

**MENU' NIDO - TABELLA DIETETICA AUTUNNO**  
**ANNO SCOLASTICO 2025-2026**



|                           | 1^ SETTIMANA                                                                                          | 2^ SETTIMANA                                                                                                           | 3^ SETTIMANA                                                                                      | 4^ SETTIMANA                                                                               |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>dal 01/09 al 21/11</b> | <b>01/09 - 29/09 - 27/10</b>                                                                          | <b>08/09 - 6/10 - 03/11</b>                                                                                            | <b>15/09 - 13/10 - 10/11</b>                                                                      | <b>22/09 - 20/10 - 17/11</b>                                                               |
| <b>LUNEDÌ</b>             |                                                                                                       |                                                                                                                        |                                                                                                   |                                                                                            |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                    | Frutta di stagione                                                                                                     | Frutta di stagione                                                                                | Frutta di stagione                                                                         |
| Pranzo                    | Pasta alla crema di zucchini<br>Stracchino<br>Carote cotte all'olio<br>Pane                           | Pasta al pomodoro e basilico<br>Pollo al forno<br>Carote cotte all'olio extr. oliva<br>Pane                            | Vellutata di zucca con riso<br>Hamburger di bovino<br>Zucchini all'olio<br>Pane                   | Pasta al ragù vegetale<br>Rotolo di frittata<br>Finocchi lessi<br>Pane                     |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                              | yogurt                                                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                          | torta casalinga                                                                            |
| <b>MARTEDÌ</b>            | <b>02/09 - 30/09 - 28/10</b>                                                                          | <b>09/09 - 7/10 - 04/11</b>                                                                                            | <b>16/09 - 14/10 - 11/11</b>                                                                      | <b>23/09 - 21/10 - 18/11</b>                                                               |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                    | Frutta di stagione                                                                                                     | Frutta di stagione                                                                                | Frutta di stagione                                                                         |
| Pranzo                    | Pasta al pomodoro e basilico<br>Lenticchie in umido<br>Zucchini all'olio extr. oliva e limone<br>Pane | Pasta al sugo di pesce<br>Filetto di merluzzo gratinato<br>Finocchi all'olio<br>Pane                                   | Pasta al pomodoro rustico<br>Pollo al forno<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane             | Vellutata di verdure con orzo<br>Arrosto di maiale alle mele<br>Zucchini trifolati<br>Pane |
| Merenda ove prevista      | Focaccia                                                                                              | frutta mista di stagione                                                                                               | Pane e marmellata                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                   |
| <b>MERCOLEDÌ</b>          | <b>03/09 - 01/10 - 29/10</b>                                                                          | <b>10/09 - 08/10 - 05/11</b>                                                                                           | <b>17/09 - 15/10 - 12/11</b>                                                                      | <b>24/09 - 22/10 - 19/11</b>                                                               |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                    | Frutta di stagione                                                                                                     | Frutta di stagione                                                                                | Frutta di stagione                                                                         |
| Pranzo                    | Pasta alla parmigiana<br>Polpette di carne al sugo<br>Finocchi lessi<br>Pane                          | ½ porzione di passato/minestrone di verdure con riso +<br>½ porzione di pizza margherita<br>Zucchini trifolati<br>Pane | Lasagne vegetali<br>Asiago DOP<br>Insalata mista<br>Pane                                          | Pasta al pomodoro e basilico<br>Legumi in umido<br>Carote cotte all'olio<br>Pane           |
| Merenda ove prevista      | yogurt alla frutta                                                                                    | torta casalinga                                                                                                        | frutta mista di stagione                                                                          | yogurt alla frutta                                                                         |
| <b>GIOVEDÌ</b>            | <b>04/09 - 02/10 - 30/10</b>                                                                          | <b>11/09 - 09/10 - 06/11</b>                                                                                           | <b>18/09 - 16/10 - 13/11</b>                                                                      | <b>25/09 - 23/10 - 20/11</b>                                                               |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                    | Frutta di stagione                                                                                                     | Frutta di stagione                                                                                | Frutta di stagione                                                                         |
