



# **MENU PER I NIDI E LE SCUOLE D'INFANZIA**

dei comuni dell'unione bassa reggiana

*anno scolastico 2022/2023*

## >> I SETTIMANA

29/08/2022 - 04/09/2022  
 26/09/2022 - 02/10/2022  
 24/10/2022 - 30/10/2022  
 21/11/2022 - 27/11/2022  
 19/12/2022 - 25/12/2022  
 16/01/2023 - 22/01/2023  
 13/02/2023 - 19/02/2023  
 13/03/2023 - 19/03/2023  
 10/04/2023 - 16/04/2023  
 08/05/2023 - 14/05/2023  
 05/06/2023 - 11/06/2023  
 03/07/2023 - 09/07/2023

## >> II SETTIMANA

05/09/2022 - 11/09/2022  
 03/10/2022 - 09/10/2022  
 31/10/2022 - 06/11/2022  
 28/11/2022 - 04/12/2022  
 27/12/2022 - 01/01/2023  
 23/01/2023 - 29/01/2023  
 20/02/2023 - 26/02/2023  
 20/03/2023 - 26/03/2023  
 17/04/2023 - 23/04/2023  
 15/05/2023 - 21/05/2023  
 11/06/2023 - 18/06/2023  
 10/07/2023 - 16/07/2023

## >> III SETTIMANA

12/09/2022 - 18/09/2022  
 10/10/2022 - 16/10/2022  
 07/11/2022 - 13/11/2022  
 05/12/2022 - 11/12/2022  
 02/01/2023 - 08/01/2023  
 30/01/2023 - 05/02/2023  
 27/02/2023 - 05/03/2023  
 27/03/2023 - 02/04/2023  
 24/04/2023 - 30/04/2023  
 22/05/2023 - 28/05/2023  
 19/06/2023 - 25/06/2023  
 17/07/2023 - 23/07/2023

## >> IV SETTIMANA

19/09/2022 - 25/09/2022  
 17/10/2022 - 23/10/2022  
 14/11/2022 - 20/11/2022  
 12/12/2022 - 18/12/2022  
 09/01/2023 - 15/01/2023  
 06/02/2023 - 12/02/2023  
 06/03/2023 - 12/03/2023  
 03/04/2023 - 09/04/2023  
 01/05/2023 - 07/05/2023  
 29/05/2023 - 04/06/2023  
 26/06/2023 - 02/07/2023  
 24/07/2023 - 30/07/2023

>> LUNEDÌ

carote a filetto/cotte  
 fusilli integrali al ragù  
 1/2 porzione di emmenthal  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** yogurt alla frutta

**var. stagionale** (dal 13/03/2023)  
 1/2 porzione di parmigiano  
 reggiano  
 gelato coppa campioni\*

bis di raviolini di ricotta e spinaci\*  
 e zucca all'olio evo e parmigiano  
 reggiano, 1/2 porzione di  
 parmigiano reggiano, insalata  
 verde/broccoli all'olio evo  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** frutta mista di stagione

**var. stagionale**  
 bis di raviolini di ricotta e spinaci\*  
 e patate all'olio evo e parmigiano  
 reggiano, fagiolini all'olio evo

minestra di verdure e legumi\* con  
 conchigliette  
 tortino di carote  
 finocchi crudi e cotti  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** frutta mista di stagione

**var. stagionale**  
 stelline in brodo vegetale, uovo  
 sodo, spinaci\* all'olio evo

sedanini al sugo rosso di pesce\*  
 (merluzzo)  
 erbazzone\*  
 cavolfiore al vapore  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** frutta mista di stagione

**var. stagionale**  
 pomodori (in stagione) / insalata /  
 zucchine all'olio evo

>> MARTEDÌ

riso in brodo vegetale\*  
 fettina di tacchino agli aromi  
 carote e piselli\*  
 frutta e gallette di mais  
**MERENDA:** frutta mista di stagione

