ	Pasta al sugo di pomodoro	Arrosto di tacchino	Mesi invernali: broccoli al vapore Mesi estivi: pomodori in insalata	Frullata di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)
MARTEDÌ	Mesi invernali: pasta in brodo di carne di vitellone Mesi estivi: pasta con polpettine di vitellone al sugo di pomodoro – zucchine trifolate	Bollito di vitellone	Mesi invernali: purea di patate	Banana
MERCOLEDÌ	Pasta al pesto	Filetti di *merluzzo al verde con olive e capperi	Carote in insalata o lessate	Yogurt alla frutta
GIOVEDÌ	Mesi invernali: crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con orzetti Mesi estivi: minestra primavera con orzetti	Stracchino	Mesi invernali: *fagiolini saltati Mesi estivi: pomodori in insalata	Focaccia
VENERDÌ	Riso all' olio extra vergine di oliva	Frittatina di farina di ceci e verdure	Mesi invernali: carote lessate Mesi estivi: carote in insalata	Frutta fresca di stagione

COMUNE DI GENOVA – RISTORAZIONE
NIDO D'INFANZIA SEZIONE DIVEZZI (12-36 mesi) E COABITAZIONI
Menu Anno Scolastico 2020-2021

NOTE

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 – per il gelato il periodo estivo è da maggio a settembre

* prodotto surgelato - in caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

** latte intero fresco o pastorizzato ad alte temperature

TUTTI I GIORNI

Colazione per bimbi nido: **latte intero e biscotti prima infanzia

Ore 10.00 frutta fresca

INDICAZIONI TAGLIO ALIMENTI PER I BIMBI NIDO E SCUOLAINFANZIA IN COABITAZIONE

Non tagliare nessun alimento a rondelle

Tagliare la mozzarella a piccoli dadini

Sminuzzare finemente il pesce

Tagliare a piccoli pezzetti: carote, finocchi, pomodori, olive, mele e pere

Inoltre per i bimbi semidivezzi:

Utilizzare pasta di piccolo formato per i primi piatti asciutti

Confezionare adeguatamente i secondi piatti, contorni crudi e cotti e frutta (tritati, frullati o ridotti in piccoli pezzetti).

In particolare le carote devono essere tagliate a piccoli triangoli o schiacciate, l'insalata (lattuga) deve essere tagliata finemente.

Caratteristiche dei prodotti utilizzati per la preparazione dei pasti

Carne bovina 15% di produzione biologica – 85% prodotto tradizionale italiano (PAT), a filiera tracciata o certificata.

Prodotti BIO

100%: frutta fresca, purea di frutta, succhi e nettare di frutta, latte, pasta, riso, pomodori e prodotti trasformati, formaggio fresco, uova pastorizzate e yogurt

In percentuale variabile: verdura e ortaggi, legumi, patate, farina, cereali, pane e prodotti da forno, olio extra vergine di oliva

20% pesce da acquacoltura biologica o pesca sostenibile

Prodotti DOP: parmigiano reggiano e basilico

Prodotti di Provenienza Italia: pomodori pelati, passata e polpa di pomodoro, carni avicole, prosciutto cotto, olio extra vergine di oliva

Le Imprese inoltre, in virtù delle offerte di gara, utilizzano ulteriori alimenti BIO, DOP e di Provenienza Italia

Redazione: Ufficio Nutrizione e Dietetica - Dietiste: Cinzia Pellegrini – Mariateresa Marrella

Approvato dalla Asl 3 Liguria Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Data di emissione: settembre 2020