| Pranzo                    | Minestrone di verdure e legumi con farro<br>Cotoletta di pollo al forno<br>Patate arrosto<br>Pane     | Pasta al burro e parmigiano reggiano<br>Straccetti di tacchino agli aromi<br>Spinaci/bietole all'olio e limone<br>Pane | Pasta al pesto<br>Nuggets di merluzzo dorati<br>Carote cotte all'olio<br>Pane                     | Pasta al ragù di manzo<br>Parmigiano reggiano<br>Insalata mista<br>Pane                    |
| Merenda ove prevista      | Frutta fresca                                                                                         | Frutta fresca                                                                                                          | focaccia                                                                                          | Frutta fresca                                                                              |
| <b>VENERDÌ</b>            | <b>05/09 - 03/10 - 31/10</b>                                                                          | <b>12/09 - 10/10 - 07/11</b>                                                                                           | <b>19/09 - 17/10 - 14/11</b>                                                                      | <b>26/09 - 24/10 - 21/11</b>                                                               |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                    | Frutta di stagione                                                                                                     | Frutta di stagione                                                                                | Frutta di stagione                                                                         |
| Pranzo                    | Pasta al pesto verde<br>Pepite di filetto di merluzzo<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane       | Pasta al ragù di manzo<br>Legumi agli aromi<br>Insalata<br>Pane                                                        | Risotto allo zafferano<br>Tortino di cannellini e zucca<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane | Risotto alla zucca<br>Filetto di platessa gratinato<br>Verdure cotte al forno<br>Pane      |
| Merenda ove prevista      | Frutta fresca                                                                                         | succo di frutta e biscotti                                                                                             | yogurt alla frutta                                                                                | Pane e marmellata                                                                          |



**MENU' INFANZIA S. CESARIO SUL PANARO - AUTUNNO**  
**ANNO SCOLASTICO 2025-2026**



|                           | 1^ SETTIMANA                                                                                                                     | 2^ SETTIMANA                                                                                                            | 3^ SETTIMANA                                                                                                                             | 4^ SETTIMANA                                                                                  |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>dal 01/09 al 21/11</b> | <b>01/09 - 29/09 - 27/10</b>                                                                                                     | <b>08/09 - 6/10 - 03/11</b>                                                                                             | <b>15/09 - 13/10 - 10/11</b>                                                                                                             | <b>22/09 - 20/10 - 17/11</b>                                                                  |
| <b>LUNEDÌ</b>             | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Merenda metà mattina      |                                                                                                                                  |                                                                                                                         |                                                                                                                                          |                                                                                               |
| Pranzo                    | Pasta alla crema di mandorle<br>Stracchino<br>Verdure miste in insalata con semi oleosi<br>Pane                                  | Pasta al pomodoro e basilico<br>Pollo al forno<br>Carote cotte all'olio extr. oliva<br>Pane                             | Vellutata di zucca con crostini<br>Hamburger di bovino con kechup casalingo<br>Pomodori / Finocchi julienne – Zucchine trifolate<br>Pane | Pasta al ragù vegetale<br>Rotolo di frittata<br>Carote julienne<br>Pane                       |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                                                         | yogurt                                                                                                                  | frutta mista di stagione                                                                                                                 | torta casalinga                                                                               |
| <b>MARTEDÌ</b>            | <b>02/09 - 30/09 - 28/10</b>                                                                                                     | <b>09/09 - 7/10 - 04/11</b>                                                                                             | <b>16/09 - 14/10 - 11/11</b>                                                                                                             | <b>23/09 - 21/10 - 18/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Gnocchi di patate al pomodoro e basilico<br>Filetto di nasello dorato al forno<br>Zucchine all'olio extr. oliva e limone<br>Pane | Pasta al sugo di pesce<br>Filetto di merluzzo gratinato<br>Cannellini in umido<br>Pane                                  | Pasta ai piselli<br>Pollo al forno<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane                                                             | Vellutata di verdure con orzo<br>Arosto di maiale alle mele<br>Zucchine trifolate<br>Pane     |
