



Data di pubblicazione: 12/10/2018

Nome allegato: *All.B al Capitolato Tecnico (asilo nido).pdf*

CIG: 61956056FB

Nome procedura: *Affidamento in concessione del Servizio di ristorazione presso le sedi della Direzione Generale dell'INPS, in Roma.*

INPS

Istituto Nazionale Previdenza Sociale



ISTITUTO NAZIONALE DELLA PREVIDENZA SOCIALE

Direzione Centrale Risorse Strumentali

CENTRALE ACQUISTI

Allegato B al Capitolato Tecnico

CAPITOLATO NUTRIZIONALE - ASILO NIDO

Procedura ristretta di carattere comunitario, ai sensi dell'artt. 55, 6° comma, e 30 del D.Lgs. 163 del 12 aprile 2006, volta all'affidamento in concessione del "Servizi di ristorazione presso le sedi della Direzione Generale dell'INPS, in Roma"

Via Ciro il Grande, 21 – 00144 Roma

tel. +390659054280 - fax +390659054240

C.F. 80078750587 - P.IVA 02121151001

SOMMARIO

SOMMARIO	2
1. CARATTERISTICHE MERCEOLOGICHE DELLE DERRATE ALIMENTARI.....	3
1.a Etichettatura e tracciabilità delle carni	3
2. PREPARAZIONE DEI PASTI ED EROGAZIONE DEL SERVIZIO	3
2.a Preparazione e distribuzione delle diete speciali.....	5
3. COMPOSIZIONE DEL PASTO	6
4. COMPOSIZIONE DEL MENÙ	6
4.a Variazioni alle tabelle	7
5. GRAMMATURE.....	8
6. TABELLE DIETETICHE.....	10
6.1 Menù Autunno/Inverno (12-18 mesi)	10
6.2 Menù Autunno/Inverno (18-36 mesi)	14
6.3 Menù Primavera/Estate (12-18 mesi)	18
6.4 Menù Primavera/Estate (18-36 mesi)	22

1. Caratteristiche merceologiche delle derrate alimentari

Le derrate utilizzate nella preparazione dei cibi destinati agli utenti dell'Asilo Nido dovranno essere di ottima qualità. Esse dovranno rispondere alle caratteristiche previste dalla normativa vigente, nonché da quanto indicato all'Allegato 1, "Caratteristiche merceologiche delle derrate alimentari", del Capitolato nutrizionale.

La scelta dei prodotti alimentari deve essere orientata preferibilmente verso quelli freschi.

La verdura e la frutta devono essere di stagione. Le verdure surgelate possono essere utilizzate occasionalmente; l'uso dei vegetali in scatola va limitato ai soli pomodori pelati. Quando la stagione lo consente, vanno usati i pomodori freschi, in sostituzione dei pomodori pelati in scatola.

Per la fornitura del pesce, in caso di difficoltà nel reperire pesce fresco, la scelta potrà cadere su quello surgelato.

In ogni caso vanno scelti prodotti privi di additivi (coloranti, conservanti, glutammato monosodico ecc.).

La scelta di prodotti biologici (regolarmente certificati) o di quelli provenienti da colture a basso impatto ambientale è una scelta da privilegiare.

Oltre ai prodotti biologici, sono da privilegiare anche i prodotti tipici con marchio D.O.P e I.G.P.

1.a Etichettatura e tracciabilità delle carni

L'etichettatura delle carni dovrà essere conforme alle disposizioni di legge e dovrà inoltre riportare chiara indicazione di:

- data di confezionamento e di scadenza del prodotto;
- sede dello stabilimento di macellazione;
- provenienza (nascita e allevamento) dell'animale.

Su richiesta dell'Istituto, il Concessionario dovrà inoltre fornire, entro e non oltre 24 ore, le necessarie informazioni e certificazioni relative alla data di macellazione, all'età di macellazione dell'animale, alla classe di conformazione e ingrassamento dell'animale, nonché ogni ulteriore informazione e certificazione idonea a comprovare la qualità e le caratteristiche delle carni fornite.

2. Preparazione dei pasti ed erogazione del servizio

Le proposte culinarie adatte ai bambini piccoli devono essere molto semplici per non confondere il gusto, per far apprezzare i sapori originari degli alimenti utilizzati e per non creare difficoltà all'apparato digerente; nello stesso tempo, devono far sì che i cibi siano graditi. È importante che le pietanze, a cottura ultimata, risultino di consistenza adeguata (piuttosto morbida) per facilitarne l'assunzione.

Le modalità di preparazione dei cibi vanno diversificate, utilizzando verdure, ortaggi ed erbe aromatiche proprie del periodo dell'anno, come pure è importante cambiare le tecniche di cottura, per accrescere l'appetibilità ed evitare un'eccessiva monotonia del pasto.

