

Menù scolastico NIDO invernale 24/25

Istituto sacro cuore

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			
	grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal	
Primo	Chicche al pomodoro (1, 6,9, 10)	266	125	Pastina in brodo(1,6, 9,10)	800	183	Crema di carote con pastina (1, 6, 9)	72	202	Pastina in salsa rosa (1, 6, 7,9,10)	234	285	Risotto alla zucca (3,7,9)	183	275
Secondo	Bistecchine di pollo	812	199	Prosciutto cotto senza glutine, senza lattosio di alta qualità	607	88	Mozzarella (7)	339	112	Frittata al forno (3, 7)	194	160	Platessa dorata al forno* (1,6,4)	411	149
Contorno	Piselli all'olio(9)	79	44	Carote all'olio *	53	70	Patate al forno	53	131	Spinaci all'olio*	134	67	Zucchine al vapore*	161	49
Pane	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111
Frutta	Yogurt intero bianco (7)			Banana			Mela			Banana			Pera		

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			
	grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal	
Primo	Pasta panna e prosciutto (1, 6,7)	479	349	Pasta all'olio (1,6,10)	260	302	Pasta al ragù vegetale (1, 6, 9)	285	273	Crema di verdure con crostini* (1,6,9)	734	304	Risotto al parmigiano (3, 6)	175	207
Secondo	Merluzzo dorato* (1,4,6)	265	109	Frittata (3, 7)	174	165	Petto di pollo ai ferri	265	109	Polpette di manzo al sugo (1,3,6,7)	246	267	Stracchino (7)	173	88
Contorno	Carote cotte all'olio*	53	70	Fagiolini all'olio*	169	54	Zucchine all'olio	85	63	Verdure miste al vapore*	79	44	Spinaci all'olio*	119	77
Pane	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111
Frutta	Mela			Mela			Pera			Yogurt intero bianco (7)			Banana		

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			
	grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal	
Primo	Crema di ceci con pastina* (1,6,9,10)	78	110	Pastina in brodo(1,6,10)	800	183	Riso al pomodoro(9)	169	295	Pasta in salsa rosa (1, 6, 7,9,10)	234	285	Pasta alla parmigiana (1,3,6,7)	332	299
Secondo	Primo sale (7)	339	112	Prosciutto cotto senza glutine, senza lattosio di alta qualità	607	88	Petto di pollo ai ferri	247	111	Frittata con verdure (3, 7)	199	120	Nasello dorato al forno* (1,6,4)	49	178
Contorno	Spinaci all'olio*	134	67	Carote cotte all'olio*	53	70	Cavolfiore gratinati* (1, 3, 6, 7)	118	61	Bieta all'olio*	81	128	Verdure miste al forno*	79	44
Pane	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111
Frutta	Yogurt intero bianco (7)			Mela			Pera			Mela			Banana		

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			
	grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal		grCO ₂ /eq	kcal	
Primo	Pasta al pesto (1,3,7,6, 8)	332	299	Pasta burro e salvia (1, 3, 6, 7)	143	321	Crema di verdure con crostini* (1, 3, 6, 9)	175	207	Pasta al ragù* (1,3,6,7,9,10)	678	306	Risotto allo zafferano (3,7)	239	286
Secondo	Stracchino (7)	172	115	Polpette di manzo al sugo (1,3,6,7)	408	180	Frittata alle verdure (3,7)	174	165	Prosciutto cotto senza glutine, senza lattosio di alta qualità	607	88	Nasello dorato al forno* (1,6,4)	246	202
Contorno	Zucchine al vapore*	134	67	Carote cotte all'olio*	53	60	Patate al forno	69	128	Fagiolini all'olio*	239	65	Cavolfiore gratinato* (1,6,10,3,7)	121	72
Pane	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111	Pane comune (1,6,10)	61	111
Frutta	Arancia			Mela			Pera			Yogurt intero bianco (7)			Mela		

* potrebbe contenere prodotto gelo

Allergeni: 1 = cereali contenenti glutine e derivati; 2 = Crostacei e derivati; 3 = Uova e derivati; 4 = Pesce e derivati; 5 = Arachidi e derivati; 6 = Soia e derivati; 7 = Latte e derivati; 8 = Frutta a guscio e derivati; 9 = Sedano e derivati; 10 = Senape e derivati; 11 = Semi di sesamo e derivati; 12 = Solfiti > 10mg/ltkg; 13 = Lupini e derivati; 14 = Molluschi e derivati

Alcuni alimenti saranno frullati all'occorrenza, Nido e materna: utilizzare un formato di pasta piccolo

