

Prima settimana:

MENU' ASILO NIDO

AZIENDA U.S.L. 8 CAGLIARI
Servizio Materno Infantile
Consulente Familiare
Dott. Maria Giuseppe
PEDIATRA
Math. 46667



Lunedì	
Pasta al burro o con olio	gr. 30/50
Uovo alla coque	n°1
Verdura	gr. 70
Fruita	gr. 100/150
Pane	gr. 40/50
Merenda: Yogurt	gr. 125

Martedì	
Minestrone di legumi con Verdure o passato di verdure (se con pasta gr. 20)	gr. 100/150
Baston. pesce o sop' l'cia (surg.)	gr. 60/80
Fruita	gr. 100/150
Pane	gr. 40/50
Merenda: Fruita	gr. 100/150

Mercoledì	
Riso al sugo	gr. 30/50
Dolce Sardo o Mozzarella	gr. 30
Verdura	gr. 70
Fruita	gr. 100/150
Pane	gr. 40/50
Merenda: Yogurt	gr. 125

Giovedì	
Pasta al con ricotta o con olio	gr. 30/50
Fettina di manzo o vitello o polpette di manzo magro	gr. 50/70
Verdura	gr. 70
Fruita	gr. 100/150
Pane	gr. 40/50
Merenda: Pane e Marmellata	gr. 40/50

Venerdì	
Minestra di brodo di pollo o brodo vegetale (se con pasta gr. 20)	CC. 200
Pollo lessa o pollo arrosto	gr. 50/70
Verdura	gr. 70
Fruita	gr. 100/150
Pane	gr. 40/50
Merenda: Fruita	gr. 100/150

*** Ogni 15 giorni, in alternativa alla merenda, budino o semifreddo o torta allo yogurt o torta di mele.

*** Tabella merceologica:

Legumi secchi: lenticchie, fagioli o ceci - uova pomodori pelati - olio extravergine di oliva biscotti - frullati di frutta - Parmigiano Reggiano o Grana padano - burro - Dolce Sardo - yogurt naturale o alla frutta - latte intero uht o parzialmente scremato - ricotta - zucchero - prosciutto crudo o cotto - verdura di stagione - frutta di stagione - pane grattugiato granto - semola - farina - omogeneizzati di carne e pesce - pasta - riso - polenta.
Surgelati: bastoncini di pesce o sogliola.
Carne: manzo, vitello, pollo, tacchino, vitellone