

**ROMA**



Dipartimento Servizi Educativi e Scolastici, Politiche della Famiglia e dell'Infanzia  
Direzione Servizi di Supporto al Sistema Educativo Scolastico

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica a ridotto impatto ambientale nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 25 luglio 2011. Lotti prestazionali e territoriali n. 15  
Periodo 1 settembre 2017 - 31 luglio 2020:

## **MENU' NIDI estivo e invernale con RICETTE**

2.MENU ESTIVO ED INVERNALE SPUNTINO-MERENDA-CESTINO FREDDO

**2.1. MENU ESTIVO (01/04 - 31/10) NIDO 7 - 8 MESI**

SPUNTINO Ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca									
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
<b>LUNEDÌ</b>	<b>N 15</b> Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 15</b> Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 3 Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 1 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 15</b> Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 17 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 5</b> Brodo vegetale con passato di verdure e pasta Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento
<b>MARTEDÌ</b>	N 1 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 11 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 11 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 5</b> Brodo vegetale con passato di verdure e pasta Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 11</b> Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 1 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento
<b>MERCOLÈ</b>	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 3</b> Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 1 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 15</b> Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pasta Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 9</b> Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso Merenda: Latte di proseguimento	N 1 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 13 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso Merenda: Latte di proseguimento
<b>GIOVEDÌ</b>	N 11 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 11</b> Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 1 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 15 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pasta Merenda: Latte di proseguimento	<b>N 5</b> Brodo vegetale con passato di verdure e pasta Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 19 Crema di carote con semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento
<b>VENERDÌ</b>	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 15 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 17 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino Merenda: Latte di proseguimento	N 11 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 5 Brodo vegetale con passato di verdure e pasta Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 7 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 11 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pasta Merenda: Latte di proseguimento	N 3 Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento
INDICAZIONI									
<p>I menu non deve essere inteso in modo rigido e immutabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composizione del pasto consumato al nido in questa fascia di età, in quanto alcuni bambini potrebbero non aver ancora assunto gli alimenti previsti nel menu. A tale proposito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare.</p> <p>I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo presenziane del Pediatra</p>									

2.2 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) 7 - 8 MESI

SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
L U N E D I	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 6 Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 16 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 20 Crema di zucca con pastina Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 2 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 18 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino Merenda: Latte di proseguimento	N 2 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 6 Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento
M A R T E D I	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 16 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 18 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 4 Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 2 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 10 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso Merenda: Latte di proseguimento
M E R C O L E D I	N 4 Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 2 Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 16 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 4 Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento
G I O V E D I	N 6 Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 10 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso Merenda: Latte di proseguimento	N 19 Crema di carote con semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 18 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino Merenda: Latte di proseguimento
V E N E R D I	N 14 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 14 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio Merenda: Latte di proseguimento	N 12 Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 8 Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento	N 16 Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Merenda: Latte di proseguimento	N 6 Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Liofilizzato/omogeneizzato di agnello Merenda: Latte di proseguimento

INDICAZIONI

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immutabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composizione del pasto consumato al nido in questa fascia di età, in quanto alcuni bambini potrebbero non aver ancora assunto gli alimenti previsti nel menu. A tale proposito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare. I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo prescrizione del Pediatra



2.3 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 9-12 MESI

Ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
L U N E D I	N 21	N 32	N 23	N 24	N 47	N 42	N 34	N 32	N 24
	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Fesa di tacchino al vapore tritata/ omogeneizzato di coniglio Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Ricotta Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: yogurt	Pastina all'olio e parmigiano Petto di pollo al vapore tritato/ omogeneizzato di pollo Purea di carote Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Parmigiano Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Parmigiano Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: yogurt
	N 24	N 22	N 48	N 40	N 24	N 30	N 40	N 23	N 32
	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Filetti di platessa al vapore tritati/ omogeneizzato di platessa Pane Merenda: Latte di proseguimento	Pastina all'olio e parmigiano Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo Purea di carote e zucchine Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Filetti di merluzzo al vapore tritati/ omogeneizzato di trota Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Robiola Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Robiola Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Carne di maiale al vapore tritata / omogeneizzato prosciutto Pane Merenda: Latte di proseguimento
M A R T E D I	N 30	N 23	N 24	N 34	N 22	N 23	N 24	N 30	N 42
	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Filetti di nasello al vapore tritati/ omogeneizzato di nasello Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Robiola Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Parmigiano Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Filetti di limanda al vapore tritati / omogeneizzato di salmone Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Ricotta Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Filetti di platessa al vapore tritati/ omogeneizzato di platessa Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Pane Merenda: Latte di proseguimento
M E R C O L E D I	N 40	N 35	N 40	N 22	N 33	N 32	N 50	N 24	N 45
	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Filetti di spigola al vapore tritati/ omogeneizzato di spigola Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Robiola Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Fesa di tacchino al vapore tritata/ omogeneizzato di tacchino Pane Merenda: Latte di proseguimento	Pastina all'olio e parmigiano Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo Purea di zucchine Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: Latte di proseguimento	Crema di carote con semolino Filetti di merluzzo al vapore tritati/ omogeneizzato di nasello Pane Merenda: yogurt
V E N E R D I	N 34	N 42	N 30	N 32	N 40	N 24	N 30	N 40	N 23
	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Parmigiano Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Filetti di merluzzo al vapore tritati/ omogeneizzato di trota Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Fesa di tacchino al vapore tritata/ omogeneizzato di tacchino Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Tuorlo di uovo sodo Pane Merenda: yogurt	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino Filetti di limanda al vapore tritati/ omogeneizzato di orata Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina Pane Merenda: Latte di proseguimento	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina Ricotta Pane Merenda: Latte di proseguimento

INDICAZIONI

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immutabile, ma come uno schema generale che fornisce le indicazioni per la composizione del pasto consumato al nido in questa fascia di età, in quanto alcuni bambini potrebbero non aver ancora assunto gli alimenti previsti nel menu. A tale proposito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare.  
 Somministrare omogeneizzati di carne/pesce solo se non sono stati ancora inseriti carne fresca e pesce surgelato, secondo prescrizione pediatrica.  
 Rispettare l'alternanza prevista nel menu delle tipologie di carne fresca, pesce surgelato, omogeneizzati di carne e pesce.  
 I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo prescrizione del Pediatra

## 2.4 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 9-12

Ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca									
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
L U N E D I	N 39	N 25	N 43	N 46	N 29	N 36	N 44	N 27	N 25
	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Crema di zucca con pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
	Tuorio di uovo sodo	Carne di bovino al vapore tritata/omogeneizzato di manzo		Parmigiano	Tuorio di uovo sodo	Petto di pollo al vapore tritato/omogeneizzato di pollo		Crescenza	Carne di maiale al vapore tritata/omogeneizzato di prosciutto
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento
M A R T E D I	N 41	N 26	N 39	N 36	N 27	N 26	N 29	N 49	N 26
	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Pastina all'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
		Filetti di platessa al vapore tritati/omogeneizzato di platessa	Tuorio di uovo sodo	Petto di pollo al vapore tritato/omogeneizzato di coniglio	Crescenza	Filetti di merluzzo al vapore tritati/omogeneizzato di salmone	Tuorio di uovo sodo	Carne di bovino al vapore tritata/omogeneizzato di manzo	Filetti di merluzzo al vapore tritati/omogeneizzato di trota
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Purea di zucca	Pane
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt
M E R C O L E D I	N 27	N 39	N 27	N 41	N 31	N 29	N 36	N 41	N 29
	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
	Ricotta	Tuorio di uovo sodo	Crescenza		Filetti di nasello al vapore tritati/omogeneizzato di nasello	Tuorio di uovo sodo	Carne di agnello al vapore tritata/omogeneizzato di agnello		Tuorio di uovo sodo
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento
G I O V E D I	N 47	N 41	N 45	N 39	N 41	N 38	N 27	N 31	N 44
	Pastina all'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Crema di carote con semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino
	Petto di tacchino al vapore tritato/omogeneizzato di tacchino		Filetti di merluzzo al vapore tritati/omogeneizzato di nasello	Tuorio di uovo sodo		Prosciutto cotto tritato/omogeneizzato prosciutto	Ricotta	Filetti di limanda al vapore tritati/omogeneizzato di orata	
	Purea di carote								
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt
V E N E R D I	N 26	N 37	N 25	N 26	N 47	N 41	N 31	N 29	N 28
	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Pastina all'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
	Filetti di limanda al vapore tritati/omogeneizzato di salmone		Carne di maiale al vapore tritata/omogeneizzato di prosciutto	Filetti di spigola al vapore tritati/omogeneizzato di spigola	Carne di bovino al vapore tritata/omogeneizzato di manzo		Filetti di platessa al vapore tritati/omogeneizzato di platessa	Tuorio di uovo sodo	Parmigiano
	Purea di carote								
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento

## INDICAZIONI

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immutabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composizione del pasto consumato al nido in questa fascia di età, in quanto alcuni bambini potrebbero non aver ancora assunto gli alimenti previsti nel menu. A tale proposito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare.

Somministrare omogeneizzati di carne/pesce solo se non sono stati ancora usati come frutta e pesce surgelato, secondo prescrizione pediatrica.

Rispettare l'alternanza prevista nel menu delle tipologie di carne fresca, pesce surgelato, omogeneizzati di carne e pesce

I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo prescrizione del Pediatra



2.5 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 13 - 18 mesi - 19 -24 mesi

SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca									
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
L U N E D I	N 124 - Riso alla parmigiana	N 116 - Pasta (lumachine) al ragù vegetale	N 122 - Pasta (gramigna) e patate	N 113 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	N 111 - Pasta (mezze penne rigate) al burro e parmigiano	N 105 - Crema di lenticchie con rso	N 112 - Pasta (pipe piccole rigate) al pesto delicato	N 122 - Pasta (ditalini ngati) e patate	N 118 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano
	N 205 - Bocconcini di tacchino	N 227 - Polpettone goloso di bovino	N 210 - Caciotta dolce	N 214 - Frittata	N 231 - Straccetti di pollo cremolati		N 213 - Robiola	N 201 - Arrosto di bovino	N 214 - Frittata
	N 303 - Carote al tegame	N 317 - Purea di patate	N 313 - Insalata di pomodori	N 318 - Spinaci all'olio	N 309 - Fagiolini all'olio	N 304 - Carote all'olio	N 313 - Insalata di pomodori	N 318 - Spinaci all'olio	N 308 - Fagiolini al pomodoro
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 508 pane (a fette) e pomodoro	Merenda: N 506 latte e fette biscottate	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta
M A R T E D I	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana	N 103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	N 131 - Risotto con zucchine	N 118 - Pasta (mezze farfalle) all'olio e parmigiano	N 103 - Crema di fagioli con pasta (ditalini rigati)	N 114 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro fresco e basilico	N 127 - Risotto allo zafferano
	N 233 - Uova strapazzate	N 209 - Filetti di platessa gratinati	N 226 - Polpettone di bovino		N 233 - Uova strapazzate	N 219 - Medaglioni di merluzzo		N 212 - Provolone dolce	N 224 - Polpette di carne mista al pomodoro
	N 316 - Patate all'olio	N 318 - Spinaci all'olio	N 315 - Patate al tegame	N 322 - Zucchine-gratinate	N 314 - Patate al forno	N 313 - Insalata di pomodori	N 302 - Bieta al pomodoro	N 320 - Tortino di zucchine	N 318 - Spinaci all'olio
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N505 latte e biscotti	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N505 latte e biscotti
M E R C O L E D I	N 114 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro fresco e basilico	N 107 - Crema di verdure con pasta (corallini)	N 125 - Risotto al pomodoro	N 112 - Pasta (lumachine) al pesto delicato	N 113 - Pasta (pipe piccole rigate) al pomodoro	N 107 - Crema di verdure con pasta (stelline)	N 113 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro	N 109 - Crema di verdure con riso	N 104 - Crema di lenticchie con pasta (conchigliette)
	N 220 - Medaglioni di naselio	N 213 - Robiola	N 233 - Uova strapazzate	N 212 - Provolone dolce	N 218 - Medaglioni di limanda	N 232 - Tortino di patate	N 217 - Frittata con zucchine	N 209 - Fietti di platessa gratinati	
	N 323 - Zucchine trifolate	N 313 - Insalata di pomodori	N 301 - Bieta all'olio	N 303 - Carote al tegame	N 301 - Bieta all'olio			N 316 - Patate all'olio	N 322 - Zucchine gratinate
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice
G I O V E D I	N 102 - Crema di ceci con pasta (semi di melone)	N 114 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro fresco e basilico	N 103 - Crema di fagioli con pasta (stelline)	N 127 - Risotto allo zafferano	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini ngati)	N 113 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro	N 116 - Pasta (stortini) al ragù vegetale	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 101 - Crema di carote con pasta (corallini)
	N 313 - Insalata di pomodori	N 217 - Frittata con zucchine		N 221 - Medaglioni di spigola	N 213 - Robiola	N 230 - Sfornato di tacchino con carote	N 223 - Polpette di bovino al pomodoro	N 233 - Uova strapazzate	N 219 - Medaglioni di merluzzo
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 303 - Carote al tegame	N 309 - Fagiolini all'olio	N 313 - Insalata di pomodori		N 312 - Insalata cappuccina	N 313 - Insalata di pomodori	N 315 - Patate al tegame
		Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N505 latte e biscotti
V E N E R D I	N 112 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto delicato	N 129 - Risotto con crema di piselli	N 121 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	N 107 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	N 132 - Timballo di pasta (mezze penne rigate)	N 123 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	N 131 - Risotto con zucchine	N 103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	N 117 - Pasta (lumachine) al sugo di trota
	N 210 - Caciotta dolce	N 204 - Bocconcini di pollo con crema di lattuga	N 219 - Medaglioni di merluzzo	N 203 - Arrosto di tacchino		N 214 - Frittata	N 218 - Medaglioni di limanda		N 222 - Mozzarella
	N 309 - Fagiolini all'olio		N 312 - Insalata cappuccina	N 315 - Patate al tegame	N 323 - Zucchine trifolate	N 318 - Spinaci all'olio	N 317 - Purea di patate	N 304 - Carote all'olio	N 313 - Insalata di pomodori
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 506 latte e fette biscottate	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N505 latte e biscotti	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte

Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi cotti e crudi devono essere sminuzzati

Indicazioni fascia 13/18 mesi. Eventuali sostituzioni: fagiolini e carote julienne con carote all'olio; insalata cappuccina con bieta all'olio; bocconcini/arrosti di carne con polpette; Mozzarella - provolone - caciotta con robiola

2.5 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 13 - 18 mesi - 19 -24 mesi

<p>N 601          Composizione cestino freddo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di prosciutto cotto</li> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce</li> <li>• 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g</li> <li>• 1 confezione di polpa di frutta da 100 g</li> <li>• 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 mL</li> </ul> <p>Spuntino di metà mattina da inserire:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 confezione di polpa di frutta da 100 g</li> </ul>
<p>N.B.I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata</p>	





2.6 MENU INVERNALE (01/11-31/03) NIDO 13 - 18 mesi - 19 -24 mesi

SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
L U N E D I	N 113 - Pasta (lumachine) al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 309 A - Fagiolini all'olio N 402 - Pane	N 132 - Timballo di pasta (mezze conchiglie rigate) N 304 - Carote all'olio N 402 - Pane	N 104 - Crema di lenticchie con pasta (stelline) N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 110 - Crema di zucca con pasta (puntine) N 210 - Caciotta dolce N 316 - Patate all'olio N 402 - Pane	N 122 - Pasta (corallini) e patate N 214 - Frittata N 308 A - Fagiolini al pomodoro N 402 - Pane	N 116 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù vegetale N 231 - Straccetti di pollo cremolati N 307 - Cavolfiori gratinati N 402 - Pane	N 104 - Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati) N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	N 120 - Pasta (conchigliette) con zucca N 212 - Provolone dolce N 315 - Patate al tegame N 402 - Pane	N 124 - Riso alla parmigiana N 224 - Polpette di carne mista al pomodoro N 303 - Carote al tegame N 402 - Pane
	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 510 spremuta di arancia e ciambellone	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 509 polpa di frutta
M A R T E D I	N 102 - Crema ceci con pasta (ditalini rigati) N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	N 130 - Risotto con zucca 209 - Filetti di platessa gratinati N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 118 - Pasta (mezze penne rigate) all'olio e parmigiano N 215 - Frittata con carciofi N 402 - Pane	N 123 - Pasta (mezzi fusilli) rosa N 204 - Bocconcini di pollo con crema di lattuga N 402 - Pane	N 108 - Crema di verdure con pasta (gramigna) N 211 - Crescenza N 314 - Patate al forno N 402 - Pane	N 124 - Riso alla parmigiana N 219 - Medaglioni di merluzzo N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 108 - Crema di verdure con pasta (semi di melone) N 233 - Uova strapazzate N 317 - Purea di patate N 402 - Pane	N 118 - Pasta (gnocchetti sardi) all'olio e parmigiano N 227 - Polpettone goloso di bovino N 308 A - Fagiolini al pomodoro N 402 - Pane	N 113 - Pasta (stortini) al pomodoro N 219 - Medaglioni di merluzzo N 301 - Bieta all'olio N 402 - Pane
	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt
M E R C O L E D I	N 128 - Risotto con crema di lattuga N 229 - Ricotta N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 113 - Pasta (stortini) al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 309 A - Fagiolini all'olio N 402 - Pane	N 126 - Risotto al ragù di carne N 222 - Mozzarella N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (semi di melone) N 302 - Bieta al pomodoro N 402 - Pane	N 111 - Pasta (lumachine) al burro e parmigiano N 206 - Crocchette di nasello N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 108 - Crema di verdure con pasta (puntine) N 233 - Uova strapazzate N 314 - Patate al forno N 402 - Pane	N 129 - Risotto con crema di piselli N 225 - Polpettone di agnello N 303 - Carote al tegame N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini) N 312 - Insalata cappuccina N 402 - Pane	N 112 - Pasta (mezze conchiglie rigate) al pesto delicato N 216 - Frittata con patate N 402 - Pane
	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 510 spremuta di arancia e ciambellone	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice
G I O V E D I	N 108 - Crema di verdure con pasta (gramigna) N 208 - Fesa di tacchino al limone N 317 - Purea di patate N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini) N 301 - Bieta all'olio N 402 - Pane	N 101 - Crema di carote con pasta (conchigliette) N 219 - Medaglioni di merluzzo N 315 - Patate al tegame N 402 - Pane	N 125 - Risotto al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (ditalini rigati) N 305 - Carote julienne N 402 - Pane	N 113 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro N 228 - Prosciutto cotto N 319 - Tortino di zucca N 402 - Pane	N 117 - Pasta (mezzi fusilli) al sugo di trota N 207 - Crocchette di ricotta e spinaci N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 128 - Risotto con crema di lattuga N 218 - Medaglioni di limanda N 304 - Carote all'olio N 402 - Pane	N 104 - Crema lenticchie con pasta (stelline) N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane
	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 507 Pane (a fette) e olio	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti
V E N E R D I	N 118 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano N 218 - Medaglioni di limanda N 306 - Cavolfiori all'olio N 402 - Pane	N 106 - Crema di verdure con orzo N 232 - Tortino di patate N 402 - Pane	N 113 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro N 202 - Arrosto maiale N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 112 - Pasta (mezze farfalle) al pesto delicato N 221 - Medaglioni di spigola N 303 - Carote al tegame N 402 - Pane	N 127 - Risotto allo zafferano N 226 - Polpettone di bovino N 312 - Insalata cappuccina N 402 - Pane	N 102 - Crema di ceci con pasta (stelline) N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 118 - Pasta (lumachine) all'olio e parmigiano 209 - Filetti di platessa gratinati N 309 A - Fagiolini all'olio N 402 - Pane	N 113 - Pasta (mezze penne) al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 311 - Finocchi gratinati N 402 - Pane	N 115 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù di carne N 210 - Caciotta dolce N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane
	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 511 spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte

Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi cotti e crudi devono essere sminuzzati

Indicazioni fascia 13/18 mesi. Eventuali sostituzioni: fagiolini e carote julienne con carote all'olio /zucca gratinata; insalata cappuccina con bieta all'olio; bocconcini/arrosto di carne con polpetta; Mozzarella - provolone - caciotta con crescenza/ricotta.

2.6 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 13 - 18 mesi - 19 -24 mesi

<p>N 601          Composizione cestino freddo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di prosciutto cotto</li> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce</li> <li>• 1 confezione di frollini al miele equi solidale in monoporzione da 16,5 g</li> <li>• 1 confezione di polpa di frutta da 100 g /frutta fresca</li> <li>• 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 mL</li> </ul> <p>Spuntino di metà mattina da inserire:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 confezione di polpa di frutta da 100 g</li> </ul>
<p>N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata</p>	



**2.7 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 25 - 36 mesi**

SPUNTINO ore 9:00-9,30 N 403 Frutta fresca

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
<b>L U N E D I</b>	N 124 - Riso alla parmigiana	N 116 - Pasta (lumachine) al ragù vegetale	N 122 - Pasta (gramigna) e patate	N 113 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	N 111 - Pasta (mezze penne rigate) al burro parmigiano	N 105 - Crema di lenticchie con nso	N 112 - Pasta (pipe piccole rigate) al pesto delicato	N 122 - Pasta (ditalini rigati) e patate	N 118 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano
	N 205 - Bocconcini di tacchino	N 227 - Polpettone goloso di bovino	N 210 - Caciotta dolce	N 214 - Frittata	N 231 - Straccetti di pollo cremolati	N 213 - Robiola	N 201 - Arrosto di bovino	N 214 - Frittata	N 214 - Frittata
	N 303 - Carote al tegame	N 317 - Purea di patate	N 313 - Insalata di pomodori	N 318 - Spinaci all'olio	N 309 - Fagiolini all'olio	N 304 - Carote all'olio	N 318 - Spinaci all'olio	N 308 - Fagiolini al pomodoro	N 308 - Fagiolini al pomodoro
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 508 pane (a fette) e pomodoro	Merenda: N 506 latte e fette biscottate	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta
<b>M A R T E D I</b>	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana (puntine)	N 103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	N 131 - Risotto con zucchine	N 118 - Pasta (mezze farfalle) all'olio e parmigiano	N 103 - Crema di fagioli con pasta (ditalini rigati)	N 114 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro fresco e basilico	N 127 - Risotto allo zafferano
	N 233 - Uova strapazzate	N 209 - Filetti di platessa gratinati	N 226 - Polpettone di bovino	N 226 - Polpettone di bovino	N 233 - Uova strapazzate	N 219 - Medaglioni di merluzzo	N 212 - Provolone dolce	N 212 - Provolone dolce	N 224 - Polpette di carne mista al pomodoro
	N 316 - Patate all'olio	N 318 - Spinaci all'olio	N 315 - Patate al tegame	N 322 - Zucchine gratinate	N 314 - Patate al forno	N 313 - Insalata di pomodori	N 302 - Bieta al pomodoro	N 320 - Tortino di zucchine	N 318 - Spinaci all'olio
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti
<b>M E R C O L E D I</b>	N 114 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro fresco e basilico	N 107 - Crema di verdure con pasta (corallini)	N 125 - Risotto al pomodoro	N 112 - Pasta (lumachine) al pesto delicato	N 113 - Pasta (pipe piccole rigate) al pomodoro	N 107 - Crema di verdure con pasta (stelline)	N 113 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro	N 109 - Crema di verdure con nso	N 104 - Crema di lenticchie con pasta (conchigliette)
	N 220 - Medaglioni di nasello	N 213 - Robiola	N 233 - Uova strapazzate	N 212 - Provolone dolce	N 218 - Medaglioni di limanda	N 232 - Tortino di patate	N 217 - Frittata con zucchine	N 209 - Filetti di platessa gratinati	N 322 - Zucchine gratinate
	N 323 - Zucchine trifolate	N 313 - Insalata di pomodori	N 301 - Bieta all'olio	N 305 - Carote julienne	N 301 - Bieta all'olio	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 316 - Patate all'olio	N 402 - Pane
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice
<b>G I O V E D I</b>	N 102 - Crema di ceci con pasta (semi di melone)	N 114 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro fresco e basilico	N 103 - Crema di fagioli con pasta (stelline)	N 127 - Risotto allo zafferano	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)	N 113 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro	N 116 - Pasta (stortini) al ragù vegetale	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 101 - Crema di carote con pasta (corallini)
	N 313 - Insalata di pomodori	N 217 - Frittata con zucchine	N 233 - Uova strapazzate	N 221 - Medaglioni di spigola	N 213 - Robiola	N 230 - Sfornato di tacchino con carote	N 223 - Polpette di bovino al pomodoro	N 233 - Uova strapazzate	N 219 - Medaglioni di merluzzo
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 303 - Carote al tegame	N 309 - Fagiolini all'olio	N 313 - Insalata di pomodori	N 312 - Insalata cappuccina	N 312 - Insalata cappuccina	N 313 - Insalata di pomodori	N 315 - Patate al tegame
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 504 gelato fior di latte	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt
<b>V E N E R D I</b>	N 112 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto delicato	N 129 - Risotto con crema di piselli	N 121 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	N 107 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	N 132 - Timballo di pasta (mezze penne rigate)	N 123 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	N 131 - Risotto con zucchine	N 103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	N 117 - Pasta (lumachine) al sugo di trota
	N 210 - Caciotta dolce	N 204 - Bocconcini di pollo con crema di lattuga	N 219 - Medaglioni di merluzzo	N 203 - Arrosto di tacchino	N 203 - Arrosto di tacchino	N 214 - Frittata	N 218 - Medaglioni di limanda	N 222 - Mozzarella	N 222 - Mozzarella
	N 309 - Fagiolini all'olio	N 402 - Pane	N 312 - insalata cappuccina	N 315 - Patate al tegame	N 323 - Zucchine infolate	N 318 - Spinaci all'olio	N 317 - Purea di patate	N 304 - Carote all'olio	N 313 - Insalata di pomodori
	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 506 latte e fette biscottate	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 501 focaccia bianca soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte

Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi crudi devono essere sminuzzati

2.7 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 25 - 36 mesi

<p>N 602          Composizione cestino freddo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto</li> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce</li> <li>• 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g</li> <li>• 1 confezione di polpa di frutta da 100 g</li> <li>• 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 mL</li> <li>Spuntino di metà mattina da inserire:</li> <li>• 1 banana bio equo e solidale da 150 g</li> </ul>
<p>N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata</p>	





**2.8 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 25 - 36 MESI**

SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca										
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
L U N E D I	N 113 - Pasta (lumachine) al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 309 A - Fagiolini all'olio N 402 - Pane	N 132 - Timballo di pasta (mezze conchiglie rigate)  N 304 - Carote all'olio N 402 - Pane	N 104 - Crema di lenticchie con pasta (stelline)  N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 110 - Crema di zucca con pasta (puntine) N 210 - Caciotta dolce N 316 - Patate all'olio N 402 - Pane	N 122 - Pasta (corallini) e patate N 214 - Frittata N 308 A - Fagiolini al pomodoro N 402 - Pane	N 116 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù vegetale N 231 - Straccetti di pollo cremolati N 307 - Cavolfiori gratinati N 402 - Pane	N 104 - Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati)  N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	N 120 - Pasta (conchigliette) con zucca N 212 - Provolone dolce N 315 - Patate al tegame N 402 - Pane	N 124 - Riso alla parmigiana N 224 - Polpette di carne mista al pomodoro N 303 - Carote al tegame N 402 - Pane	Merenda: N 512 yogurt
	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 510 spremuta di arancia e ciambellone	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 509 polpa di frutta	
M A R T E D I	N 102 - Crema ceci con pasta (ditalini rigati)  N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	N 130 - Risotto con zucca 209 - Filetti di platessa gratinati N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 118 - Pasta (mezze penne rigate) all'olio e parmigiano N 215 - Frittata con carciofi N 402 - Pane	N 123 - Pasta (mezzi fusilli) rosa N 204 - Bocconcini di pollo con crema di lattuga N 402 - Pane	N 108 - Crema di verdure con pasta (gramigna) N 211 - Crescenza N 314 - Patate al forno N 402 - Pane	N 124 - Riso alla parmigiana N 219 - Medaglioni di merluzzo N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 108 - Crema di verdure con pasta (semi di melone) N 233 - Uova strapazzate N 317 - Purea di patate N 402 - Pane	N 118 - Pasta (gnocchetti sardi) all'olio e parmigiano N 227 - Polpettone goloso di bovino N 308 A - Fagiolini al pomodoro N 402 - Pane	N 113 - Pasta (stortini) al pomodoro N 219 - Medaglioni di merluzzo N 301 - Bieta all'olio N 402 - Pane	Merenda: N 503 frullato di banana con latte
	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	
M E R C O L E D I	N 128 - Risotto con crema di lattuga N 229 - Ricotta N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 113 - Pasta (stortini) al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 309 A - Fagiolini all'olio N 402 - Pane	N 126 - Risotto al ragù di carne N 222 - Mozzarella N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (semi di melone)  N 302 - Bieta al pomodoro N 402 - Pane	N 111 - Pasta (lumachine) al burro e parmigiano N 206 - Crocchette di nasello N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 108 - Crema di verdure con pasta (puntine) N 233 - Uova strapazzate N 314 - Patate al forno N 402 - Pane	N 129 - Risotto con crema di piselli N 225 - Polpettone di agnello N 303 - Carote al tegame N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)  N 312 - Insalata cappuccina N 402 - Pane	N 112 - Pasta (mezze conchiglie rigate) al pesto delicato N 216 - Frittata con patate N 402 - Pane	Merenda: N 505 latte e biscotti
	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 510 spremuta di arancia e ciambellone	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	
G I O V E D I	N 108 - Crema di verdure con pasta (gramigna) N 208 - Fesa di tacchino al limone N 317 - Purea di patate N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)  N 301 - Bieta all'olio N 402 - Pane	N 101 - Crema di carote con pasta (conchigliette) N 219 - Medaglioni di merluzzo N 315 - Patate al tegame N 402 - Pane	N 125 - Risotto al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 103 - Crema di fagioli con pasta (ditalini rigati)  N 305 - Carote julienne N 402 - Pane	N 113 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro N 228 - Prosciutto cotto N 319 - Tortino di zucca N 402 - Pane	N 117 - Pasta (mezzi fusilli) al sugo di trota N 207 - Crocchette di ricotta e spinaci N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 128 - Risotto con crema di lattuga N 218 - Medaglioni di limanda N 304 - Carote all'olio N 402 - Pane	N 104 - Crema lenticchie con pasta (stelline)  N 321 - Zucca gratinata N 402 - Pane	Merenda: N 509 polpa di frutta
	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 507 Pane (a fette) e olio	Merenda: N 509 polpa di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti	
V E N E R D I	N 118 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano N 218 - Medaglioni di limanda N 306 - Cavolfiori all'olio N 402 - Pane	N 106 - Crema di verdure con orzo N 232 - Tortino di patate N 402 - Pane	N 113 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro N 202 - Arrosto maiale N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	N 112 - Pasta (mezze farfalle) al pesto delicato N 221 - Medaglioni di spigola N 303 - Carote al tegame N 402 - Pane	N 127 - Risotto allo zafferano N 226 - Polpettone di bovino N 312 - Insalata cappuccina N 402 - Pane	N 102 - Crema di ceci con pasta (stelline)  N 310 - Finocchi al tegame N 402 - Pane	N 118 - Pasta (lumachine) all'olio e parmigiano 209 - Filetti di platessa gratinati N 309 A - Fagiolini all'olio N 402 - Pane	N 113 - Pasta (mezze penne) al pomodoro N 233 - Uova strapazzate N 311 - Finocchi gratinati N 402 - Pane	N 115 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù di carne N 210 - Caciotta dolce N 318 A - Spinaci all'olio N 402 - Pane	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice
	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 511 spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	Merenda: N 505 latte e biscotti	Merenda: N 512 yogurt	Merenda: N 502 focaccia rossa soffice	Merenda: N 503 frullato di banana con latte	

Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi cotti e crudi devono essere sminuzzati;

**2.8 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 25 - 36 MESI**

<p>N 502          Composizione cestino freddo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di prosciutto cotto</li> <li>• 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce</li> <li>• 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzioe da 16,5 g</li> <li>• 1 confezione di polpa di frutta da 100 g /frutta fresca</li> <li>• 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 mL</li> </ul> <p>Spuntino di metà mattina da inserire:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g</li> </ul>
<p>N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata</p>	



ROMA



Dipartimento Servizi Educativi e Scolastici, Politiche della Famiglia e dell'Infanzia  
Direzione Servizi di Supporto al Sistema Educativo Scolastico

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica a ridotto impatto ambientale nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 25 luglio 2011. Lotti prestazionali e territoriali n. 15  
Periodo 1 settembre 2017 – 31 luglio 2020.



### 3.INDICE MENU

#### 3.1 – Indice menu 7 – 8 mesi

Codice	MENU 7 - 8 mesi
N 1	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 2	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 3	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 4	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 5	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 6	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 7	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 8	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 9	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso (estate) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 10	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso (inverno) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 11	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (estate) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 12	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (inverno) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 13	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso (estate) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento



N 14	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso (inverno) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 15	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (estate) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 16	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (inverno) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 17	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino (estate) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 18	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino (inverno) <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 19	Crema di carote con semolino - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 20	Crema di zucca con pastina - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento



### 3.2 – Indice menu 9 – 12 mesi

Codice	MENU 9 - 12 mesi
N 21	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) – Carne al vapore (fesa di tacchino) /omogeneizzato di carne - Pane <b>Merenda:</b> Latte di proseguimento
N 22	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Filetti di pesce al vapore (platessa/limanda/ spigola) /omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda:</b> Latte di proseguimento
N 23	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Formaggio (robiola/ricotta) - Pane <b>Merenda:</b> Latte di proseguimento
N 24	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Tuorlo di uovo sodo - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 25	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Carne al vapore (noce bovino)/omogeneizzato di carne - (arista maiale)/omogeneizzato di prosciutto - Pane <b>Merenda:</b> Latte di proseguimento
N 26	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Filetti di pesce al vapore (platessa/ limanda/spigola/merluzzo) /omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 27	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Formaggio (ricotta/crescenza) - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 28	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Parmigiano - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 29	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Tuorlo di uovo sodo - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 30	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Filetti di pesce al vapore (platessa/merluzzo/ limanda/ nasello)/omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 31	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Filetti di pesce al vapore (platessa/limanda/ nasello)/omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 32	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Carne al vapore (noce bovino/fesa tacchino/omogeneizzato di carne - arista maiale/omogeneizzato di prosciutto) - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 33	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Formaggio (robiola)- Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 34	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Parmigiano- Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 35	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Tuorlo di uovo sodo - Pane <b>Merenda:</b> yogurt
N 36	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Carne al vapore (agnello disossato/petto pollo)/ omogeneizzato di carne- Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt



N 37	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Parmigiano – Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 38	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Prosciutto cotto/omogeneizzato di prosciutto – Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 39	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Tuorlo di uovo sodo – Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 40	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (estate) – Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 41	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (inverno) – Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 42	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (estate) - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 43	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (inverno) - Pane <b>Merenda:</b> yogurt
N 44	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino (inverno) - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 45	Crema di carote con semolino - Filetti di pesce al vapore (merluzzo)/omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 46	Crema di zucca con pastina - Parmigiano - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 47	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (fesa tacchino/pollo/noce bovino)/omogeneizzato di carne - Purea di carote - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento/yogurt
N 48	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (noce bovino)/omogeneizzato di carne- Purea di carote e zucchine – Pane <b>Merenda:</b> yogurt
N 49	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (noce bovino)/omogeneizzato di carne - Purea di zucca - Pane <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 50	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (noce bovino)/omogeneizzato di carne - Purea di zucchine - Pane <b>Merenda:</b> yogurt

ROMA



Dipartimento Servizi Educativi e Scolastici, Politiche della Famiglia e dell'Infanzia  
Direzione Servizi di Supporto al Sistema Educativo Scolastico

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica a ridotto impatto ambientale nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 25 luglio 2011. Lotti prestazionali e territoriali n. 15  
Periodo 1 settembre 2017 – 31 luglio 2020:

#### 4. INDICE PREPARAZIONI



#### 4.1 Indice Primi piatti 13- 18 mesi / 19- 24 mesi / 25-36 mesi

Codice	Primi piatti 13- 18 mesi / 19- 24 mesi / 25-36 mesi
N 101	Crema di carote con pasta
N 102	Crema di ceci con pasta
N 103	Crema di fagioli con pasta
N 104	Crema di lenticchie con pasta
N 105	Crema di lenticchie con riso
N 106	Crema di verdure con orzo
N 107	Crema di verdure con pasta (estate)
N 108	Crema di verdure con pasta (inverno)
N 109	Crema di verdure con riso
N 110	Crema di zucca con pasta
N 111	Pasta al burro e parmigiano
N 112	Pasta al pesto delicato
N 113	Pasta al pomodoro
N 114	Pasta al pomodoro fresco e basilico
N 115	Pasta al ragù di carne
N 116	Pasta al ragù vegetale
N 117	Pasta al sugo di trota
N 118	Pasta all'olio e parmigiano
N 119	Pasta all'ortolana
N 120	Pasta con zucca
N 121	Pasta con zucchini
N 122	Pasta e patate
N 123	Pasta rosa
N 124	Riso alla parmigiana
N 125	Risotto al pomodoro
N 126	Risotto al ragù di carne
N 127	Risotto allo zafferano
N 128	Risotto con crema di lattuga
N 129	Risotto con crema di piselli
N 130	Risotto con zucca



N 131	Risotto con zucchini
N 132	Timballo di pasta

#### 4.2 Indice Secondi piatti 13- 18 mesi / 19- 24 mesi / 25-36 mesi

Codice	Secondi piatti 13- 18 mesi / 19- 24 mesi / 25-36 mesi
N 201	Arrosto di bovino
N 202	Arrosto di maiale
N 203	Arrosto di tacchino
N 204	Bocconcini di pollo con crema di lattuga
N 205	Bocconcini di tacchino
N 206	Crocchette di nasello
N 207	Crocchette di ricotta e spinaci
N 208	Fesa di tacchino al limone
N 209	Filetti di platessa gratinati
N 210	Formaggio Caciotta dolce
N 211	Formaggio Crescenza
N 212	Formaggio Provolone Dolce
N 213	Formaggio Robiola
N 214	Frittata
N 215	Frittata con carciofi
N 216	Frittata con patate
N 217	Frittata con zucchini
N 218	Medaglioni di limanda
N 219	Medaglioni di merluzzo
N 220	Medaglioni di nasello
N 221	Medaglioni di spigola
N 222	Mozzarella
N 223	Polpette di bovino al pomodoro
N 224	Polpette di carne mista al pomodoro
N 225	Polpettone di agnello
N 226	Polpettone di bovino
N 227	Polpettone goloso di bovino



N 228	Prosciutto cotto
N 229	Ricotta
N 230	Sformato di tacchino con carote
N 231	Straccetti di pollo cremolati
N 232	Tortino di patate
N 233	Uova strapazzate

#### 4.3 Indice Contorni 13- 18 mesi / 19- 24 mesi / 25-36 mesi

Codice	Contorni 13- 18 mesi / 19- 24 mesi / 25-36 mesi
N 301	Bieta all'olio
N 302	Bieta al pomodoro
N 303	Carote al tegame
N 304	Carote all'olio
N 305	Carote julienne
N 306	Cavolfiori all'olio
N 307	Cavolfiori gratinati
N 308	Fagiolini al pomodoro (estate)
N 308 A	Fagiolini al pomodoro (inverno)
N 309	Fagiolini all'olio (estate)
N 309 A	Fagiolini all'olio (inverno)
N 310	Finocchi al tegame
N 311	Finocchi gratinati
N 312	Insalata cappuccina
N 313	Insalata di pomodori
N 314	Patate al forno
N 315	Patate al tegame
N 316	Patate all'olio
N 317	Purea di patate
N 318	Spinaci all'olio (estate)
N 318 A	Spinaci all'olio (inverno)
N 319	Tortino di zucca
N 320	Tortino di zucchine
N 321	Zucca gratinata



N 322	Zucchine gratinate
N 323	Zucchine trifolate

#### 4.4 – Indice altri alimenti

Codice	Altri alimenti
N 401	Base per brodo vegetale da utilizzare per le preparazioni
N 402	Pane

#### 4.5 – Indice spuntini

Codice	Spuntini
N 403	Frutta fresca

#### 4.6 – Indice merende

Codice	Merende
N 501	Focaccia bianca soffice
N 502	Focaccia rossa soffice
N 503	Frullato di banana con latte
N 504	Gelato fior di latte
N 505	Latte e biscotti
N 506	Latte e fette biscottate
N 507	Pane (a fette) e olio
N 508	Pane (a fette) e pomodoro
N 509	Polpa di frutta
N 510	Spremuta di arancia e ciambellone
N511	Spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta
N 512	Yogurt

#### 4.7 – Indice cestino freddo 19 - 24 mesi / 25 - 36 mesi

Codice	Cestino freddo
N 601	Cestino freddo 19/24 mesi
N 602	Cestino freddo 25/36 mesi

ROMA



Dipartimento Servizi Educativi e Scolastici, Politiche della Famiglia e dell'Infanzia  
Direzione Servizi di Supporto al Sistema Educativo Scolastico

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica a ridotto impatto ambientale nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 25 luglio 2011. Lotti prestazionali e territoriali n. 15  
Periodo 1 settembre 2017 – 31 luglio 2020:

## 5.TABELLE DIETETICHE E RICETTE RELATIVE AI MENU



### 5.1 – Tabelle dietetiche 7 - 8 mesi

#### N 1 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA DI RISO (estate) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE - MERENDA : LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema di riso nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.		<b>g</b>
	Crema di riso	30
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	<b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento		<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 2 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA DI RISO (inverno)  
 LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE- MERENDA : LATTE DI PROSEGUIMENTO**

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi	
		g	
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema di riso nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Crema di riso	30	
	Carote	10	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	5	
	Zucca	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	10	
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5	
	o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40	
	Olio extravergine	7	
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento		<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	


**N 3 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA MULTICEREALI (estate)  
 LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE - MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema multicereali nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>7 - 8 mesi</b>
		<b>g</b>
	Crema multicereali	30
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio) o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	5  40
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	

**N 4 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA MULTICEREALI (inverno) -  
 LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE - MERENDA : LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema multicereali nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>7 - 8 mesi</b>
		<b>g</b>
	Crema multicereali	30
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio) o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	5  40
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	


**N 5 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate)  
 LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE - MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi	
		g	
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Pastina	30	
	Carote	10	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	5	
	Zucchine	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	10	
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5	
	o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40	
Olio extravergine	7		
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento		<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	

**N 6 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno)  
 LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE- MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi	
		g	
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Pastina	30	
	Carote	10	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	5	
	Zucca	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	10	
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5	
	o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40	
Olio extravergine	7		
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento		<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	


**N 7 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate)**  
**LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE - MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>7 - 8 mesi</b>
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>		<b>g</b>
	Semolino	30
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5
	o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	<b>Merenda</b>	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>
	Latte di proseguimento	


**N 8 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno)**  
**LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE- MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi
		<b>g</b>
	Semolino	30
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio) o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	5 40
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	

**N 9 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E CREMA DI RISO (estate)**  
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) e passarli. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema di riso nel brodo caldo mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi
		<b>g</b>
	Crema di riso	30
	Fagioli secchi	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 10 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E CREMA DI RISO (inverno)**

<b>Ricetta:</b> Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) e passarli. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema di riso nel brodo caldo mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	<b>Ingredienti</b>	
	<b>7 - 8 mesi</b>	
	<b>g</b>	
	Crema di riso	30
	Fagioli secchi	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	

**N 11 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (estate)**
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) e passarli. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	<b>Ingredienti</b>	
	<b>7 - 8 mesi</b>	
	<b>g</b>	
	Pastina	30
	Fagioli secchi	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	


**N 12 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (inverno)**
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) e passarli. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi <b>g</b>
	Pastina	30
	Fagioli secchi	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>

**N 13 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E CREMA DI RISO (estate)**
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema di riso nel brodo caldo mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi <b>g</b>
	Crema di riso	30
	Lenticchie secche	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 14 – BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E CREMA DI RISO (Inverno)**  
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema di riso nel brodo caldo mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi
		g
	Crema di riso	30
	Lenticchie secche	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	

**N 15 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (estate)**  
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi
		g
	Pastina	30
	Lenticchie secche	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	


**N 16 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (inverno)**  
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	7 - 8 mesi <b>g</b>	
	Pastina	30	
	Lenticchie secche	12	
	Carote	10	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	5	
	Zucca	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	10	
	Olio extravergine	7	
		<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>

**N 17 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO (estate)**  
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	7 - 8 mesi <b>g</b>	
	Semolino	30	
	Lenticchie secche	12	
	Carote	10	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	5	
	Zucchine	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	10	
	Olio extravergine	7	
		<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 18 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO (inverno)**  
**MERENDA : LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi g
	Semolino	30
	Lenticchie secche	12
	Carote	10
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	10
	Bieta	10
	Olio extravergine	7
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>

**N 19 – CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO – LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE**  
**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini e lasciarle stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere alla purea ottenuta altro brodo vegetale. Versare a pioggia il semolino e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	Ingredienti	7 - 8 mesi g	
	Semolino	30	
	Carote	50	
	Cipolla	3	
	Brodo vegetale	q.b.	
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5	
	o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40	
	Olio extravergine	7	
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	


**N 20 – CREMA DI ZUCCA CON PASTINA - LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere alla purea ottenuta altro brodo vegetale. Versare la pastina e far cuocere.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Non utilizzare il sale</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>7 - 8 mesi</b>
		<b>g</b>
	Pastina	30
	Zucca	50
	Cipolla	3
	Brodo vegetale	q. b.
	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio) o omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	5
		40
	Olio extravergine	7
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	

**N.B.** L'introduzione dei liofilizzati/omogeneizzati, la loro tipologia e grammatura sono stabilite dal Pediatra


**5.2 – Tabelle dietetiche 9 - 12 mesi**
**N 21 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) -  
 CARNE AL VAPORE/ OMOGENEIZZATO DI CARNE – PANE - MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Pastina	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
<b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.	Fesa tacchino o	20
	Omogeneizzato di carne	40
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>	Olio extravergine	7
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura            secondo prescrizione del            Pediatra</b>


**N 22- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) -  
 FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE -  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Pastina	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
<b>FILETTI DI PESCE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere i filetti di pesce, correttamente scongelati, al vapore e tritarli o omogeneizzarli.	Filetti surg. platessa/limanda/spigola o	30
	Omogeneizzato di pesce	30
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>  <b>N.B. Non utilizzare il sale</b>	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura            secondo prescrizione del            Pediatra</b>


**N 23- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) FORMAGGIO – PANE-MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA Ricetta: Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.  Condire la preparazione con olio a crudo  <u>N.B. Non utilizzare il sale</u>	Ingredienti	9 - 12 mesi g
		Pastina
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
	Robiola o	20
	Ricotta	25
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 24 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) -  
 TUORLO DI UOVO SODO – PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Ingredienti	9 - 12 mesi g
		Pastina
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
	Uovo (solo tuorlo)	16
	Olio extravergine	7
	Pane	10
<b>TUORLO DI UOVO SODO</b> <b>Ricetta:</b> Lessare l'uovo intero con il guscio per 8 minuti dalla ebollizione. Sgusciare e privare dell'albume. Servire soltanto il tuorlo.		
<b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>		
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>		
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/ yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125


**N 25 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) -  
 CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE/ DI PROSCIUTTO – PANE  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>	
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Pastina	30	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucca	10	
	Lattuga	5	
	Bieta	5	
	Cavolfiore	5	
	Parmigiano	3	
	<b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.	Noce bovino o	20
		Omogeneizzato di carne	40
		Arista maiale o	20
omogeneizzato di prosciutto		40	
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Olio extravergine	7	
	Pane	10	
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura            secondo prescrizione del            Pediatra</b>	


**N 26 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) -  
 FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE -  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	Ingredienti	9 - 12 mesi	
		g	
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Pastina	30	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucca	10	
	Lattuga	5	
	Bieta	5	
	Cavolfiore	5	
	Parmigiano	3	
	<b>FILETTI DI PESCE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere i filetti di pesce, correttamente scongelati, al vapore e tritarli o omogeneizzarli.	Filetti surg. platessa/limanda/spigola/merluzzo o Omogeneizzato di pesce platessa/nasello	30
		30	
Olio extravergine		7	
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b> <b>N.B. Non utilizzare il sale</b>	Pane	10	
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125	


