



**MENU' NIDO - TABELLA DIETETICA AUTUNNO
ANNO SCOLASTICO 2026-2027**



dal 14/09 al 27/11	1^ SETTIMANA	2^ SETTIMANA	3^ SETTIMANA	4^ SETTIMANA
LUNEDÌ	14/09 - 12/10 - 09/11	21/09 - 19/10 - 16/11	28/09 - 26/10 - 23/11	05/10 - 02/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta all'olio e parmigiano Stracchino Carote cotte all'olio Pane	Pasta al pomodoro e basilico Pollo al forno Carote cotte all'olio extr. oliva Pane	Vellutata di zucca con riso Hamburger di bovino Zucchine all'olio Pane	Pasta al ragù vegetale Frittata alle verdure Carote julienne Pane
Merenda ove prevista	frutta mista di stagione	yogurt	frutta mista di stagione	torta casalinga
MARTEDÌ	15/09 - 13/10 - 10/11	22/09 - 20/10 - 17/11	29/09 - 27/10 - 24/11	06/10 - 03/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al pomodoro e basilico Filetto di pesce dorato la forno Zucchine all'olio extr. oliva e limone Pane	Pasta alla parmigiana Filetto di pesce gratinato Finocchi all'olio Pane	Pasta ai piselli Pollo al forno Fagiolini all'olio extr. oliva Pane	Vellutata di verdure con orzo Arrosto di maiale Zucchine trifolate Pane
Merenda ove prevista	Focaccia	frutta mista di stagione	Pane e marmellata	frutta mista di stagione
MERCOLEDÌ	16/09 - 14/10 - 11/11	23/09 - 21/10 - 18/11	30/09 - 28/10 - 25/11	07/10 - 04/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al ragù Crocchette di lenticchie Finocchi lessi Pane	½ porzione di passato/minestrone di verdure con riso + ½ porzione di pizza margherita Zucchine trifolate Pane	Pasta all'olio e parmigiano Frittata al forno Insalata mista Pane	Pasta al pomodoro rustico Formaggio morbido Verdure miste cotte Pane
Merenda ove prevista	yogurt alla frutta	torta casalinga	frutta mista di stagione	yogurt alla frutta
GIOVEDÌ	17/09 - 15/10 - 12/11	24/09 - 22/10 - 19/11	01/10 - 29/10 - 26/11	08/10 - 05/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Minestrone di verdure e legumi con farro Cotoletta di pollo al forno Patate arrosto Pane	Passato di verdure e legumi con farro Straccetti di tacchino agli aromi Spinaci/bietole all'olio e limone Pane	Pasta al pomodoro Nuggets di pesce dorati Carote cotte all'olio Pane	Pasta alla parmigiana Polpette di carne al sugo Piselli stufati Pane
Merenda ove prevista	Frutta fresca	Frutta fresca	focaccia	Frutta fresca
VENEDÌ	18/09 - 16/10 - 13/11	25/09 - 23/10 - 20/11	02/10 - 30/10 - 27/11	09/10 - 06/11
Merenda metà mattina	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
Pranzo	Pasta al pesto verde Pepite di filetto di pesce Fagiolini all'olio extr. oliva Pane	Pasta al ragù di manzo Frittata alle verdure Verdure al vapore Pane	Risotto allo zafferano Tortino di cannellini e zucca Fagiolini all'olio extr. oliva Pane	Risotto alla zucca Filetto di pesce gratinato Fagiolini all'olio extr. oliva Pane
Merenda ove prevista	Frutta fresca	succo di frutta e biscotti	yogurt alla frutta	Pane e marmellata