Scuola Materna
San Giuseppe di Lerino
Scuola dell'Infanzia e Nido integrato

SPECIALE MENÙ
ANNO SCOLASTICO IN CORSO

La cucina della nostra scuola è dotata delle più moderne attrezzature per la preparazione dei cibi, curata da due cuoche esperte e continuamente aggiornate, per rispondere alle diverse esigenze.

Si accolgono richieste di particolari diete (bambino intollerante/allergico) mediante presentazione di certificato medico.

Sono previsti **2 menù stagionali** suddivisi in 5 settimane a rotazione (**A**, **B**, **C**, **D**, **E**).

Merenda del mattino: frutta fresca di stagione.

Merenda del pomeriggio: varia tra frutta di stagione, yogurt bianco naturale, pane e ricotta, succo di frutta senza zucchero fatto dalle cuoche, budino, pane tostato al rosmarino e al pomodoro e origano, purea di frutta fresca, Plum-Cake, biscotti e succo di frutta fatto dalle cuoche.

Il menù lattanti è modificato rispetto alle indicazioni del pediatra.

I compleanni si festeggiano ogni secondo mercoledì del mese.

Le verdure cotte possono talvolta essere sostituite con verdure crude.

Occasionalmente possono esserci piccole variazioni del menù in dipendenza dalla disponibilità dei prodotti freschi.

Scuola Materna
San Giuseppe di Lerino
Scuola dell'Infanzia e Nido integrato

Menù **AUTUNNO - INVERNO**

SETTIMANA **A**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: pasta al pomodoro e lenticchie (lenticchie in purea) • Grana • Pane comune	• Pastina in brodo di carne • Frittata con spinaci • Purè di patate Verdura cotta o cruda • Pane comune	• Risotto con verdure di stagione (verdure in purea) • Bollito manzo • Verdura cotta • Pane comune zoccoletto	• Pasta integrale all'olio evo e grana • Fagioli • Verdura cruda • Pane comune di grano duro	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: merluzzo alla vicentina con patate o polenta • Frutta fresca di stagione • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **B**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta integrale al pomodoro e verdure (verdure in purea) • Formaggio Asiago • Verdura cotta • Pane comune	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: gnocchi di patate al ragù di manzo • Frutta fresca di stagione • Pane comune	• Passato di verdura con orzo semi integrale • Uova sode al pomodoro • Verdura cotta • Pane comune zoccoletto	• Pasta all'olio evo e grana • Polpette di ceci • Verdura cruda • Pane comune di grano duro	• Crema di zucca con riso • Pesce spada alla piastra • Verdura cotta • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **C**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta alla crema di zucca • Purè di lenticchie o farinata di ceci • Verdure cotte • Pane comune	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: spezzatino di vitellone con polenta o patate • Frutta fresca di stagione • Pane comune	• Risotto con verdure stagionali (verdure in purea) • Formaggio caciotta • Verdura cotta • Pane comune zoccoletto	• Passato di verdura con pastina o farro semi integrale • Frittata alla pizzaiola • Verdura cotta • Pane comune di grano duro	• Pasta integrale all'olio evo e grana • Merluzzo al forno • Verdura cruda • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **D**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta integrale al pomodoro • Grana • Verdura cotta • Pane comune	• Brodo vegetale con pastina • Uova sode • Patate • Verdura cotta o cruda • Frutta fresca di stagione • Pane comune	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: pizza margherita o pasta al ragù o pasticcio con ragù di faraona o anatra • Frutta fresca di stagione • Pane comune zoccoletto	• Pasta all'olio evo e grana • Lenticchie agli aromi • Verdura cruda • Pane comune di grano duro	• Riso con verdure stagionali Verdure in purea) • Polpette di platessa o merluzzo o hamburger di trota • Verdura cruda • Pane comune