I metodi di cottura da utilizzare devono consentire il più possibile il mantenimento del valore nutritivo ed organolettico dei cibi; naturalmente i tempi di cottura devono essere tali da garantirne l'igienicità.

Di seguito alcune raccomandazioni da seguire:

- le cotture da privilegiare sono al vapore, al forno e stufate, che richiedono minimi quantitativi di grassi;
- l'uso di carta da forno e di teglie antiaderenti è particolarmente indicato perché consente di limitare i grassi di condimento, soprattutto nella cottura al forno di alimenti impanati, di frittate, sformati e dolci;
- in alcune cotture, in particolare delle carni, può essere utile l'aggiunta di modiche quantità di liquidi quali brodo vegetale privo di glutammato, latte, succo di limone, salsa di pomodoro, a seconda della preparazione da realizzare;
- le carni di qualsiasi tipo vanno ripulite da eventuale grasso visibile, prima della cottura e delle preparazioni previste. La carne tritata, va macinata nella struttura dopo averla ripulita accuratamente delle parti grasse;
- la frutta, accuratamente lavata, va servita sbucciata a piccoli pezzi o grattugiata, frullata o spremuta a seconda della capacità di masticazione e di deglutizione del bambino;
- le verdure è preferibile siano crude o cotte al vapore oppure in poca acqua bollente per tempi brevi, salandole solo dopo la cottura;
- il condimento da privilegiare è l'olio extra vergine di oliva, utilizzato preferibilmente a crudo, aggiungendolo a fine cottura. Il burro, invece, è limitato alle sole ricette delle tabelle che lo prevedono espressamente (dolci al forno) e può essere aggiunto a fine cottura, esclusivamente a crudo. Si raccomanda di non superare il quantitativo totale di olio previsto per l'intero pasto, pur essendo possibile una distribuzione diversa per ogni portata, a seconda della ricetta. Inoltre la grammatura dell'olio potrà variare in difetto a seconda del numero di porzioni preparate;

Altre raccomandazioni da seguire:

- preparare i pasti nello stesso giorno del consumo, prevedendo il momento della cottura il più vicino possibile a quello della somministrazione, per evitare inconvenienti di tipo igienico e per non alterare le caratteristiche organolettiche. I cibi tritati, grattugiati o frullati devono essere preparati immediatamente prima della somministrazione; la stessa operazione di grattugiare il parmigiano è meglio effettuarla poco tempo prima dell'utilizzo e così anche la preparazione della spremuta, della macedonia, il taglio del prosciutto e del formaggio;

- è vietato riciclare i cibi preparati e non consumati il giorno precedente;
- scongelare i cibi a temperatura di frigorifero o nel forno a microonde;
- utilizzare solo brodo vegetale appositamente preparato e non i preparati per brodo;
- non utilizzare margarina, panna, olio di palma, di cocco, di arachidi;
- salare poco i cibi;
- condire le verdure da consumare crude solo al momento della distribuzione;
- per la conservazione dei cibi deve essere osservata ogni disposizione di legge e regolamento nonché le buone norme in merito;
- evitare la somministrazione di alimenti di origine animale non completamente cotti, come ad esempio la carne e le uova (evitare uova alla coque o in camicia);
- vanno eliminati i prodotti a base di crema pasticcera ed è vietato il consumo dei residui di confezioni già aperte di uova pastorizzate e latte fresco;

2.a Preparazione e distribuzione delle diete speciali

Nell'ambito della ristorazione collettiva sono da prevedere sostituzioni di alimenti per bambini che richiedono pasti diversi per particolari esigenze cliniche. Le diete speciali devono essere formulate da personale esperto su prescrizione medica per mantenere l'adeguatezza nutrizionale ed educativa dei menù.

Le diete speciali riguardano:

- intolleranze e allergie (latte, uovo, ecc.) con indicazioni degli alimenti permessi e di quelli da evitare così come riportato nella letteratura scientifica
- celiachia con indicazioni circa gli alimenti da evitare e da sostituire con l'uso esclusivo di prodotti privi di glutine e con specifiche indicazioni sulla preparazione e cottura di questi alimenti
- particolari patologie quali ad esempio nefropatie croniche, diabete, dislipidemie, ecc.

La richiesta delle diete speciali deve essere supportata da certificazione medica che i genitori del bambino interessato dovranno fornire al Coordinamento Generale Medico-Legale, il quale provvederà a segnalare dette necessità al Concessionario nel massimo rispetto della privacy.

