

SCUOLA DELL'INFANZIA
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
1^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

PANE E MARMELLATA

(pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE

(pastina gr. 30, parmigiano 5 gr., olio d'oliva 5 gr.,
brodo vegetale, aromi e sale q.b.)

PETTO DI POLLO AL LIMONE

(carne di pollo 70 gr., olio d'oliva 5 gr., farina, limone, aromi e sale q.b.)

PUREA DI PATATE

(patate 110 gr., latte parz. scr. 20 gr., parmigiano 7 gr., burro 5 gr.,
aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

TORTA MARGHERITA

(torta 30 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

GNOCCHI ALLA ROMANA

(semola 40 gr., latte parz. scr. 10 gr., besciamella (latte p.scr 10 gr.,
farina 5 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., acqua e sale q.b.)

AFFETTATO DI TACCHINO

(affettato di tacchino 60 gr.)

BROCCOLI ALL'OLIO

(broccoli freschi o surgelati 60 gr; olio d'olive 5 gr, aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

YOGURT

(125 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

PIZZA MARGHERITA

(farina 40 gr., pomodori pelati 40 gr., mozzarella 60 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., acqua, lievito, aromi e sale q.b.)

CAROTE ALL'OLIO

(costine fresche o surgelate 60 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

PANE E PROSCIUTTO

(pane 25 gr., prosciutto 10 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

RISO CON CREMA DI ZUCCHINE

(riso 40 gr., parmigiano 7 gr., olio di oliva 5 gr., zucchine 20 gr., aromi q.b.)

FRITTATA DI PATATE COTTA AL FORNO

(uova past. 50 gr., patate 30 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

PISELLI ALL'OLIO

(piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr.,
aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

BUDINO ALLA VANIGLIA

(budino 120 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E CIOCCOLATO

(pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)

PRANZO:

PASTA AL PESTO

(pasta 40 gr., pesto 10 gr., parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)

FILETTI DI PESCE ALLA MEDITERRANEA

(filetti di pesce 90 gr., pomodori pelati 20 gr.,
olio d'oliva 5 gr verdure (sedano, carota, ecc.) 15 gr., aromi e sale q.b.)

COSTINE ALL'OLIO

(costine freschi o surgelati 60 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

FRUTTA

(frutta fresca di 120 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA MATERNA di Chiusa di San Michele
Via Ex Combattenti 10, 10050 Chiusa di San Michele (TO)
SCUOLA DELL'INFANZIA
MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)
2^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA (frutta fresca d stagione 120 gr.)

PRANZO:

PASTA AL POMODORO (pasta 40 gr., pomodori pelati 40 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., basilico e sale q.b.)

CROCCHETTE DI MAGRO COTTE AL FORNO (ricotta 40 gr., spinaci 30 gr., patate 15 gr., uova past. 1x10, parmigiano
7 gr., olio di oliva 5 gr., pangrattato aromi, q.b.)

CAROTE ALL'OLIO (carote fresche o surgelate gr. 60, olio d'oliva gr 7, aromi e sale q.b.).

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.9

MERENDA:

TORTA MARGHERITA (30 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.) (.)

PRANZO:

RISO CON PISELLI (riso 40 gr., parmigiano 7 gr., piselli 20 gr., verdure miste., olio d'oliva 5
gr., brodo vegetale, aromi e sale q.b.)

BASTONCINI DI PESCE AL FORNO (filetti di pesce 90 gr , pangrattato, olio d'oliva, aromi e sale q.b.)

INSALATA FINOCCHI (finocchi 60 gr., olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

BUDINO AL CIOCCOLATO (budino 120 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

YOGURT (yogurt alla frutta 120 gr.)

PRANZO:

PASTA OLIO E PARMIGIANO (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)

FRITTATA DI VERDURE COTTA AL FORNO (uova past 50 gr. verdure fresche o surgelate 30 gr., latte parz. scr.
10 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 g.r, aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO (piselli freschi o surgelati 80 gr, pomodori pelati 20 gr. ,olio d'oliva 5 gr.
aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

VELLUTATA DI PORRI E ZUCCA CON CROSTINI (crostini 20 gr., porri e zucca 60 gr.,
patate 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

BOCCONCINI DI TACCHINO IN UMIDO (carne di tacchino 70 gr. , pomodori pelati 20 gr.,
sedano, carote, cipolle 15 gr., olio d'oliva 5 gr., brodo vegetale, aromi e sale q.b.)

PATATE E VERDURE ALL'OLIO (patate 40 gr., carote 30 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione)

MERENDA:

PANE E PROSCIUTTO (pane 25 gr. , prosciutto cotto 10 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E CIOCCOLATO (pane 25 gr., cioccolato 10 gr.)

PRANZO:

PASTA POMODORO E RICOTTA (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr. , ricotta 20 gr.,
pomodori pelati 30 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

PROSCIUTTO COTTO (affettato di prosciutto cotto 60 gr.)

INSALATA VERDE (insalata verde di stagione 40 gr. ,olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

PANE A PRANZO 40 GR.

SCUOLA DELL'INFANZIA

MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)

3^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

YOGURT

(yogurt alla frutta 125 gr.)

PRANZO:

PASSATO DI LEGUMI CON CROSTINI

(crostini 20 gr, verdure miste fresche o surgelate 60 gr.,
patate 40 gr., legumi secchi 10 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FILETTI DI NASELLO AL PREZZEMOLO

(nasello 90 gr., olio d'oliva , prezzemolo e sale q.b.)

