



Asilo Oasi dei Sogni

MENU' ESTIVO anno scolastico 2016/2017

- Bimbi da 12 a 36 mesi



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1° Settimana	Pasta alla norma; polpettone fagiolini* all'olio	Pasta con piselli* e prosciutto; frittata di spinaci* con carote;	Pasta al tonno formaggio morbido e prezzemolo; cuori di merluzzo* panati con pomodori ad insalata	Risotto al pomodoro; scaloppine di pollo al limone con carotine	Pasta al pesto verde Cotoletta di vitella Patatine al forno
2° Settimana	Cous cous di verdure; pollo al latte; patatine prezzemolate	Pasta con lenticchie; omelette al prosciutto con bieta*;	Pasta con il pomodoro involtoni di carne con zucchine gratinate;	Pasta fredda pomodoro tonno e basilico Bastoncini* di pesce con piselli*;	Lasagne con il ragu'; stracchino con carotine alla julienne;
3° Settimana	Pasta al pesto di fagiolini*; hamburger di tacchino insalatina	Pasta e fagioli; frittata al parmigiano con verdure al forno (zucchine, melanzane, carote);	Risotto ai formaggi; straccetti con il pomodoro fagiolini*all'olio	Insalata di riso vegetale (pomodorini, zucchine, carote, mais, basilico) Polpettine di merluzzo* con zucchine gratinate	Pasta con prosciutto e formaggio morbido barchette di melanzane con il tritato
4° Settimana	Pasta con la ricotta; petti di pollo panati con zucchine gratinate;	Orzo alla crudaiola (pomodorini, mais, carotine, basilico) polpette di ricotta con fagiolini* all'olio;	Pasta rossa con il tonno Frittatina con le patatine Carotine julienne	Cous cous di verdure; involtoni di carne al formaggio; insalata di pomodori	Lasagna al ragu' vegetale; merluzzo* gratinato con piselli*;

--	--	--	--	--	--

Note: * potrebbero essere surgelati

Grammature Alimenti:
Riso/pasta 40/50 gr ;
Carne 50 gr ;
Prosciutto cotto 50 gr ;
Pesce 70 gr ;
Formaggio 40/50 gr ;
Uovo n 1
Verdura 100/150 gr; Frutta 100/150 gr;
Pane 30 gr ;
Parmigiano 8/10 gr;
Olio extra vergine di oliva 8/10 gr ;

Gli Spuntini	Le Merende
Lunedì: Frutta di stagione	Lunedì: Yogurt + due biscotti
Martedì: Frutta di stagione	Martedì: Pane e olio/ Pane e pomodoro
Mercoledì: Frutta di stagione	Mercoledì: Gelatino alla banana/vaniglia
Giovedì: Frutta di stagione	Giovedì: Yogurt + due biscotti
Venerdì: Frutta di stagione	Venerdì: Pane e olio/ Pane e pomodoro

La **Frutta** di stagione va alternata tra mele, pere, banane, kiwi, arancia e mandarini.

Nel vitto giornaliero è compreso il pane e la frutta di stagione