Vanno messi in atto tutti gli accorgimenti necessari a minimizzare il rischio connesso agli ingredienti nascosti o alle contaminazioni involontarie.

Le preparazioni sostitutive, previste nella dieta speciale, devono essere sostenibili all'interno dello specifico servizio di ristorazione ed essere il più possibile uguali al menù giornaliero, anche in termini qualitativi. Va tutelata la privacy del bambino secondo il sistema organizzativo locale.

Indicazioni generali:

- gli alimenti destinati alla dieta devono essere mantenuti separati da tutti gli altri previsti per comporre il menù base;
- ogni vivanda costituente la dieta va preparata e confezionata in area dedicata, anche solo temporaneamente, e riposta in appositi contenitori i quali vanno collocati su vassoio personalizzato recante il nome del bambino;
- gli utensili utilizzati per la preparazione e il confezionamento della dieta devono essere unicamente impiegati per tale produzione;
- il personale addetto alla preparazione e distribuzione, nonché il personale scolastico deve lavarsi accuratamente le mani, qualora abbia manipolato altri alimenti;
- il bambino deve essere servito sempre per primo: è bene che la distribuzione per le classi avvenga inizialmente a partire dai soggetti con dieta speciale e prosegua successivamente per gli altri commensali;
- il pasto deve essere distribuito solo dopo che il personale addetto abbia identificato il bambino di concerto con l'insegnante;
- il personale addetto alla preparazione e distribuzione può verificare la corretta erogazione della dieta attraverso apposita modulistica di tracciabilità, nella quale siano evidenziate le fasi del relativo processo.

3. Composizione del pasto

Il Concessionario è tenuto a fornire un pasto completo, comprendente sempre acqua minerale in bottiglia da 50 cl., non addizionata con anidrite carbonica.

4. Composizione del menù

Dal 12° al 18° mese di vita è previsto un periodo di adattamento ai menù del nido. Il bambino può seguire un'alimentazione individualizzata che lo porti gradualmente ad adattarsi agli alimenti previsti da queste tabelle dietetiche (dieta di transizione). La forma e la consistenza degli stessi saranno adattate alle capacità di masticazione (purea, frullati, pastine micron, ecc.) per garantire una buona digeribilità dei cibi e un'assunzione adeguata.

Le tabelle dietetiche si articolano in due gruppi di menù: autunno-inverno e primavera-estate, ciascuno di quattro settimane.

Indicativamente, i menù autunno-inverno potranno essere applicati dalla metà di ottobre alla metà di maggio, mentre i menù relativi al periodo primavera-estate potranno essere applicati dalla metà di maggio fino alla metà di ottobre. Naturalmente il passaggio da un menù all'altro può essere anticipato o posticipato di qualche giorno, in base all'andamento climatico.

L'indicazione, riportata nella tabella dietetica, di un determinato tipo di verdura o frutta non è vincolante, la scelta è comunque condizionata dalla sua disponibilità. Vanno, invece, rispettate le indicazioni relative a patate, legumi e banane.

È possibile aumentare le quantità di verdura e frutta se gradite dai bambini, mentre per i primi piatti va rispettata la quantità indicata.

4.a Variazioni alle tabelle

In caso di necessità (esempio la mancata fornitura di alcuni alimenti), eccezionalmente, il menù di un giorno può essere scambiato per intero con quello di un altro qualsiasi della settimana (es. il lunedì con il mercoledì).

Per quanto riguarda invece variazioni per il menù di un singolo bambino, sono consentite soltanto:

- variazioni dovute a problemi di salute, dietro presentazione di certificato medico;
- variazioni per motivi religiosi, con sostituzione di alcuni alimenti su richiesta scritta del genitore;
- menù leggero (dieta in bianco) per massimo tre giorni, su richiesta del genitore, nei casi di lieve indisposizione del bambino, secondo il seguente schema:
 - pasta o riso all'olio, con eventuale aggiunta di poco parmigiano ben stagionato;
 - carne bianca, al vapore, lessata, o al forno;
 - patate e/o carote, al vapore o lessate;
 - mela;
 - pane comune, preferibilmente tostato;
 - l'olio dovrà essere usato naturalmente a crudo.

5. Grammature

Le grammature sono da intendersi a crudo ed al netto degli scarti di lavorazione e del calo peso dovuto all'eventuale scongelamento.