| Merenda ove prevista      | Focaccia                                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                | Pane e marmellata                                                                                                                        | frutta mista di stagione                                                                      |
| <b>MERCOLEDÌ</b>          | <b>03/09 - 01/10 - 29/10</b>                                                                                                     | <b>10/09 - 08/10 - 05/11</b>                                                                                            | <b>17/09 - 15/10 - 12/11</b>                                                                                                             | <b>24/09 - 22/10 - 19/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Tagliatelle al ragù di manzo<br>Insalata mista<br>Pane                                                                           | Pinzimonio di verdure<br>Pizza margherita<br>Insalata mista<br>Pane                                                     | Lasagne vegetali<br>Asiago DOP<br>Insalata mista<br>Pane                                                                                 | Strozzapreti al pomodoro rustico<br>Formaggio morbido<br>Verdure miste cotte<br>Pane          |
| Merenda ove prevista      | yogurt alla frutta                                                                                                               | torta casalinga                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                                 | yogurt alla frutta                                                                            |
| <b>GIOVEDÌ</b>            | <b>04/09 - 02/10 - 30/10</b>                                                                                                     | <b>11/09 - 09/10 - 06/11</b>                                                                                            | <b>18/09 - 16/10 - 13/11</b>                                                                                                             | <b>25/09 - 23/10 - 20/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Minestrone di verdure e legumi con farro<br>Cotoletta di pollo al forno<br>Patate arrosto<br>Pane                                | Passato di verdure e legumi con farro<br>Straccetti di tacchino agli aromi<br>Spinaci/Bietole all'olio e limone<br>Pane | Pasta al pomodoro<br>Nuggets di merluzzo dorati<br>Ceci al rosmarino<br>Pane                                                             | Pasta integrale alla parmigiana<br>Polpette di carne al sugo<br>Piselli stufati<br>Pane       |
| Merenda ove prevista      | Frutta fresca                                                                                                                    | Frutta fresca                                                                                                           | focaccia                                                                                                                                 | Frutta fresca                                                                                 |
| <b>VENERDÌ</b>            | <b>05/09 - 03/10 - 31/10</b>                                                                                                     | <b>12/09 - 10/10 - 07/11</b>                                                                                            | <b>19/09 - 17/10 - 14/11</b>                                                                                                             | <b>26/09 - 24/10 - 21/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Pasta al pesto verde<br>Pepite di filetto di merluzzo<br>Lenticchie alla contadina<br>Pane                                       | Pasta al ragù di manzo<br>Frittata alle verdure<br>Insalata<br>Pane                                                     | Risotto allo zafferano<br>Formaggi misti (Asiago e Parmigiano)<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane                                 | Risotto alla zucca<br>Filetto di platessa gratinato<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane |
| Merenda ove prevista      | Frutta fresca                                                                                                                    | succo di frutta e biscotti                                                                                              | yogurt alla frutta                                                                                                                       | Pane e marmellata                                                                             |



**MENU' PRIMARIA S. CESARIO SUL PANARO - AUTUNNO**  
**ANNO SCOLASTICO 2025-2026**



|                           | 1^ SETTIMANA                                                                                                                     | 2^ SETTIMANA                                                                                                            | 3^ SETTIMANA                                                                                                                             | 4^ SETTIMANA                                                                                  |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>dal 01/09 al 21/11</b> | <b>01/09 - 29/09 - 27/10</b>                                                                                                     | <b>08/09 - 6/10 - 03/11</b>                                                                                             | <b>15/09 - 13/10 - 10/11</b>                                                                                                             | <b>22/09 - 20/10 - 17/11</b>                                                                  |
| <b>LUNEDÌ</b>             | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Merenda metà mattina      |                                                                                                                                  |                                                                                                                         |                                                                                                                                          |                                                                                               |