PATATE E PISELLI ALL'OLIO

(patate 60 gr., piselli freschi o surgelati 40 gr. , olio d'oliva 5 gr.,
aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

CROSTATATA

(crostata 30 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E CIOCCOLATO

(pane 25 gr., cioccolato)

PRANZO:

RISOTTO OLIO E PARMIGIANO

(pasta 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)
(60 gr.)

TOMINI FRESCHI

(carote 60 gr. , pomodori pelati 20 gr., olio d'oliva 5 gr. ,aromi e sale q.b.)

CAROTE IN UMIDO

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

FRUTTA

MERENDA:

BUDINO ALLA VANIGLIA

(budino 125 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI MATTINA

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

PASTA GRATINATA AL FORNO

(pasta 40 gr. , pomodori 40 gr., besciamella 10 gr., parmigiano 7 gr.,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

PETTO DI POLLO AL LIMONE

(carne di pollo 70 gr., olio d'oliva 5 gr., , limone
farina aromi e sale q.b.)

INSALATA VERDE

(insalata verde di stagione 40 gr., ,olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto ,sale q.b.)
(frutta fresca di stagione 120 gr.)

FRUTTA

MERENDA:

PANE E PROSCIUTTO

(pane 25 gr., prosciutto cotto 10 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 gr.)

PRANZO:

PASTA AL SUGO

(pasta 40 gr., pomodori pelati 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr.,
brodo , aromi e sale q.b.)
(60 gr.)

AFFETTATO DI PROSCIUTTO COTTO

VERDURE MISTE BRASATE

(piselli freschi o surgelati 30 gr, , carote 20 gr., piselli 30gr.,
olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 g.)

MERENDA:

FRUTTA

(frutta fresca di stagione 120 g.,)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E MARMELLATA

(pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

PASTA BURRO E SALVIA

(pasta 40 gr.,40 gr., parmigiano 7 gr., burro 5 gr., salvia e sale q.b.)

FRITTATA CON VERDURE COTTA AL FORNO

(uova past. 50 gr., verdure fresche
o surgelate 30 gr., latte parz. scr.10 gr., parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)
(piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr, aromi e sale q.b.)

PISELLI IN UMIDO

(frutta fresca di stagione 20 gr)

FRUTTA

MERENDA:

YOGURT

(yogurt alla frutta 125 gr.)

SCUOLA DELL'INFANZIA

MENU' INVERNALE (Ottobre, Novembre, Dicembre, Gennaio)

4^ SETTIMANA

LUNEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr)

PRANZO:

PASTA POMODORI E OLIVE (pasta 40 gr., olive 10 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., pomodori 30 gr., aromi e sale q.b.)

LONZA DI SUINO AL LIMONE (carne di maiale 70 gr., olio d'oliva 5 gr., limone, aromi e sale q.b.)

INSALATA VERDE (insalata verde di stagione 40 gr., olio d'oliva 5 gr., aceto e/o limone, sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

CROSTATATA (30 gr.)

MARTEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E MARMELLATA (pane 25 gr., marmellata 15 gr.)

PRANZO:

RISOTTO ALLE VERDURE (riso 40 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., verdure fresche o surgelate 30 gr., aromi e sale q.b.)

AFFETTATO DI TACCHINO CON OLIO E LIMONE (affettato di tacchino 60 gr., olio 5 gr., limone q.b.)

SPINACI ALL'OLIO (spinaci 60 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi, e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

YOGURT (yogurt alla frutta 125 gr.)

MERCOLEDI'

SPUNTINO DI MATTINA

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr)

PRANZO:

VELLUTATA DI ZUCCA CON ORZO (orzo 20 gr., patate 40 gr., porri e zucca 60 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FILETTI DI MERLUZZO ALLA LIVORNESE (filetti di merluzzo 90 gr., pomodori pelati 20 gr.,

olio d'oliva 5 gr., cipolle 10 gr., olive 5 gr., aromi e sale q.b.)

PUREA DI PATATE E CAROTE (patate 60 gr., carote 30 gr., burro 5 gr., latte parz. scr. 20 gr.,

parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

PANE E PROSCIUTTO (pane 30 gr., prosciutto 10 gr.)

GIOVEDI'

SPUNTINO DI META' MATTINO:

YOGURT ALLA FRUTTA (yogurt 125 gr.)

PRANZO:

PASTA CON VERDURE (pasta 40 gr., parmigiano 7 gr., pomodori 40 gr., verdure 30 gr., aromi e sale q.b.)

OMELETTE AL FORMAGGIO (uova past. 50 gr., formaggio fresco (mozzarella o crescenza)

10 gr., parmigiano 7 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

(piselli freschi o surgelati 80 gr., olio d'oliva 5 gr., aromi e sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

VENERDI'

SPUNTINO DI META' MATTINA:

PANE E CIOCCOLATO (pane 25 gr., cioccolato 10 gr)

PRANZO:

PASTA AL PESTO (pasta 40 gr., pesto 10 gr., parmigiano 7 gr., aromi e sale q.b.)

FORMAGGIO STRACCHINO (stracchino 60 gr)

INSALATA DI FINOCCHI (finocchi 60 gr., olio d'oliva 5 gr., limone e/o aceto, sale q.b.)

FRUTTA (frutta fresca di stagione 120 gr.)

MERENDA:

BUDINO ALLA VANIGLIA (budino 120 gr)

PANE A PRANZO 40 GR.