	SEMIDIVEZZI	DIVEZZI
PRANZO		
PRIMI PIATTI		
pasta / riso/ orzo/ farro	g 50 asciutta	g 60 asciutta
pasta/pastina / riso / semolino / orzo / farro	g 25 in brodo o in minestre	g 35 in brodo o in minestre
farina di mais	g 40	g 70
gnocchi di patate	g 120	g 200

SECONDI PIATTI	SEMIDIVEZZI	DIVEZZI
carne di manzo	g 50	g 60
pollo	g 40	g 60
petto di pollo / tacchino	g 40	g 60
Pesce	g 60	g 100
Sogliola	g 80	g 100
fior di latte	g 30	g 40
fesa di tacchino	g 40	g 50
prosciutto cotto al naturale	g 25	g 25
lonza	g 30	g 50
parmigiano reggiano	g 25	g 30
legumi secchi	g 20	g 30
uovo	n. 1	n. 1

CONTORNI	SEMIDIVEZZI	DIVEZZI
cavolfiori/zucchine/spinaci/carote/finocchi	g 40	g 50
zucca/cornetti/biete	g 30	g 50
insalata	g 20	g 30
verdura mista	g 40	g 40

patate	g 50	g 80
piselli freschi	g 40	g 50

GENERI VARI	SEMIDIVEZZI	DIVEZZI
pane	g 20	g 30
olio	g 5	g 5
frutta	g 100	g 100
parmigiano	g 5	g 5

MERENDA		
Latte intero/parz. scremato	cc 70	cc 100
marmellata	g 5 (1 cucchiaino)	g 10 (2 cucchiaini)
frutta mista	g 100	g 100
yogurt	g 100	g 125
biscotti secchi	g 20 (4 biscotti)	g 20 (4 biscotti)

spremuta d'arancia	g 100	g 100
frutta	g 50	g 70
mele	g 90	g 150
fette biscottate	g 10 (1 fetta+1/2)	g 10 (1 fetta+1/2)
marmellata	g 5	g 10

6. Tabelle dietetiche

6.1 Menù Autunno/Inverno (12-18 mesi)

1 ^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	pasta al pomodoro petti di pollo al latte piselli e carote pane frutta	minestra di riso e patate piccatine al limone zucchine al gratin pane frutta	pasta con ricotta e spinaci finocchi pane frutta	pasta al pomodoro frittata con verdura zucca pane frutta	risotto alla parmigiana sogliola al forno fagiolini verdi pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	spremuta d'arancia e biscotti	yogurt al naturale con frutta	frullato di frutta
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	risotto giallo involtoni di tacchino cavolfiore pane frutta	polenta con bocconcini di pollo in crema di verdura e pomodoro pane frutta	minestra di verdura sformato di formaggio e patate pane frutta	minestra di julienne di carote, sedano e porri con pastina crocchette d'uovo spinaci pane frutta	pasta al pomodoro crocchette di pesce carote pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	spremuta d'arancia e biscotti	frullato di frutta	mele grattugiate con biscotti	torta allo yogurt
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	minestrina di piselli bocconcini di carne zucchine pane frutta	pasta con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	farfalline al pomodoro ricotta con spinaci pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto zucchine pane frutta	passato di verdura con riso pesce in umido con patate pane frutta
MERENDA	spremuta d'arancia e biscotti	latte con fette biscottate e marmellata	yogurt al naturale con frutta fresca	macedonia di frutta al limone e biscotti	frappè di frutta con biscotti secchi

2^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	pennette al pomodoro e basilico parmigiano reggiano con biette pane frutta	minestrina di piselli pesce al forno carote pane frutta	polenta con bocconcini di pollo in crema di verdura e pomodoro pane frutta	conchigliette con lenticchie julienne di finocchi e zucchine gratinate pane frutta	risotto al prezzemolo frittata con prosciutto finocchi pane frutta
MERENDA	latte con fette biscottate e marmellata	spremuta d'arancia con biscotti	macedonia di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta con biscotti
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	risotto con verdura fior di latte con cornetti pane frutta	pasta con zucchine pesce in umido spinaci pane frutta	passato di verdura con pastina fesa di tacchino al latte patate e verdura pane frutta	pasta con ceci carote a julienne pane frutta	maccheroncini della massaia omelette con ricotta e spinaci insalata mista pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	crema agli agrumi	torta di pere	frullato di frutta con biscotti	mele grattugiate con biscotti
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	minestra di julienne di carote, sedano e porri con riso torta di ricotta e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro pesce al forno zucca pane frutta	risotto con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	crema di piselli lonza al limone insalata pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto cavolfiore pane frutta
MERENDA	spumiglie alla ricotta	yogurt con frutta	latte con fette biscottate e miele	spremuta con biscotti	macedonia e biscotti

