

COMUNE DI MASSA

MENU INVERNALE

ASILO NIDO

Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Prima	<p>Passato di verdura con riso (all. 7, 9)</p> <p>Stracchino (all. 7)</p> <p>Finocchi gratinati</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pasta al pomodoro (all. 1, 7, 9)</p> <p>Sfornato di ricotta e spinaci* (all. 3, 7)</p> <p>Julienne di carote</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Vellutata di ceci con pasta o crostini (all. 1, 7, 9)</p> <p>Prosciutto cotto</p> <p>Insalata di stagione</p> <p>Dolce (all. 1, 3, 7) o Yogurt (all. 7)</p>	<p>Pasta al pesto, patate e fagiolini* (all. 1, 7)</p> <p>Straccetti di pollo in umido (all. 9) / coscia di pollo arrosto</p> <p>Spinaci* all'olio</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pasta al burro e salsa (all. 1, 7)</p> <p>Plattessa* gratinata (all. 1, 4)</p> <p>Patate prezzemolate</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>
Seconda	<p>Chicche al pomodoro (all. 1, 9)</p> <p>Sfornato vegetariano gratinato* (all. 3, 7)</p> <p>Carote mignon crude</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pizza Margherita (all. 1, 7, 9)</p> <p>Parmigiano (all. 7)</p> <p>Misto di crudità</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Passato di verdura con pasta (all. 1, 7, 9)</p> <p>Arisia al forno</p> <p>Patatine arrosto</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pasta olio e Parmigiano (all. 1, 7)</p> <p>Pepite di tacchino impanate al forno (all. 1)</p> <p>Verdure* cotte miste</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pasta in salsa aurora (all. 1, 7, 9)</p> <p>Crocchette di meluzzo* al forno (all. 1, 3, 4)</p> <p>Broccoletti o cavolfiore</p> <p>Yogurt (all. 7)</p>
Terza	<p>Pasta al pomodoro (all. 1, 7, 9)</p> <p>Frittata con prosciutto (all. 3, 7)</p> <p>Spinaci* all'olio</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Lasagne (all. 1, 3, 7, 9)</p> <p>Stracchino (all. 7)</p> <p>Insalata di stagione</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Zuppa di fagioli (all. 1, 7, 9)</p> <p>Polpettine di bovino al forno (all. 3, 7, 9)</p> <p>Carote lesse</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Risotto con zucca / con carote (all. 7)</p> <p>Straccetti di pollo in umido (all. 9) / coscia di pollo arrosto</p> <p>Finocchi in insalata</p> <p>Yogurt (all. 7)</p>	<p>Pasta al tomo (all. 1, 4, 9)</p> <p>Tortino vegetariano gratinato* (all. 3, 7)</p> <p>Purea di patate (all. 7)</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>
Quarta	<p>Pasta all'olio e grana (all. 1, 7)</p> <p>Tortino con farina di ceci (cecina)</p> <p>Bietolina* all'olio</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pizza Margherita (all. 1, 7, 9)</p> <p>Caciotta (all. 7)</p> <p>Misto di crudità</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Passato di verdura con orzo perlato (all. 1, 7, 9)</p> <p>Pepite di tacchino impanate al forno (all. 1)</p> <p>Patatine arrosto</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>	<p>Pasta al ragout (all. 1, 7, 9)</p> <p>Tortino di patate e porri (all. 3, 7)</p> <p>Finocchi in insalata</p> <p>Dolce (all. 1, 3, 7) o Yogurt (all. 7)</p>	<p>Potentina di mais morbida al pomodoro (all. 7, 9)</p> <p>Crocchette di plattessa* (all. 1, 3, 4)</p> <p>Verdure* cotte miste</p> <p>Fruita fresca di stagione</p>

I piatti in grassetto contengono allergeni.

TABELLA ALLERGENI, sostanze che provocano allergie o intolleranze nel rispetto del Regolamento CE 1169/2011.

1. Cereali contenente glutine , cioè grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati	6. Sola e prodotti a base di soia, tranne l'olio e grasso di soia	11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo
2. Crostacei e prodotti a base di crostacei	7. Latte e prodotti a base di latte, incluso lattosio	12. Antidride solforosa e solfiti (se in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/l come SO ₂)
3. Uova e prodotti a base di uova	8. Fruita a guscio , cioè mandorle, noci comuni, anacardi, noci di pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e prodotti derivati	13. Lupini e prodotti a base di lupini
4. Pesce e prodotti a base di pesce	9. Sedano e prodotti a base di sedano	14. Molluschi e prodotti a base di molluschi
5. Arachidi e prodotti a base di arachidi	10. Senape e prodotti a base di senape	

I piatti contrassegnati con * potrebbero essere surgelati o contenere alimenti surgelati.

Dott.ssa Baroni Enrica, Dietista

Enrica Baroni