**N 27 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) -  
 FORMAGGIO – PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	Ingredienti	9 - 12 mesi g
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA</b>	Pastina	30
<b>Ricetta:</b>	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Sedano	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucca	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Bieta	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A	Cavolfiore	5
fuoco spento aggiungere le verdure	Parmigiano	3
passate ed il parmigiano.		
<b>Condire la preparazione con olio a</b>	Ricotta	25
<b>crudo</b>	o	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Crescenza	20
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b>	<b>tipologia e grammatura</b>
	Latte di proseguimento/	<b>secondo prescrizione del</b>
		<b>Pediatra</b>
	yogurt	125


**N 28- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) -  
 PARMIGIANO – PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	9 - 12 mesi
		g
	Pastina	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucca	10
	Lattuga	5
	Bieta	5
	Cavolfiore	5
	Parmigiano	10
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>




**N 30 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) -  
 FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE -  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>	
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Semolino	30	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucchine	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	5	
	Parmigiano	3	
		Filetti surg.platessa/ merluzzo/limanda/nasello o	30
		Omogeneizzato di pesce	30
<b>FILETTI DI PESCE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere i filetti di pesce, correttamente scongelati, al vapore e tritarli o omogeneizzarli.	Olio extravergine	7	
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>	Pane	10	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125	


**N 31 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) -  
 FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE -  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	Ingredienti	9 - 12 mesi g
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Semolino	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucca	10
	Lattuga	5
	Bieta	5
	Cavolfiore	5
	Parmigiano	3
	Filetti surg. platessa/ limanda/nasello	30
	o Omogeneizzato di pesce	30
	Olio extravergine	7
Condire le preparazioni con olio a crudo	Pane	10
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>		
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125


**N 32 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) -  
 CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE/DI PROSCIUTTO – PANE -  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare pioggia e il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.  <b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  <b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Semolino	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
	Noce bovino /fesa tacchino	20
	o	
	Omogeneizzato di carne	40
	Arista di maiale	20
o		
Omogeneizzato di prosciutto	40	
Olio extravergine	7	
Pane	10	
<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125	


**N 33 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) – FORMAGGIO - PANE  
 – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	Ingredienti	9 - 12 mesi g
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b>	Semolino	30
<b>Ricetta:</b>	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Sedano	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucchine	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Bieta	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Parmigiano	3
cuocere mescolando con cura per evitare		
la formazione di grumi. A fuoco spento	Robiola	20
aggiungere le verdure passate ed il		
parmigiano.	Olio extravergine	7
<b>Condire la preparazione con olio a</b>	Pane	10
<b>crudo</b>		
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>		
	<b>Merenda</b>	<b>tipologia e grammatura</b>
	Latte di proseguimento/	<b>secondo prescrizione</b>
		<b>del Pediatra</b>
	yogurt	125


**N 34 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) – PARMIGIANO - PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>	
<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Semolino	30	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucchine	10	
	Lattuga	10	
	Bieta	5	
	Parmigiano	10	
<b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>			
	Olio extravergine	7	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>			
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	
	yogurt	125	


**N 35- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate)  
 TUORLO DI UOVO SODO – PANE – MERENDA: YOGURT**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO Ricetta: Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Ingredienti	9 - 12 mesi
		g
	Semolino	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
	Uovo (solo tuorlo)	16
	Olio extravergine	7
	Pane	10
<b>TUORLO DI UOVO SODO</b> Ricetta: Lessare l'uovo intero con il guscio per 8 minuti dalla ebollizione. Sgusciare e privare dell'albume. Servire soltanto il tuorlo.	<b>Merenda</b> Yogurt	125
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>		
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>		


**N 36- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) -  
 CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PANE -  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>	
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Semolino	30	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucca	10	
	Lattuga	5	
	Bieta	5	
	Cavolfiore	5	
	Parmigiano	3	
<b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.	Agnello disossato/petto pollo	20	
	Omogeneizzato di carne	40	
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>	Olio extravergine	7	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Pane	10	
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125	


**N 37- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) – PARMIGIANO – PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	9 - 12 mesi
		g
	Semolino	30
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucca	10
	Lattuga	5
	Bieta	5
	Cavolfiore	5
	Parmigiano	10
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 38 -BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) – PROSCIUTTO - COTTO/OMOGENEIZZATO DI PROSCIUTTO – PANE - MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi g</b>	
<b>BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Semolino	30	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucca	10	
	Lattuga	5	
	Bieta	5	
	Cavolfiore	5	
	Parmigiano	3	
<b>PROSCIUTTO COTTO</b> <b>Ricetta:</b> Tritare o omogeneizzare il prosciutto.	Prosciutto cotto	15	
	Omogeneizzato di prosciutto	40	
<b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>	Olio extravergine	7	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Pane	10	
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	




**N 40- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (estate) - PANE  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA <b>Ricetta:</b> Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) e passarli. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate, la purea di legumi ed il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	9 - 12 mesi
	Pastina	30
	Fagioli secchi	12
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125


**N 41 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (inverno) - PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA <b>Ricetta:</b> Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) e passarli. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate, la purea di legumi ed il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	9 - 12 mesi
	Pastina	30
	Fagioli secchi	12
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	5
	Zucca	10
	Lattuga	5
	Bieta	5
	Cavolfiore	5
	Parmigiano	3
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/  yogurt	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>  125

**N 42 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (estate) - PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA <b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate, la purea di legumi ed il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Ingredienti	9 - 12 mesi
	Pastina	30
	Lenticchie secche	12
	Carote	20
	Cipolla	3
	Sedano	2
	Patate	10
	Zucchine	10
	Lattuga	10
	Bieta	5
	Parmigiano	3
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>




**N 44- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO (inverno) - PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO	Ingredienti	9 - 12 mesi	
		g	
<b>Ricetta:</b> Sciacquare le lenticchie, cuocerle in abbondante acqua e passarle. Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate, la purea di legumi ed il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Semolino	30	
	Lenticchie secche	12	
	Carote	20	
	Cipolla	3	
	Sedano	2	
	Patate	10	
	Zucca	10	
	Lattuga	5	
	Bieta	5	
	Cavolfiore	5	
	Parmigiano	3	
	Olio extravergine	7	
	Pane	10	
	<b>Merenda</b>	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>	
	Latte di proseguimento/		
	yogurt	125	


**N 45 – CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO – FILETTI DI PESCE AL VAPORE /OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE - MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

Ingredienti	9 - 12 mesi
	g
<b>CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO</b>	
<b>Ricetta:</b>	
Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini e lasciarle stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere alla purea ottenuta altro brodo vegetale bollente. Versare a pioggia il semolino e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	
Semolino	30
Carote	60
Cipolla	3
Brodo vegetale	q.b.
Parmigiano	3
Filetti surg. merluzzo	30
o Omogeneizzato di pesce	40
Olio extravergine	7
Pane	10
<b>Merenda</b>	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>
Latte di proseguimento/ yogurt	125
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	

**N 46 – CREMA DI ZUCCA CON PASTINA – PARMIGIANO – PANE  
 MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

Ingredienti	9 - 12 mesi
	g
<b>CREMA DI ZUCCA CON PASTINA</b>	
<b>Ricetta:</b>	
Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere alla purea ottenuta altro brodo vegetale bollente. Versare la pastina e far cuocere. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	
Pastina	30
Zucca	60
Cipolla	3
Brodo vegetale	q.b.
Parmigiano	10
Olio extravergine	7
Pane	10
<b>Merenda</b>	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>
Latte di proseguimento	
<b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>	
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	


**N 47- PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO – CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PUREA DI CAROTE – PANE – MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi</b>
<b>PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO</b> <b>Ricetta:</b> Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  <b>PUREA DI CAROTE</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini e lasciarle stufare con la cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  <b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Pastina	30
	Parmigiano	3
	Fesa tacchino/petto pollo/ noce bovino o	20
	Omogeneizzato di carne	40
	Carote	50
	Cipolla	3
	Brodo vegetale	q.b.
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento/	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>
yogurt	125	


**N 48 - PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO – CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PUREA DI CAROTE E ZUCCHINE– PANE – MERENDA: YOGURT**

	Ingredienti	9 - 12 mesi g
<b>PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO</b> <b>Ricetta:</b> Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Pastina	30
	Parmigiano	3
	Noce di bovino o Omogeneizzato di carne	20  40
<b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.	Carote	25
	Zucchine	25
	Cipolla	3
	Brodo vegetale	q. b.
<b>PUREA DI CAROTE E ZUCCHINE</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini e lasciarle stufare con la cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). A metà cottura aggiungere le zucchine lavate, mondate e tagliate a dadini. Far cuocere e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.	Olio extravergine	7
	Pane	10
<b>Merenda</b> Yogurt		125
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>		
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>		


**N 49 PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO– CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PUREA DI ZUCCA– PANE MERENDA:LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi</b>
<b>PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO</b> <b>Ricetta:</b> Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  <b>PUREA DI ZUCCA</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  <b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>	Pastina	<b>g</b> 30
	Parmigiano	3
	Noce bovino o Omogeneizzato di carne	20  40
	Zucca	50
	Cipolla	3
	Brodo vegetale	q.b.
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	<b>Merenda</b> Latte di proseguimento	<b>tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra</b>


**N 50 PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO– CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PUREA DI ZUCCHINE– PANE – MERENDA: YOGURT**

	Ingredienti	9 - 12 mesi
		g
<b>PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO</b> <b>Ricetta:</b> Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Pastina	30
	Parmigiano	3
	Noce bovino	20
	o Omogeneizzato di carne	40
<b>CARNE AL VAPORE</b> <b>Ricetta:</b> Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.	Zucchine	50
	Cipolla	3
	Brodo vegetale	q.b.
	Olio extravergine	7
<b>PUREA DI ZUCCHINE</b> <b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le zucchine. Tagliarle a dadini e stufarle con la cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.	Pane	10
	<b>Merenda</b> Yogurt	125
<b>Condire le preparazioni con olio a crudo</b>		
<b><u>N.B. Non utilizzare il sale</u></b>		

**N.B.**

Somministrare omogeneizzato di carne/pesce soltanto se non sono stati inseriti carne fresca/pesce surgelato, secondo prescrizione del Pediatra;

Carne fresca/pesce surgelato/omogeneizzato di carne e pesce: rispettare l'alternanza prevista dal menu


**5.3 – Tabelle dietetiche primi piatti 13 - 18 mesi / 19 - 24 mesi / 25 - 36 mesi**
**N 101 – CREMA DI CAROTE CON PASTA**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini e lasciarle stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere alla purea ottenuta altro brodo vegetale bollente. Versare la pastina e far cuocere. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	Pasta	30	30	35
	Carote	85	85	100
	Cipolla	4	4	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 102 - CREMA DI CECI CON PASTA**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Cuocere in abbondante acqua i ceci (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Eliminare l'aglio. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure (se necessario allungare con acqua calda). Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di ceci. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	Pasta	30	30	35
	Ceci secchi	20	30	35
	Carote	3	3	5
	Cipolla	3	3	3
	Sedano	2	2	2
	Patate	5	10	10
	Pomodori pelati	10	10	10
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 103 - CREMA DI FAGIOLI CON PASTA**

Ricetta: Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure (se necessario allungare con acqua calda). Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di fagioli. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  Condire la preparazione con olio a crudo  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Pasta	30	30	35
Fagioli secchi borlotti/cannellini	20	30	35	
Carote	3	3	5	
Cipolla	3	3	3	
Sedano	2	2	2	
Patate	5	10	10	
Pomodori pelati	10	10	10	
Parmigiano	3	4	5	
Olio extravergine	3	3	3,5	

**N 104 - CREMA DI LENTICCHIE CON PASTA**

Ricetta: Sciacquare le lenticchie e cuocerle in abbondante acqua con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure (se necessario allungare con acqua calda). Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di lenticchie. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  Condire la preparazione con olio a crudo  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Pasta	30	30	35
Lenticchie secche	20	30	35	
Carote	3	3	5	
Cipolla	3	3	3	
Sedano	2	2	2	
Patate	5	10	10	
Pomodori pelati	10	10	10	
Parmigiano	3	4	5	
Olio extravergine	3	3	3,5	