3^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	risotto giallo torta salata finocchi pane frutta	maccheroncini in crema di verdura carne alla pizzaiola patate e cornetti in insalata pane frutta	fusilli al sugo di verdura petto di tacchino al limone zucchine al gratin pane frutta	riso con piselli crochette d'uovo con verdura zucca pane frutta	gnocchi di semolino merluzzo al pomodoro finocchi pane frutta
MERENDA	latte con pane e marmellata	spremuta di arancia e biscotti	macedonia di frutta	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta con biscotti
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	torta con formaggio e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro scaloppine di pollo zucca pane frutta	risotto con asparagi arrosto di lonza finocchi pane frutta	minestra di julienne di carote, sedano e porri con riso omelette ripiene di ricotta e spinaci pane frutta	pasta alla crema di sogliola carote pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta	latte con biscotti secchi	mele grattugiate con biscotti	latte con pane e marmellata
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	farfalline all'olio parmigiano reggiano con biete pane frutta	risotto con zucchine arrosto morbido di tacchino carote pane frutta	polenta con bocconcini di carne in crema di verdura e pomodoro pane frutta	maccheroncini al pomodoro uovo sodo zucchine pane frutta	minestrina delicata crochette di pesce cornetti pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	latte con fette biscottate e miele	spremuta di arancia e biscotti	macedonia di frutta con biscotti	torta di mele

4^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	polenta e lenticchie carote pane frutta	minestra di julienne di carote, sedano e porri con pastina bocconcini di pollo con verdura pane frutta	minestrina delicata crocchette di pesce finocchi pane frutta	passato di verdura pizza di patate pane frutta	bocconcini di tacchino con verdura patate in insalata pane frutta
MERENDA	spremuta d'arancia e biscotti	macedonia con biscotti	torta di mele	frullato di frutta e biscotti	yogurt al naturale con frutta
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	pasta e ceci fesa di tacchino al forno insalata pane frutta	risotto alla parmigiana arrosto di lonza zucchine pane frutta	penne al pomodoro nasello al forno biette pane frutta	gnocchi alla romana carote pane frutta	riso all'inglese spezzatino tenero finocchi pane frutta
MERENDA	frullato di frutta	yogurt al naturale con frutta	frullato di frutta e grissini all'acqua	latte con pane e marmellata	macedonia con biscotti
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	conchigliette con piselli julienne di carote e zucchine gratinate pane frutta	risotto alla crema di spinaci scaloppina di tacchino insalata pane frutta	fusilli agli aromi pesce al forno carote pane frutta	minestra d'orzo formaggio fresco spinaci e patate pane frutta	polenta con arrosto morbido di carne carote pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta	spremuta d'arancia e biscotti

6.2 Menù Autunno/Inverno (18-36 mesi)

1 ^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	pasta al pomodoro petti di pollo al latte piselli e carote pane frutta	minestra di riso e patate piccantine al limone zucchine pane frutta	pasta con ricotta e spinaci finocchi pane frutta	pasta al pomodoro frittata con verdura zucca pane frutta	risotto alla parmigiana sogliola al forno cornetti pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	spremuta d'arancia e biscotti	yogurt al naturale con frutta	frullato di frutta
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	risotto allo zafferano involtini di tacchino cavolfiore pane frutta	polenta con bocconcini di pollo in crema di verdura e pomodoro pane frutta	minestra di verdura sformato di formaggio e patate pane frutta	minestra di julienne di carote, sedano e porri con pastina crochette d'uovo spinaci pane frutta	pasta al pomodoro crochette di pesce carote pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	spremuta d'arancia e biscotti	frullato di frutta	mele grattugiate con biscotti	torta allo yogurt
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	minestrina di piselli bocconcini di carne zucchine pane frutta	pasta con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	farfalline al pomodoro ricotta con spinaci pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto zucchine pane frutta	passato di verdura con riso pesce in umido con patate pane frutta
MERENDA	spremuta d'arancia e biscotti	latte con fette biscottate e marmellata	yogurt al naturale con frutta fresca	macedonia di frutta al limone e biscotti	frappè di frutta con biscotti secchi

2^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	pennette al pomodoro e basilico parmigiano reggiano con biette pane frutta	minestrina di piselli pesce al forno carote pane frutta	polenta con bocconcini di pollo in crema di verdura e pomodoro pane frutta	conchigliette con lenticchie julienne di finocchi e zucchine gratinate pane frutta	risotto al prezzemolo frittata con prosciutto finocchi pane frutta
MERENDA	latte con fette biscottate e marmellata	spremuta d'arancia con biscotti	macedonia di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta con biscotti
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	risotto con verdura fior di latte con cornetti pane frutta	pasta con zucchini pesce in umido spinaci pane frutta	passato di verdura con pastina fesa di tacchino al latte patate e verdura pane frutta	pasta con ceci carote pane frutta	maccheroncini della massaia omelette con ricotta e spinaci insalata mista pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	crema agli agrumi	torta di pere	frullato di frutta con biscotti	mele grattugiate con biscotti
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	minestra di julienne di carote, sedano e porri con riso torta di ricotta e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro pesce al forno zucca pane frutta	risotto con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	crema di piselli lonza al limone insalata pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto cavolfiore pane frutta
MERENDA	spumiglie alla ricotta	yogurt con frutta	latte con fette biscottate e miele	spremuta con biscotti	macedonia e biscotti