SETTIMANA **E**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Brodo vegetale con pastina • Frittata di uova e cavolfiore • Verdura cotta • Pane comune	• Pasta integrale al pomodoro e origano • Fagioli in rosso • Verdura cruda • Pane comune	• Antipasto: verdura cruda • Piatto unico: pizza margherita o pasta al ragù o pasticcio con ragù di faraona o anatra • Frutta fresca di stagione • Pane comune zoccoletto	• Pasta all'olio evo e grana • Polpette di pollo e ricotta • Verdura cruda • Pane comune di grano duro	• Crema di patate e carote con riso o orzo semi integrale • Filetti merluzzo al vapore • Verdura cotta • Pane comune di grano duro

Elenco verdure cotte: SPINACI, BIETA, FAGIOLINI, CAVOLFIORE, CAROTE, FINOCCHI, VERZE.
Elenco verdure crude: INSALATA, CAPPUCCI, CAROTE, FINOCCHI, RADICCHIO.

Risotto con verdure di stagione: VERZE, RADICCHIO, PORRO, CAVOLFIORE

Merende **AUTUNNO – INVERNO**

Merende del mattino: Frutta fresca di stagione e il secondo mercoledì del mese merenda portata dai bambini che festeggiano.

Merende del pomeriggio:

SETTIMANA A

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pane di tipo comune tostato o fette biscottate con frutta fresca	• Yogurt bianco naturale	• Succo di frutta prodotto in cucina (senza zucchero aggiunto) e fette biscottate	• Pane di tipo comune fresco o tostato o fetta biscottata con ricotta	• Frutta fresca di stagione e pane fresco di grano duro

SETTIMANA B

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Frutta fresca di stagione e pane fresco di tipo comune	• Pane di tipo comune tostato o fette biscottate con frutta fresca con purea di frutta fresca cotta	• **Frutta fresca di stagione**	• Yogurt bianco naturale	• Pane tostato di grano duro al rosmarino e olio evo

SETTIMANA C

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pane di tipo comune tostato o fresco o fetta biscottata con ricotta	• Succo di frutta prodotto in cucina (senza zucchero aggiunto) e fetta biscottata	• Yogurt bianco naturale	• Pane tostato di grano duro o fetta biscottata o con ricotta	• Frutta fresca di stagione e pane fresco di grano duro

SETTIMANA D

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pane di tipo comune tostato o fette biscottate con frutta fresca	• Yogurt bianco naturale	• Budino alla vaniglia o al cacao fatto dalle cuoche	• Frutta fresca di stagione e pane fresco di grano duro	• Pane tostato di grano duro al pomodoro e origano

SETTIMANA E

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Succo di frutta prodotto in cucina (senza zucchero aggiunto) e fetta biscottata	• Yogurt bianco naturale	• Frutta fresca di stagione cotta e frullata con pane tostato zoccoletto o fetta biscottata	• Dolce plum-cake prodotto in cucina	• Frutta fresca di stagione e pane fresco di grano duro