**N 105 - CREMA DI LENTICCHIE CON RISO**

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
Sciacquare le lenticchie e cuocerle in abbondante acqua con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure (se necessario allungare con acqua calda). Lessare a parte il riso, scolarlo e unirlo alla crema di lenticchie. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	Riso	30	30	35
	Lenticchie secche	20	30	35
	Carote	3	3	5
	Cipolla	3	3	3
	Sedano	2	2	2
	Patate	5	10	10
	Pomodori pelati	10	10	10
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 106 - CREMA DI VERDURE CON ORZO**

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure. Lessare a parte l'orzo, scolarlo e unirlo alla crema di verdure. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	Orzo perlato	30	30	35
	Carote	15	15	20
	Cipolla	3	5	5
	Sedano	2	5	5
	Patate	10	10	10
	Zucca	20	20	20
	Pomodori pelati	10	10	10
	Lattuga	10	10	10
	Bieta	10	10	10
	Cavolfiore	10	10	10
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 107 - CREMA DI VERDURE CON PASTA (ESTATE)**

Ricetta: Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure. Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di verdure. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Pasta	30	30	35
Carote	20	20	20	
Cipolla	3	5	5	
Sedano	2	5	5	
Patate	10	10	10	
Zucchine	20	20	20	
Pomodori pelati	10	10	10	
Lattuga	10	10	10	
Bieta	15	15	20	
Parmigiano	3	4	5	
Olio extravergine	3	3	3,5	

**N 108 - CREMA DI VERDURE CON PASTA (INVERNO)**

Ricetta: Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure. Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di verdure. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Pasta	30	30	35
Carote	15	15	20	
Cipolla	3	5	5	
Sedano	2	5	5	
Patate	10	10	10	
Zucca	20	20	20	
Pomodori pelati	10	10	10	
Lattuga	10	10	10	
Bieta	10	10	10	
Cavolfiore	10	10	10	
Parmigiano	3	4	5	
Olio extravergine	3	3	3,5	


**N 109 - CREMA DI VERDURE CON RISO**

Ricetta: Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Ridurre il tutto in crema con il passaverdure. Lessare a parte il riso, scolarla e unirla alla crema di verdure. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
	Riso	30	30	35
	Carote	15	15	20
	Cipolla	3	5	5
	Sedano	2	5	5
	Patate	10	10	10
	Zucca	20	20	20
	Pomodori pelati	10	10	10
	Lattuga	10	10	10
	Bieta	10	10	10
	Cavolfiore	10	10	10
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 110 – CREMA DI ZUCCA CON PASTA**

Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semi interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare con la cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere alla purea ottenuta altro brodo vegetale bollente, versare la pasta e far cuocere. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
	Pasta	30	30	35
	Zucca	85	85	100
	Cipolla	4	4,5	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**N 111 - PASTA AL BURRO E PARMIGIANO**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Lessare la pasta, scolarla e condirla con il burro aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura.  A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Pasta	40	45	50
	Parmigiano	5	5,5	6
	Burro	5	5,5	6
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				

**N 112 - PASTA AL PESTO DELICATO**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Lavare le foglie di basilico e asciugarle. Porle nell'omogeneizzatore insieme all'olio e tritare. Lessare la pasta e scolarla. Condire con il pesto ed il parmigiano e aggiungere, se necessario, poca acqua di cottura.	Pasta	40	45	50
	Basilico	4	4,5	5
	Parmigiano	4	4,5	5
	Olio extravergine	3	3,5	4
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				

**N 113 - PASTA AL POMODORO**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Tritare finemente gli odori, farli cuocere nell'olio con i pomodori passati e far addensare. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Pasta	40	45	50
	Carote	2,5	2,5	3
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				


**N 114 - PASTA AL POMODORO FRESCO E BASILICO**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Lavare i pomodori freschi ed eliminare i piccioli. Tagliarli a metà ed eliminare i semi. Tritare finemente la cipolla e farla appassire nell'olio. Aggiungere i pomodori freschi e far cuocere. A fine cottura passare la salsa con il passaverdure e aggiungere il basilico fresco. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	40	45	50
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Pomodori freschi	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
	Basilico	q.b	q.b	q.b
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 115 - PASTA AL RAGÙ DI CARNE**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Tritare finemente li odori e farli appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati e far addensare. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	40	45	50
	Spalla di bovino	10	10	10
	Carote	2,5	2,5	3
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 116 - PASTA AL RAGU' VEGETALE**

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli appassire nell' olio e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Aggiungere i pomodori e, a cottura ultimata, passare il sugo con il passaverdure. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Pasta	40	45
	Carote	5	5	5
	Cipolla	4	4,5	5
	Sedano	2,5	2,5	3
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 117 - PASTA AL SUGO DI TROTA**

Ricetta: Tritare i filetti di trota (correttamente scongelati). Preparare una salsa con i pomodori passati, l'olio, l'aglio intero ed i filetti di trota e far addensare. A fine cottura togliere l'aglio. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Pasta	40	45
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
	Filetti di trota surgelata	10	10	10
	Pomodori pelati	50	55	60
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 118 - PASTA ALL'OLIO E PARMIGIANO**

Ricetta: Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Pasta	40	45
	Parmigiano	5	5,5	6
	Olio extravergine	5	5,5	6

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**N 119 - PASTA ALL'ORTOLANA**

Ricetta: Mondare e lavare le verdure, tagliarle in piccoli pezzi. Metterle a cuocere con gli odori finemente tritati in poco brodo vegetale (ricetta N 401) e olio. Aggiungere i pomodori. A cottura ultimata, passare il sugo con il passaverdure. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	40	45	50
	Zucchine	15	15	20
	Carote	15	15	20
	Cipolla	4	4,5	5
	Sedano	2,5	2,5	3
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 120 - PASTA CON ZUCCA**

Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semi interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare con la cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura aggiungendo, man mano, se necessario, brodo vegetale bollente. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la zucca. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19-24 mesi	25-36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	40	45	50
	Zucca	25	25	30
	Cipolla	4	4,5	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 121 - PASTA CON ZUCCHINE**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Lavare e mondare le zucchine, tagliarle a dadini e lasciarle stufare, con la cipolla finemente tritata, nell' olio e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura aggiungendo, man mano, se necessario, brodo vegetale bollente. Lessare la pasta , scolarla e condirla con le zucchine A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	40	45	50
	Zucchine	25	25	30
	Cipolla	4	4,5	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 122 - PASTA E PATATE**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19- 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Lavare e sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Tritare finemente gli odori e farli appassire in poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Aggiungere le patate ed i pomodori passati. Allungare con acqua calda e portare a cottura. Lessare a parte la pasta, scolarla ed unirli agli altri ingredienti. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b>Condire la preparazione con olio a crudo</b>  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	30	30	35
	Patate	40	40	45
	Carote	3	3	5
	Sedano	2	2	2
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Pomodori pelati	10	10	10
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 123 - PASTA ROSA**

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli appassire nell'olio ed aggiungere i pomodori passati. Far addensare. Lessare la pasta. Nel frattempo, a fuoco spento, aggiungere la ricotta nel sugo. Scolare la pasta e condirla con la salsa, mescolando con cura.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pasta	40	45	50
	Carote	2,5	2,5	3
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Ricotta	10	10	15
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 124 - RISO ALLA PARMIGIANA**

Ricetta: Lessare il riso, scolarlo e condirlo con il burro aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Riso	40	45	50
	Parmigiano	5	5,5	6
	Burro	5	5,5	6

**N 125 - RISOTTO AL POMODORO**

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli cuocere con i pomodori passati e l'olio. Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento e portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente (ricetta N 401). A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Riso	40	45	50
	Carote	2,5	2,5	3
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 126 - RISOTTO AL RAGU' DI CARNE**

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli appassire in olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati Unire il riso. Mescolare accuratamente e portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente (ricetta N 401). A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Riso	40	45
	Spalla di bovino	10	10	10
	Carote	2,5	2,5	3
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N 127 - RISOTTO ALLO ZAFFERANO**

Ricetta: Far appassire la cipolla finemente tritata nell'olio. Unire il riso. Mescolare accuratamente e portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente (ricetta N 401). A cottura ultimata sciogliere lo zafferano in poco brodo vegetale, unirlo al riso e amalgamare bene. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Riso	40	45
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Parmigiano	3	4	5
	Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	3	3	3,5


**N 128 - RISOTTO CON CREMA DI LATTUGA**

Ricetta: Dopo aver mondato e lavato la lattuga, tagliarla e stufarla con la cipolla finemente tritata nell' olio e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Passare il tutto e versare in una casseruola unendo il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Riso	40	45
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Lattuga	25	25	30
	Brodo vegetale	q.b	q.b	q.b
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 129 - RISOTTO CON CREMA DI PISELLI**

Ricetta: Stufare i piselli con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Passarli in modo da ottenere una crema omogenea ed unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Riso	40	45
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Piselli surgelati	10	10	15
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**N 130 - RISOTTO CON ZUCCA**

Ricetta: Lavare e mondare la zucca. Tagliarla a dadini e stufarla con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
	Riso	40	45	50
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Zucca	25	25	30
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 131 - RISOTTO CON ZUCCHINE**

Ricetta: Mondare e lavare le zucchine. Tagliarle a dadini e stufarle con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta N401). Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
	Riso	40	45	50
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Zucchine	25	25	30
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
	Olio extravergine	3	3	3,5

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**N 132 – TIMBALLO DI PASTA**

Ricetta: Ragù: Lavare e tritare finemente gli odori e farli appassire nell' olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati e far addensare. Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare la formazione dei grumi. Lessare la pasta, scolarla al dente e condirla con il sugo, la besciamella ed il parmigiano. Mescolare delicatamente, versare in una teglia ed infornare.  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19- 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Pasta	40	45
	Parmigiano	4	4,5	5
	<b>Ragù</b>			
	Spalla bovino	30	30	40
	Pomodori pelati	80	90	100
	Carote	2,5	2,5	3
	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Olio extravergine	3	3	3,5
	<b>Besciamella</b>			
	Latte	30	35	40
	Farina	3	3,5	4
	Burro	3	3,5	4


**5.4 – Tabelle dietetiche secondi piatti 13 - 18 mesi/19 - 24 mesi/25 - 36 mesi**
**N 201 - ARROSTO DI BOVINO**

Ricetta: Condire la carne con rosmarino tritato. Mettere a cuocere in un tegame, aggiungere l'olio e un trito di sedano, carota e cipolla. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo vegetale bollente (ricetta N 401). A cottura ultimata affettare la carne, tagliarla in piccolissimi pezzi e cospargerla con la salsa di cottura.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Noce bovino	30	40
	Sedano	2	2	2
	Carota	6	8	10
	Cipolla	3	4	5
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N 202 - ARROSTO DI MAIALE**

Ricetta: Condire la carne con un trito di alloro e rosmarino. Metterla in un tegame, aggiungere aglio intero e olio. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo vegetale bollente (ricetta N 401). A cottura ultimata affettare la carne, tagliarla in piccolissimi pezzi e cospargerla con la salsa di cottura.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Arista maiale	30	40
	Alloro	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2,5	3	4


**N 203 - ARROSTO DI TACCHINO**

Ricetta: Mettere a cuocere la carne in un tegame, aggiungere l'olio, un trito di sedano, carota e cipolla. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo vegetale bollente (ricetta N 401). A cottura ultimata affettare la carne, tagliarla in piccolissimi pezzi e cospargerla con la salsa di cottura.  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Fesa tacchino	30	40	50
Sedano	2	2	2	
Carota	6	8	10	
Cipolla	3	4	5	
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extravergine	2,5	3	4	

**N 204 - BOCCONCINI DI POLLO CON CREMA DI LATTUGA**

Ricetta: Tagliare il petto di pollo in piccolissimi dadini, infarinarli e metterli in un tegame con l'olio e la cipolla finemente tritata. Aggiungere la lattuga lavata e tagliata a sottili listarelle e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Far cuocere fino ad ottenere una consistenza cremosa.  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Petto pollo	30	40	50
Farina	2	2	2,5	
Lattuga	70	90	100	
Cipolla	3	3	3	
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extravergine	2,5	3	4	

**N 205 - BOCCONCINI DI TACCHINO**

Ricetta: Mettere in un tegame il tacchino tagliato in piccolissimi dadini e condirlo con olio, aglio intero e rosmarino. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo vegetale bollente (ricetta N 401). Servire la carne con la salsa di cottura.  <u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Fesa tacchino	30	40	50
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	
Olio extravergine	2,5	3	4	