3^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	risotto giallo torta salata finocchi pane frutta	maccheroncini in crema di verdura carne alla pizzaiola patate e cornetti in insalata pane frutta	fusilli al sugo di verdura petto di tacchino al limone zucchine al gratin pane frutta	riso con piselli crocchette d'uovo con verdura zucca pane frutta	gnocchi di semolino merluzzo al pomodoro finocchi pane frutta
MERENDA	latte con pane e marmellata	spremuta di arancia e biscotti	macedonia di frutta	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta con biscotti
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	torta con formaggio e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro scaloppine di pollo zucca pane frutta	risotto con asparagi arrosto di lonza finocchi pane frutta	minestra di julienne di carote, sedano e porri con riso omelette ripiene di ricotta e spinaci pane frutta	pasta alla crema di sogliola carote pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta	latte con biscotti secchi	mele grattugiate con biscotti	latte con pane e marmellata
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	farfalline all'olio parmigiano reggiano con biete pane frutta	risotto con zucchine arrosto morbido di tacchino carote pane frutta	polenta con bocconcini di carne in crema di verdura e pomodoro pane frutta	maccheroncini al pomodoro uovo sodo zucchine pane frutta	minestrina delicata crocchette di pesce cornetti pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	latte con fette biscottate e miele	spremuta di arancia e biscotti	macedonia di frutta con biscotti	torta di mele

4^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A AUTUNNO INVERNO	polenta e lenticchie carote pane frutta	minestra di julienne di carote, sedano e porri con pastina bocconcini di pollo con verdura pane frutta	minestrina delicata crocchette di pesce finocchi pane frutta	passato di verdura pizza di patate pane frutta	bocconcini di tacchino con verdura patate in insalata pane frutta
MERENDA	spremuta d'arancia e biscotti	macedonia con biscotti	torta di mele	frullato di frutta e biscotti	yogurt al naturale con frutta
MENÙ B AUTUNNO INVERNO	pasta e ceci fesa di tacchino al forno insalata pane frutta	risotto alla parmigiana arrosto di lonza zucchine pane frutta	penne al pomodoro nasello al forno biette pane frutta	gnocchi alla romana carote pane frutta	riso all'inglese spezzatino tenero finocchi pane frutta
MERENDA	frullato di frutta	yogurt al naturale con frutta	frullato di frutta e grissini all'acqua	latte con pane e marmellata	macedonia con biscotti
MENÙ C AUTUNNO INVERNO	conchigliette con piselli julienne di carote e zucchine gratinate pane frutta	risotto alla crema di spinaci scaloppina di tacchino insalata pane frutta	fusilli agli aromi pesce al forno carote pane frutta	minestra d'orzo formaggio fresco spinaci e patate pane frutta	polenta con arrosto morbido di carne carote pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta	spremuta d'arancia e biscotti

6.3 Menù Primavera/Estate (12-18 mesi)

1 ^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	pasta al pomodoro petti di pollo al latte piselli e carote pane frutta	minestra di riso e patate piccantine al limone zucchine pane frutta	pasta con ricotta e spinaci finocchi pane frutta	pasta al pomodoro frittata con verdura insalata mista pane frutta	risotto alla parmigiana sogliola al forno cornetti pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta e biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	farrotto allo zafferano involtoni di tacchino pomodori pane frutta	pasta al pomodoro insalata di pollo carote pane frutta	minestra di verdura sformato di formaggio e patate pane frutta	risotto giallo omelette ripiene di ricotta e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro crocchette di pesce finocchi pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	frutta con biscotti	frappè	mele grattugiate con biscotti	torta di mele
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	risotto al prezzemolo bocconcini di carne zucchine pane frutta	orzotto con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	farfalline al pomodoro ricotta con spinaci pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto carote pane frutta	fusilli al sugo di verdura nasello al limone pomodori pane frutta
MERENDA	barchetta di albicocca con biscotti	latte con fette biscottate e marmellata	yogurt al naturale con frutta fresca	macedonia di frutta al limone e biscotti	zuppino di frutta