| Pranzo                    | Pasta alla crema di mandorle<br>Stracchino<br>Verdure miste in insalata con semi oleosi<br>Pane                                  | Pasta al pomodoro e basilico<br>Pollo al forno<br>Carote cotte all'olio extr. oliva<br>Pane                             | Vellutata di zucca con crostini<br>Hamburger di bovino con kechup casalingo<br>Pomodori / Finocchi julienne – Zucchine trifolate<br>Pane | Pasta al ragù vegetale<br>Rotolo di frittata<br>Carote julienne<br>Pane                       |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                | frutta mista di stagione                                                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                      |
| <b>MARTEDÌ</b>            | <b>02/09 - 30/09 - 28/10</b>                                                                                                     | <b>09/09 - 7/10 - 04/11</b>                                                                                             | <b>16/09 - 14/10 - 11/11</b>                                                                                                             | <b>23/09 - 21/10 - 18/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Gnocchi di patate al pomodoro e basilico<br>Filetto di nasello dorato al forno<br>Zucchine all'olio extr. oliva e limone<br>Pane | Pasta al sugo di pesce<br>Filetto di merluzzo gratinato<br>Cannellini in umido<br>Pane                                  | Pasta ai piselli<br>Pollo al forno<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane                                                             | Vellutata di verdure con orzo<br>Arosto di maiale alle mele<br>Zucchine trifolate<br>Pane     |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                | frutta mista di stagione                                                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                      |
| <b>MERCOLEDÌ</b>          | <b>03/09 - 01/10 - 29/10</b>                                                                                                     | <b>10/09 - 08/10 - 05/11</b>                                                                                            | <b>17/09 - 15/10 - 12/11</b>                                                                                                             | <b>24/09 - 22/10 - 19/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Tagliatelle al ragù di manzo<br>Insalata mista<br>Pane                                                                           | Pinimonio di verdure<br>Pizza margherita<br>Insalata mista<br>Pane                                                      | Lasagne vegetali<br>Insalata mista<br>Pane                                                                                               | Strozzapreti al pomodoro rustico<br>Formaggio morbido<br>Verdure miste cotte<br>Pane          |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                | frutta mista di stagione                                                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                      |
| <b>GIOVEDÌ</b>            | <b>04/09 - 02/10 - 30/10</b>                                                                                                     | <b>11/09 - 09/10 - 06/11</b>                                                                                            | <b>18/09 - 16/10 - 13/11</b>                                                                                                             | <b>25/09 - 23/10 - 20/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Minestrone di verdure e legumi con farro<br>Cotoletta di pollo al forno<br>Patate arrosto<br>Pane                                | Passato di verdure e legumi con farro<br>Straccetti di tacchino agli aromi<br>Spinaci/Bietole all'olio e limone<br>Pane | Pasta al pomodoro<br>Nuggets di merluzzo dorati<br>Ceci al rosmarino<br>Pane                                                             | Pasta integrale alla parmigiana<br>Polpette di carne al sugo<br>Piselli stufati<br>Pane       |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                | frutta mista di stagione                                                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                      |
| <b>VENERDÌ</b>            | <b>05/09 - 03/10 - 31/10</b>                                                                                                     | <b>12/09 - 10/10 - 07/11</b>                                                                                            | <b>19/09 - 17/10 - 14/11</b>                                                                                                             | <b>26/09 - 24/10 - 21/11</b>                                                                  |
| Merenda metà mattina      | Frutta di stagione                                                                                                               | Frutta di stagione                                                                                                      | Frutta di stagione                                                                                                                       | Frutta di stagione                                                                            |
| Pranzo                    | Pasta al pesto verde<br>Pepite di filetto di merluzzo<br>Lenticchie alla contadina<br>Pane                                       | Pasta al ragù di manzo<br>Frittata alle verdure<br>Insalata<br>Pane                                                     | Risotto allo zafferano<br>Formaggi misti (Asiago e Parmigiano)<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane                                 | Risotto alla zucca<br>Filetto di platessa gratinato<br>Fagiolini all'olio extr. oliva<br>Pane |
| Merenda ove prevista      | frutta mista di stagione                                                                                                         | frutta mista di stagione                                                                                                | frutta mista di stagione                                                                                                                 | frutta mista di stagione                                                                      |