**N 206 - CROCCHETTE DI NASELLO**

Ricetta: Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato e le uova. Amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare le crocchette e passarle nel pangrattato. Disporle in una teglia oliata ed infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Filetto nasello surg.	40	50
	Pane raffermo	4	5	6
	Uova	2,5	3	3
	Pangrattato per panatura	2,5	3	3,5
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 207 - CROCCHETTE DI RICOTTA E SPINACI**

Ricetta: Lessare gli spinaci in pochissima acqua; strizzarli bene e tritarli. Eliminare l'eccesso di siero dalla ricotta. Amalgamare gli spinaci e la ricotta con l'uovo e il parmigiano. Formare delle crocchette, passarle nel pangrattato, disporle su una teglia oliata e infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Ricotta	35	40
	Spinaci surg.	10	15	20
	Uova	2,5	2,5	3
	Parmigiano	2,5	2,5	3
	Pangrattato per panatura	2,5	3	3,5
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 208 - FESA DI TACCHINO AL LIMONE**

Ricetta: Tagliare il tacchino in piccolissimi pezzi, infarinarli disporli in una teglia oliata ed infornare. Diluire il succo di limone filtrato con altrettanta acqua e versarlo sulla carne. Lasciar ridurre un pochino il liquido e sfornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Fesa tacchino	30	40
	Farina	2	2	2,5
	Limone (succo) +acqua	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**N 209 - FILETTI DI PLATESSA GRATINATI**

<b>Ricetta:</b> Porre i filetti di platessa (correttamente scongelati) in una teglia oliata. Spolverizzare con il pangrattato ed infornare. A cottura ultimata aggiungere una spruzzata di succo di limone.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Filetto platessa surg.	40	50	60
	Pangrattato	2	2,5	3
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N 210 - FORMAGGIO CACIOTTA DOLCE**

Tagliare la caciotta in piccolissimi pezzi	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Caciotta dolce	15	20	25

**N 211 - FORMAGGIO CRESCENZA**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Crescenza	25	30	40

**N 212 - FORMAGGIO PROVOLONE DOLCE**

Tagliare il provolone dolce in piccolissimi pezzi	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Provolone dolce	15	20	25

**N 213 - FORMAGGIO ROBIOLA**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Robiola	25	30	40


**N 214 - FRITTATA**

Ricetta: Sbattere le uova con il latte. Oliare una teglia ed infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Uova	50	50	50
	Latte	2	2	2
	Olio extravergine	4	4	4

**N 215 - FRITTATA CON CARCIOFI**

Ricetta: Lessare i carciofi. Tagliarli a dadini ed unirli alle uova, precedentemente sbattute con il latte. Versare in una teglia oliata ed infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Uova	50	50	50
	Carciofi surg.	40	40	40
	Latte	2	2	2
	Olio extravergine	4	4	4

**N 216 - FRITTATA CON PATATE**

Ricetta: Lavare e sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Condirle con olio, metterle in una teglia ed infornare. Sbattere le uova con il latte e versare il composto sulle patate. Infornare nuovamente.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Uova	50	50	50
	Patate	70	70	70
	Latte	2	2	2
	Olio extravergine	4	4	4


**N 217 - FRITTATA CON ZUCCHINE**

Ricetta: Lavare e mondare le zucchine e tagliarle a rondelle a rondelle. Condirle con olio, metterle in una teglia ed infornare. Sbattere le uova con il latte e versare il composto sulle zucchine. Infornare nuovamente.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Uova	50	50	50
	Zucchine	100	100	100
	Latte	2	2	2
	Olio extravergine	4	4	4

**N 218 - MEDAGLIONI DI LIMANDA**

Ricetta: Tritare i filetti di limanda (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Filetto limanda surg.	40	50	60
	Pane raffermo	4	5	6
	Uova	2	2,5	3
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N 219 - MEDAGLIONI DI MERLUZZO**

Ricetta: Tritare i filetti di merluzzo (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Filetto merluzzo surg.	40	50	60
	Pane raffermo	4	5	6
	Uova	2	2,5	3
	Olio extravergine	2,5	3	4


**N 220 - MEDAGLIONI DI NASELLO**

Ricetta: Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed infornare.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Filetto nasello surg.	40	50	60
Pane raffermo	4	5	6	
Uova	2	2,5	3	
Olio extravergine	2,5	3	4	

**N 221 - MEDAGLIONI DI SPIGOLA**

Ricetta: Tritare i filetti di spigola (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed infornare.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Filetto spigola surg.	40	50	60
Pane raffermo	4	5	6	
Uova	2	2,5	3	
Olio extravergine	2,5	3	4	

**N 222 - MOZZARELLA**

Tagliare la mozzarella in piccolissimi pezzi	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Mozzarella	30	40	50


**N 223 - POLPETTE DI BOVINO AL POMODORO**

Ricetta: Macinare la carne, amalgamare con le uova, il prezzemolo fresco lavato e finemente tritato e il pane raffermo precedentemente ammollato. Formare le polpette. In un tegame far appassire gli odori in olio ed aggiungere i pomodori pelati passati. Disporre le polpette e far cuocere.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Spalla bovino	30	40
Cipolla		2	2,5	3
Carota		2	2,5	3
Sedano		2	2	3
Prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
Uova		1,5	2	2,5
Pane raffermo		3	4	5
Pomodori pelati		20	25	30
Olio extravergine		2,5	3	4

**N 224 - POLPETTE DI CARNE MISTA AL POMODORO**

Ricetta: Far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata ed aggiungere i pomodori passati e far cuocere. Macinare le carni. Unire le uova, il pane raffermo precedentemente ammollato ed amalgamare. Formare le polpette. Disporre le polpette in una teglia oliata ed infornare; a metà cottura irrorare con il brodo vegetale (ricetta N 401) e lasciar ridurre. Versare il sugo sulle polpette e infornare nuovamente per terminare la cottura. Prima di servire spolverizzare le polpette con il parmigiano.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Spalla bovino	15	20
Spalla maiale		15	20	25
Cipolla		2	2,5	3
Uova		1,5	2	2,5
Pane raffermo		3	4	5
Pomodori pelati		20	25	30
Brodo vegetale		q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano		1	1,5	2
Olio extravergine		2,5	3	4


**N 225 - POLPETTONE DI AGNELLO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e asciugare bene l'agnello. Macinare la carne, amalgamare con le uova ed il pane raffermo precedentemente ammollato. Amalgamare e formare il polpettone. Avvolgerlo con carta da forno precedentemente oliata, disporlo in una teglia e infornare.	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Agnello disossato	30	40	50
	Uova	1,5	2	2,5
	Pane raffermo	3	4	5
	Olio extravergine	2,5	3	4
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				

**N 226 - POLPETTONE DI BOVINO**

<b>Ricetta:</b> Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente, il pane raffermo precedentemente ammollato. Amalgamare e formare il polpettone. Avvolgerlo con carta da forno precedentemente oliata, disporlo in una teglia e infornare.	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Spalla bovino	30	40	50
	Uova	1,5	2	2,5
	Pane raffermo	3	4	5
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2,5	3	4
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				


**N 227 - POLPETTONE GOLOSO DI BOVINO**

<b>Ricetta:</b> Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente, il pane raffermo precedentemente ammollato, il prosciutto tritato. Amalgamare e formare il polpettone. Avvolgerlo con carta da forno precedentemente oliata, disporlo in una teglia e infornare.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Spalla bovino	30	40	50
	Prosciutto cotto	3	4	5
	Uova	1,5	2	2,5
	Pane raffermo	3	4	5
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N 228 - PROSCIUTTO COTTO**

Tagliare il prosciutto in piccolissimi pezzi	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Prosciutto cotto	20	30	40

**N 229 - RICOTTA**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Ricotta	30	40	50


**N 230 - SFORMATO DI TACCHINO CON CAROTE**

Ricetta: Mondare le carote, lavarle e tagliarle a rondelle. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata. Unire le carote, aggiungere poco brodo vegetale (ricetta N 401) e far stufare. Macinare la carne ed unirvi le carote cotte, l'uovo ed il pane raffermo precedentemente ammollato. Amalgamare bene e disporre il composto in una teglia oliata, spolverare la superficie con poco pangrattato e infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Fesa tacchino	30	40
Cipolla		2	2,5	3
Carote		70	90	100
Uova		1,5	2	2,5
Pane raffermo		3	4	5
Pangrattato		1,5	2	2,5
Olio extravergine		2,5	3	4

**N 231 - STRACCETTI DI POLLO CREMOLATI**

Ricetta: Tagliare il petto di pollo a striscioline molto sottili infarinare e adagiarle in un tegame con l'olio. Far cuocere con poco brodo vegetale (ricetta N 401); mescolare con cura e far ridurre il liquido.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Petto pollo	30	40
Farina		1,5	2	2,5
Brodo vegetale		q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine		2,5	3	4


**N 232 - TORTINO DI PATATE**

<b>Ricetta:</b> Lavare e lessare le patate; sbucciarle e passarle. Unire le uova, il latte, il prosciutto cotto e il fior di latte tritati. Amalgamare il composto e stenderlo sulla teglia oliata e cosparsa di pangrattato. Cospargere anche la superficie del tortino con il pangrattato ed infornare.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Patate	70	90	100
	Fior di latte	10	15	20
	Prosciutto cotto	10	15	20
	Latte	5	8	10
	Uova	2	4	5
	Pangrattato	2	2,5	3
	Olio extravergine	2,5	3	4

**N 233 - UOVA STRAPAZZATE**

<b>Ricetta:</b> Sbattere le uova con il latte. Versare il composto in una padella oliata mescolando in continuazione. Quando le uova divengono simili ad una crema, togliere dal fuoco.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Uova	50	50	50
	Latte	3	3	3
	Olio extravergine	4	4	4


**5.5 – Tabelle dietetiche contorni piatti 13 - 18 mesi / 19 - 24 mesi / 25 - 36 mesi**
**N 301 - BIETA ALL'OLIO**

Ricetta: Mondare la bieta, lavarla e lessarla in poca acqua. Scolare bene, tagliarla finemente e condire con olio.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Bieta	70	90
	Olio extravergine	2	2,5	3
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				

**N 302 - BIETA AL POMODORO**

Ricetta: Mondare la bieta, lavarla e lessarla in poca acqua. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata ed unire i pomodori passati. Aggiungere la bieta e terminare la cottura. Tagliarla finemente.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Bieta	70	90
	Cipolla	2	2	2
	Pomodori pelati	15	20	30
	Olio extravergine	2	2,5	3
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				

**N 303 - CAROTE AL TEGAME**

Ricetta: Mondare le carote, lavarle e tagliarle a rondelle. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata. Unire le carote, aggiungere poco brodo vegetale (ricetta N 401) e far stufare. Durante la cottura, se necessario, aggiungere altro brodo vegetale bollente. A fine cottura il brodo deve essere del tutto consumato.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Carote	70	90
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Cipolla	2	2	2
	Olio extravergine	2	2,5	3
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>				


**N 304 - CAROTE ALL'OLIO**

<b>Ricetta:</b> Mondare e lavare le carote e lessarle. Scolarle, tagliarle a rondelle e condirle con olio.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi</b>	<b>19 – 24 mesi</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
	Carote	70	90	100
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 305 - CAROTE JULIENNE**

<b>Ricetta:</b> Mondare le carote e lavarle. Tagliarle a julienne e condirle con olio.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>
	Carote	50
	Olio extravergine	3

**N 306 - CAVOLFIORI ALL'OLIO**

<b>Ricetta:</b> Mondare, lavare e lessare i cavolfiori. Tagliarli in piccoli pezzi e condire con olio.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi</b>	<b>19 – 24 mesi</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
	Cavolfiori	70	90	100
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 307 - CAVOLFIORI GRATINATI**

<b>Ricetta:</b> Mondare, lavare e lessare i cavolfiori. Scolarli e disporli in una teglia oliata e spolverizzare con il pangrattato. Gratinare al forno.  <u><b>N.B. Usare sale iodato con moderazione</b></u>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi</b>	<b>19 – 24 mesi</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
	Cavolfiori	70	90	100
	Pangrattato	1,5	2	2
	Olio extravergine	2	2,5	3