2^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	pennette al pomodoro e basilico formaggio fresco insalata mista pane frutta	risotto con piselli pesce al forno carote pane frutta	gnocchetti al pesto bocconcini di pollo in crema di verdura e pomodoro pane frutta	risotto al prezzemolo frittata con prosciutto finocchi pane frutta	conchigliette con lenticchie pomodori pane frutta
MERENDA	latte con fette biscottate e marmellata	barchetta di albicocca con biscotti	macedonia di frutta con biscotti	frullato di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	risotto con verdura caprese cornetti pane frutta	pasta con zucchine pesce in umido spinaci pane frutta	pasta agli aromi fesa di tacchina al latte pomodori pane frutta	maccheroncini alla massaia omelette con ricotta e spinaci insalata mista pane frutta	risotto giallo purea di ceci e carote pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	crema agli agrumi	torta di pere	mele grattugiate con biscotti	frullato di frutta con biscotti
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	minestra di julienne di carote, sedano e porri con riso torta di ricotta e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro pesce al forno cornetti pane frutta	risotto con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	pennette al pomodoro crocchette d'uovo carote pane frutta	crema di piselli lonza al limone insalata pane frutta
MERENDA	mele grattugiate con biscotti	yogurt con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia con biscotti	frutta con biscotti

3^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	torta salata con prosciutto e formaggio finocchi pane frutta	pasta agli aromi carne alla pizzaiola cornetti in insalata pane frutta	fusilli al sugo di verdura petto di tacchino al limone zucchine pane frutta	riso con piselli frittata con verdura carote pane frutta	gnocchi di semolino merluzzo al pomodoro finocchi pane frutta
MERENDA	latte con fette biscottate	frullato di frutta con biscotti	macedonia di frutta	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta con biscotti
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	torta con formaggio e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro scaloppine di pollo lattuga pane frutta	risotto alla verdura arrosto di lonza finocchi pane frutta	pasta agli aromi omelette ripiene di ricotta e spinaci pane frutta	pasta alla crema di sogliola carote pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta	budino bianco	mele grattugiate con biscotti	latte con fette biscottate e marmellata
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	farfalline all'olio ricotta con spinaci pane frutta	risotto con zucchine arrosto morbido di tacchino pomodori pane frutta	gnocchetti al pesto bocconcini di carne in crema di verdura e pomodoro pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto zucchine pane frutta	minestrina delicata crocchette di pesce cornetti pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	barchetta di albicocca con biscotti	macedonia di frutta con biscotti	torta di mele

4^ SETTIMANA 12-18 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	risotto al prezzemolo lenticchie e carote pane frutta	pasta al pesto bocconcini di pollo con verdura pane frutta	risotto giallo crocchette di pesce finocchi pane frutta	pizza di patate cornetti pane frutta	bocconcini di tacchino con verdura patate in insalata pane frutta
MERENDA	frutta con biscotti	macedonia con biscotti	torta di mele	frullato di frutta	yogurt al naturale con frutta
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	pasta agli aromi purea di ceci insalata pane frutta	farrotto alla parmigiana arrosto di lonza zucchine pane frutta	penne al pomodoro nasello al forno insalata mista pane frutta	gnocchi alla romana carote pane frutta	riso all'inglese spezzatino tenero finocchi pane frutta
MERENDA	frullato di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta	frullato di frutta e grissini all'acqua	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia con biscotti
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	conchigliette con piselli finocchi pane frutta	risotto alla crema di spinaci carne alla pizzalola insalata pane frutta	fusilli agli aromi pesce al forno carote pane frutta	minestra di riso e prezzemolo formaggio fresco spinaci e patate pane frutta	risotto al radicchio arrosto morbido di carne zucchine e patate pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta	barchetta d'albicocca con biscotti

6.4 Menù Primavera/Estate (18-36 mesi)

1 ^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	pasta al pomodoro petti di pollo al latte piselli e carote pane frutta	minestra di riso e patate piccantine al limone zucchine pane frutta	pasta con ricotta e spinaci finocchi pane frutta	pasta al pomodoro frittata con verdura insalata mista pane frutta	risotto alla parmigiana sogliola al forno cornetti pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta e biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta e biscotti
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	farrotto allo zafferano involtoni di tacchino pomodori pane frutta	pasta al pomodoro insalata di pollo carote pane frutta	minestra di verdura sformato di formaggio e patate pane frutta	risotto giallo omelette ripiene di ricotta e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro crocchette di pesce finocchi pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	frutta con biscotti	frappè	mele grattugiate con biscotti	torta di mele
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	risotto al prezzemolo bocconcini di carne zucchine pane frutta	orzotto con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	farfalline al pomodoro ricotta con spinaci pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto carote pane frutta	fusilli al sugo di verdura nasello al limone pomodori pane frutta
MERENDA	barchetta di albicocca con biscotti	latte con fette biscottate e marmellata	yogurt al naturale con frutta fresca	macedonia di frutta al limone e biscotti	zuppino di frutta