Scuola Materna
San Giuseppe di Lerino
Scuola dell'Infanzia e Nido integrato

Menù **PRIMAVERA - ESTATE**

SETTIMANA **A**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta integrale al pomodoro • Piselli • Verdura cruda • Pane comune	• Riso con verdure stagionali • Mozzarella • Verdura cruda • Pane comune	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: cous cous con verdure e pollo • Frutta fresca di stagione • Pane comune zoccoletto	• Passato di verdura con pastina • Frittata • Verdura cruda • Pane comune di grano duro	• Pasta all'olio evo e grana • Merluzzo pomodoro e origano o prezzemolato • Verdura cotta • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **B**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta integrale al pomodoro e basilico • Formaggio Asiago • Verdura cotta • Pane comune	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: orzo con piselli • Frutta fresca di stagione • Pane comune	• Brodo vegetale con pastina • Arrosto o spezzatino di coniglio • Verdura cruda Patate • Pane comune zoccoletto	• Pasta all'olio evo e grana • Uova sode al pomodoro • Verdura cotta • Pane comune di grano duro	• Passato di verdura con riso • Vitello di mare alla piastra • Verdura cruda • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **C**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta integrale alle verdure e pomodoro • Lenticchie • Verdura cotta • Pane comune	• Antipasto Verdura cruda • Piatto unico: insalata di riso con verdure e mozzarella • Frutta fresca di stagione • Pane comune	• Passato di verdura con pastina • Lonza di maiale al limone • Verdura cruda e patate • Pane comune zoccoletto	• Pasta al pesto • Frittata con zucchine • Verdura cotta • Pane comune di grano duro	• Piatto unico: Pasta al pomodoro e merluzzo • Verdura cotta o cruda • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **D**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Piatto unico: pasta integrale al pomodoro e ricotta • Verdura cotta • Pane comune	• Antipasto verdure crude • Piatto unico: pizza margherita o pasta al ragù con ragù di faraona o anatra • Frutta fresca di stagione • Pane comune	• Brodo vegetale con pastina • Polpette di ceci • Verdura cruda • Pane comune zoccoletto	• Risotto allo zafferano • Uova sode • Verdura cotta • Pane comune di grano duro	• Pasta al pesto • Hamburger di trota • Verdura cruda • Pane comune di grano duro

SETTIMANA **E**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pasta integrale con crema di zucchine • Frittata alla pizzaiola • Verdura cotta • Pane comune	• Riso al pomodoro e verdure • Bistecca di maiale alla piastra • Verdure miste crude • Pane comune	• Piatto unico: pizza margherita o pasta al ragù con ragù di faraona o anatra • Verdure miste crude • Frutta fresca di stagione • Pane comune zoccoletto	• Pasta olio evo e grana • Fagioli in rosso • Verdura cruda • Pane comune di grano duro	• Passato di verdure con pastina • Filetti merluzzo al vapore prezzemolati • Verdura cotta • Pane comune di grano duro

Elenco verdure cotte: SPINACI, BIETA, FAGIOLINI, CAROTE, ZUCCHINE.
Elenco verdure crude: INSALATA, CAPPUCCI, CAROTE, POMODORI.
Risotto con verdure di stagione: ZUCCHINE, PEPERONI, MELANZANE.

Merende **PRIMAVERA - ESTATE**

Merende del mattino: Frutta fresca di stagione e il secondo mercoledì del mese merenda portata dai bambini che festeggiano

Merende del pomeriggio:

SETTIMANA A

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pane di tipo comune tostato o fette biscottate con purea di frutta fresca cotta	• Yogurt bianco naturale	• Succo di frutta prodotto in cucina (senza zucchero aggiunto) con fette biscottate	• Pane di grano duro o fetta biscottata con ricotta	• Frutta fresca e pane fresco comune di grano duro

SETTIMANA B

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Frutta fresca di stagione e pane fresco di tipo comune	• pane di tipo comune tostato o fetta biscottata con purea di mele cotte	• Frutta fresca	• Yogurt bianco naturale	• Pane di grano duro o fetta biscottata con ricotta

SETTIMANA C

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pane di tipo comune tostato all'olio evo e rosmarino	• Infuso alla frutta prodotto dalla cucina (senza zucchero) e fetta biscottata	• Yogurt bianco naturale	• Pane di grano duro tostato o fetta biscottata con purea di frutta fresca cotta	• Frutta fresca e pane fresco di comune di grano duro

SETTIMANA D

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Frutta fresca di stagione e pane di tipo comune tostato o fetta biscottata	• Yogurt bianco naturale	• Budino alla vaniglia o al cacao fatto dalle cuoche	• Pane comune di grano duro o fetta biscottata con ricotta	• Frutta fresca e pane fresco di tipo comune di grano duro

SETTIMANA E

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
• Pane di tipo comune o fetta biscottata con purea di frutta fresca cotta	• Yogurt bianco naturale	• Succo di frutta prodotto in cucina (senza zucchero aggiunto) e fetta biscottata	• Biscotti con succo di frutta prodotto in cucina (senza zucchero aggiunto)	• Frutta fresca e pane fresco di tipo comune di grano duro

NOTE