**N 308 - FAGIOLINI AL POMODORO (estate)**

Ricetta: Mondare, lavare e lessare i fagiolini al dente. Scolarli. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata ed unire i pomodori passati. Aggiungere i fagiolini e terminare la cottura. Tagliare i fagiolini in piccoli pezzi.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Fagiolini freschi	70	90	100
	Cipolla	2	2	2
	Pomodori pelati	15	20	30
	Olio extravergine	2	2,5	3

**308 A - FAGIOLINI AL POMODORO (inverno)**

Ricetta: Lessare i fagiolini al dente e scolarli. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata ed unire i pomodori passati. Aggiungere i fagiolini e terminare la cottura. Tagliare i fagiolini in piccoli pezzi.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Fagiolini surg.	70	90	100
	Cipolla	2	2	2
	Pomodori pelati	15	20	30
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 309 - FAGIOLINI ALL'OLIO (estate)**

Ricetta: Mondare, lavare e lessare i fagiolini Scolarli e tagliarli in piccoli pezzi. Condire con olio.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Fagiolini freschi	70	90	100
	Olio extravergine	2	2,5	3


**N 309 A - FAGIOLINI ALL'OLIO (inverno)**

Ricetta: Lessare i fagiolini. Scolarli e tagliarli in piccoli pezzi. Condire con olio.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
		Fagiolini surg.	70	90
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 310 - FINOCCHI AL TEGAME**

Ricetta: Mondare e lavare i finocchi. Tagliarli in piccoli pezzi e disporli in un tegame con olio ed aglio intero. Aggiungere poco brodo vegetale, (ricetta <b>N 401</b> ) mescolare e far stufare. Togliere l'aglio. Durante la cottura, se necessario, aggiungere altro brodo vegetale bollente. A fine cottura il brodo deve essere del tutto consumato.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g	
		Finocchi	70	90	100
		Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
		Aglio intero	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine	2	2,5	3

**N 311 - FINOCCHI GRATINATI**

Ricetta: Mondare, lavare i finocchi e tagliarli in quattro. Lessarli e scolarli. Tagliarli a fette e disporli in una teglia oliata. Spolverizzare con il pangrattato. Gratinare al forno.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g	
		Finocchi	70	90	100
		Pangrattato	1,5	2	2
		Olio extravergine	2	2,5	3


**N 312 - INSALATA CAPPUCINA**

Ricetta: Mondare e lavare l'insalata, tagliare finemente e condirla con olio.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Cappuccina	30	40	50
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 313 - INSALATA DI POMODORI**

Ricetta: Lavare i pomodori e togliere i piccioli. Tagliarli in piccoli pezzi e condirli con olio.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Pomodori	30	40	50
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 314 - PATATE AL FORNO**

Ricetta: Lavare e sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Condire con olio e rosmarino e metterle in una teglia. Infornare.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
<b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	Patate	70	90	100
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2	2,5	3


**N 315 - PATATE AL TEGAME**

<b>Ricetta:</b> Lavare e lessare per pochi minuti le patate. Sbucciarle, tagliarle a dadini e disporle in un tegame con l'olio, l'aglio intero ed il rosmarino. Far cuocere fino a quando non saranno ben rosolate ed eliminare l'aglio.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Patate	70	90	100
	Aglio intero	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 316 - PATATE ALL'OLIO**

<b>Ricetta:</b> Lavare e lessare le patate; sbucciarle e tagliarle a dadini. Condire con olio.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Patate	70	90	100
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 317 - PUREA DI PATATE**

<b>Ricetta:</b> Lavare e lessare le patate; sbucciarle e passarle. Raccogliere la purea in una casseruola. Scaldare il latte senza farlo bollire. Aggiungere alle patate il burro a pezzetti. Versare lentamente il latte caldo e lavorare bene il composto fino ad ottenere una purea soffice ed omogenea. Togliere dal fuoco, aggiungere il parmigiano e mescolare bene.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Patate	70	90	100
	Latte	20	25	30
	Parmigiano	2	2,5	3
	Burro	2	2,5	3


**N 318 - SPINACI ALL'OLIO (estate)**

<b>Ricetta:</b> Mondare, lavare accuratamente gli spinaci e lessarli in pochissima acqua; strizzarli bene e tagliarli finemente. Condire con olio.	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Spinaci freschi	70	90	100
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**318 A - SPINACI ALL'OLIO (inverno)**

<b>Ricetta:</b> Lessare gli spinaci in poca acqua, scolarli e strizzarli bene. Tagliare finemente gli spinaci e condirli con olio.	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Spinaci surg	70	90	100
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**

**N 319 - TORTINO DI ZUCCA**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semi interni, tagliarla a dadini e cuocerla in un tegame con poca acqua. Dopo averla scolata molto bene per far perdere tutta l'acqua, metterla in un recipiente, aggiungere le uova, il pangrattato ed il parmigiano. Amalgamare il tutto finché il composto non risulti omogeneo ed adagiarlo in una teglia leggermente oliata. Infornare fino al formarsi della crosticina in superficie	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Zucca	70	90	100
	Parmigiano	3,5	4,5	5
	Pangrattato	7	9	10
	Uova	7	9	10
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**N 320 - TORTINO DI ZUCCHINE**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare le zucchine, tagliarle a dadini e cuocerle in un tegame con poca acqua. Dopo averle scolate molto bene per far perdere tutta l'acqua, metterle in un recipiente, aggiungere le uova, il pangrattato ed il parmigiano. Amalgamare il tutto finché il composto non risulti omogeneo ed adagiarlo in una teglia leggermente oliata. Infornare fino al formarsi della crosticina in superficie.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi</b>	<b>19 – 24 mesi</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
	Zucchine	70	90	100
	Parmigiano	3,5	4,5	5
	Pangrattato	7	9	10
	Uova	7	9	10
Olio extravergine	2	2,5	3	

**N 321 - ZUCCA GRATINATA**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semi interni, tagliarla a dadini e cuocerla in un tegame con poca acqua. Adagiare il composto in una teglia oliata. Spolverare con pangrattato e gratinare in forno.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi</b>	<b>19 – 24 mesi</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
	Zucca	70	90	100
	Pangrattato	1,5	2	2
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N 322 - ZUCCHINE GRATINATE**

<b>Ricetta:</b> Lavare e mondare, le zucchine e tagliarle a fette. Disponerle in una teglia oliata, condirle con pangrattato, prezzemolo fresco lavato e tritato finemente e olio. Infornare.  <b><u>N.B. Usare sale iodato con moderazione</u></b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi</b>	<b>19 – 24 mesi</b>	<b>25 – 36 mesi</b>
		<b>g</b>	<b>g</b>	<b>g</b>
	Zucchine	70	90	100
	Pangrattato	1,5	2	2
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine	2	2,5	3	


**N 323 - ZUCCHINE TRIFOLATE**

Ricetta: Lavare e mondare, le zucchine e tagliarle a rondelle. Metterle in un tegame con olio e aglio intero e far cuocere. A cottura ultimata eliminare l'aglio e aggiungere il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente.	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
		g	g	g
	Zucchine	70	90	100
	Aglio intero	q.b.	q.b.	q.b.
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
	Olio extravergine	2	2,5	3

**N.B. Usare sale iodato con moderazione**


**5.6 – Tabelle dietetiche altri alimenti piatti 13 - 18 mesi / 19 - 24 mesi / 25 - 36 mesi**
**N 401 - BASE PER BRODO VEGETALE da utilizzare per le preparazioni**

<b>Ricetta:</b>	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
Mondare e lavare le verdure accuratamente. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare a ebollizione e cuocere . Filtrare il brodo ottenuto e utilizzarlo nelle preparazioni ove è previsto.	Cipolle	2	2	2
	Carote	2	2	2
	Sedano	2	2	2

**N 402 - PANE**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Pane	15	20	20

ROMA



Dipartimento Servizi Educativi e Scolastici, Politiche della Famiglia e dell'Infanzia  
Direzione Servizi di Supporto al Sistema Educativo Scolastico

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica a ridotto impatto ambientale nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 25 luglio 2011. Lotti prestazionali e territoriali n. 15  
Periodo 1 settembre 2017 – 31 luglio 2020:

## 6. SPUNTINI

**6.1 Tabelle dietetiche****ORE 9:00-9:30****N 403 - FRUTTA FRESCA**

<b>Mela e pera:</b> lavare, sbucciare e grattugiare o omogeneizzare. <b>Banana:</b> sbucciare e schiacciare.	<b>Ingredienti</b>	<b>7 - 8 mesi</b> <b>g</b>
	Frutta fresca grattugiata/ omogeneizzata/omogeneizzato di frutta	60

**N 403 - FRUTTA FRESCA**

<b>Mela e pera:</b> lavare, sbucciare e grattugiare o omogeneizzare. <b>Banana:</b> sbucciare e schiacciare.	<b>Ingredienti</b>	<b>9 - 12 mesi</b> <b>g</b>
	Frutta fresca grattugiata/ omogeneizzata/omogeneizzato di frutta	60

**N 403 - FRUTTA FRESCA**

<b>Frutta fresca</b> Lavare la frutta. sbucciarla e tagliarla a pezzi <b>Banana:</b> sbucciare e tagliare a pezzi.	<b>Ingredienti</b>	<b>13- 18 mesi</b> <b>g</b>	<b>19- 24 mesi/ 25- 36 mesi</b> <b>g</b>
	Frutta fresca	80	100

ROMA



Dipartimento Servizi Educativi e Scolastici, Politiche della Famiglia e dell'Infanzia  
Direzione Servizi di Supporto al Sistema Educativo Scolastico

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica a ridotto impatto ambientale nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 25 luglio 2011. Lotti prestazionali e territoriali n. 15  
Periodo 1 settembre 2017 – 31 luglio 2020:

## 7. MERENDA



## 7.1 Tabelle dietetiche

### N 501 - FOCACCIA BIANCA SOFFICE

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Focaccia bianca soffice	20	25	30

### N 502 – FOCACCIA ROSSA SOFFICE

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Focaccia rossa soffice	30	35	40

### N 503 - FRULLATO DI BANANA CON LATTE

<b>Ricetta:</b> Sbucciare la banana. Tagliarla in piccoli pezzi e frullarla con il latte.	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Latte	80	80	100
	Banana	60	60	80

### N 504 - GELATO FIOR DI LATTE

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Gelato	30	40	50

### N 505 - LATTE E BISCOTTI

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Latte	100	120	150
	Biscotti	10	15	20

**N 506 - LATTE E FETTE BISCOTTATE**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Latte	100	120	150
	Fette biscottate	10	15	20

**N 507 - PANE A FETTE E OLIO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Pane	20	20	30
	Olio extravergine	3	3	5

**N 508 - PANE A FETTE E POMODORO**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Pane	20	20	30
	Pomodoro	10	10	15
	Olio extravergine	3	3	5

**N 509 – POLPA DI FRUTTA**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Polpa di frutta	100	100	100


**N 510 - SPREMUTA DI ARANCIA E CIAMBELLONE**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Spremuta di arancia	100	100	100
	Ciambellone	20	25	35
<b>CIAMBELLONE</b>				
<b>Ricetta per 25 porzioni:</b> Sbattere le uova con lo zucchero, aggiungere la farina, il latte, il limone grattugiato e l'olio (se il composto risultasse troppo morbido diminuire il quantitativo dell'olio). Amalgamare bene ed aggiungere per ultimo, il lievito. Versare il composto in un stampo precedentemente unto ed infarinato. Infornare a forno caldo e portare a cottura.	Uova		n.3	
	Zucchero		300	
	Farina		400	
	Latte fresco		150	
	Olio girasole		150	
	Limone grattugiato		1	
	Lievito			1 bustina (16g)

**N 511 - SPREMUTA DI ARANCIA E FETTE BISCOTTATE CON CONFETTURA DI FRUTTA**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Spremuta di arancia	100	100	100
	Fette biscottate	10	10	20
	Confettura di frutta	10	10	15

**N 512 - YOGURT NATURALE/ALLA FRUTTA**

	<b>Ingredienti</b>	<b>13 – 18 mesi g</b>	<b>19 – 24 mesi g</b>	<b>25 – 36 mesi g</b>
	Yogurt naturale/alla frutta (vasetto 125 g)	n. 1	n. 1	n. 1