2^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	pennette al pomodoro e basilico formaggio fresco insalata mista pane frutta	risotto con piselli pesce al forno carote pane frutta	gnocchetti al pesto bocconcini di pollo in crema di verdura e pomodoro pane frutta	risotto al prezzemolo frittata con prosciutto finocchi pane frutta	conchigliette con lenticchie pomodori pane frutta
MERENDA	latte con fette biscottate e marmellata	barchetta di albicocca con biscotti	macedonia di frutta con biscotti	frullato di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta fresca
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	risotto con verdura caprese cornetti pane frutta	pasta con zucchine pesce in umido spinaci pane frutta	pasta agli aromi fesa di tacchina al latte pomodori pane frutta	maccheroncini alla massaia omelette con ricotta e spinaci insalata mista pane frutta	risotto giallo purea di ceci e carote pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta fresca	crema alla frutta	torta di pere	mele grattugiate con biscotti	frullato di frutta con biscotti
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	minestra di julienne di carote, sedano e porri con riso torta di ricotta e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro pesce al forno cornetti pane frutta	risotto con verdura arrosto morbido di carne finocchi pane frutta	pennette al pomodoro crocchette d'uovo carote pane frutta	crema di piselli lonza al limone insalata pane frutta
MERENDA	mele grattugiate con biscotti	yogurt con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia con biscotti	frutta con biscotti

3^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	risotto giallo torta salata finocchi pane frutta	pasta agli aromi carne alla pizzaiola cornetti in insalata pane frutta	fusilli al sugo di verdura petto di tacchino al limone zucchine pane frutta	riso con piselli frittata con verdura carote pane frutta	gnocchi di semolino merluzzo al pomodoro finocchi pane frutta
MERENDA	latte con fette biscottate	frullato di frutta con biscotti	macedonia di frutta	yogurt al naturale con frutta fresca	frullato di frutta con biscotti
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	torta con formaggio e spinaci pane frutta	pasta al pomodoro scaloppine di pollo lattuga pane frutta	risotto alla verdura arrosto di lonza finocchi pane frutta	pasta agli aromi omelette ripiene di ricotta e spinaci pane frutta	pasta alla crema di sogliola carote pane frutta
MERENDA	macedonia di frutta al limone e biscotti	yogurt al naturale con frutta	budino bianco	mele grattugiate con biscotti	latte con fette biscottate e marmellata
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	farfalline all'olio ricotta con spinaci pane frutta	risotto con zucchine arrosto morbido di tacchino pomodori pane frutta	gnocchetti al pesto bocconcini di carne in crema di verdura e pomodoro pane frutta	maccheroncini al tuorlo d'uovo e prosciutto zucchine pane frutta	minestrina delicata crocchette di pesce cornetti pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	barchetta di albicocca con biscotti	macedonia di frutta con biscotti	torta di mele

4^ SETTIMANA 18-36 MESI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MENÙ A PRIMAVERA ESTATE	risotto al prezzemolo lenticchie e carote pane frutta	pasta al pesto bocconcini di pollo con verdura pane frutta	risotto giallo crocchette di pesce finocchi pane frutta	pizza di patate cornetti pane frutta	bocconcini di tacchino con verdura patate in insalata pane frutta
MERENDA	frutta con biscotti	macedonia con biscotti	torta di mele	frullato di frutta	yogurt al naturale con frutta
MENÙ B PRIMAVERA ESTATE	pasta agli aromi purea di ceci insalata pane frutta	farrotto alla parmigiana arrosto di lonza zucchine pane frutta	penne al pomodoro nasello al forno insalata mista pane frutta	gnocchi alla romana carote pane frutta	riso all'inglese spezzatino tenero finocchi pane frutta
MERENDA	frullato di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta	frullato di frutta e grissini all'acqua	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia con biscotti
MENÙ C PRIMAVERA ESTATE	conchigliette con piselli finocchi pane frutta	risotto alla crema di spinaci carne alla pizzalola insalata pane frutta	fusilli agli aromi pesce al forno carote pane frutta	minestra di riso e prezzemolo formaggio fresco spinaci e patate pane frutta	risotto al radicchio arrosto morbido di carne zucchine e patate pane frutta
MERENDA	yogurt al naturale con frutta	latte con fette biscottate e marmellata	macedonia di frutta con biscotti	yogurt al naturale con frutta	barchetta d'albicocca con biscotti