**var. stagionale**  
 crema di patate e carote\* con riso,  
 arrosto di tacchino,  
 fagiolini\* all'olio evo



crema di ceci con ditalini  
 scaloppina di pollo al limone  
 carote a filetto  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** focaccia

**var. stagionale**  
 pomodori (in stagione) / insalata /  
 zucchine all'olio evo

risotto alla zucca\*  
 polpettine di pesce\*  
 broccoli all'olio evo  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** latte e biscotti

**var. stagionale**  
 risotto alla lattuga, pomodori (in  
 stagione) / insalata  
 yogurt alla frutta

pastina in brodo vegetale\*  
 polpettine di vitellone  
 con piselli\* al pomodoro  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** focaccia

>> MERCOLEDÌ

sedanini al pomodoro  
 triangoli di frittata  
 broccoli al vapore  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** pane e cioccola equo  
 fondente/al latte

**var. stagionale**  
 tortiglioni al pesto di pomodorini  
 essiccati al forno, carote e  
 zucchine a julienne

fusilli integrali al sugo vegetale  
 polpettine di ricotta e spinaci  
 finocchi crudi e cotti  
 pan de re, pane al mais e frutta di  
 stagione  
**MERENDA:** latte e biscotti

**var. stagionale**  
 insalata e mais

corallini in brodo vegetale\*  
 cotoletta di pollo al forno  
 patate arrosto\*  
 pan de re, pane ai cereali e frutta  
 di stagione  
**MERENDA:** pane e confettura

**var. stagionale**  
 passato di verdure\* e legumi con  
 risoni

## MENU SPECIALE

>> GIOVEDÌ

crema di verdure e legumi\*  
 pizza margherita  
 bis di finocchi crudi a filetto e  
 cotti  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** banana equo

**var. stagionale**  
 crema di fagioli cannellini, insalata

passato di verdura e legumi\* con  
 orzo  
 svizzera di vitellone  
 purea di patate  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** macedonia di frutta

**var. stagionale**  
 patate lesse\*

carote a bastoncino  
 lasagne\* alla bolognese  
 1/2 porzione di crescenza  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** banana equo

**var. stagionale**  
 pasta al forno e insalata caprese  
 con 1/2 porzione di mozzarella

passato di verdura\* e legumi con  
 ditalini, scaloppina di pollo alla  
 salvia, patate prezzemolate\*  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** Latte e biscotti

**var. stagionale**  
 bocconcini al curry  
 yogurt alla frutta

>> VENERDÌ

penne al pesto di broccoletti\*  
 e mandorle, halibut in crosta di  
 mais \*, insalata verde/fagiolini  
 all'olio evo  
 pan de re, pane arabo e frutta di  
 stagione  
**MERENDA:** latte e cereali

**var. stagionale**  
 pennette al pesto genovese,  
 pomodori (in stagione) / spinaci /  
 bieta all'olio evo

riso alla parmigiana  
 bastoncini di halibut\*  
 insalata e mais/spinaci all'olio evo  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** yogurt alla frutta

**var. stagionale**  
 riso allo zafferano, carote a filetto  
 e cotte

pennette integrali al pomodoro  
 burger di lenticchie e quinoa\*  
 insalata e fagiolini all'olio evo  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** yogurt alla frutta

**var. stagionale**  
 penne integrali pomodori e  
 basilico  
 gelato vaniglia e cacao\*

fusilli integrali al pomodoro  
 cotoletta di limanda al forno\*  
 insalata verde/spinaci all'olio evo  
 pan de re e frutta di stagione  
**MERENDA:** frutta mista di stagione

**var. stagionale**  
 spinaci all'olio evo  
 banana equo

## COMPOSIZIONE DIETA LEGGERA IN BIANCO

Il genitore può richiedere la dieta leggera nel caso in cui il bambino o la bambina presenti lievi indisposizioni (per un massimo di tre giorni consecutivi).

**LUNEDÌ:** riso in bianco (olio evo), filetto di pesce in bianco (al vapore/forno), carote e patate, pane, mela

**MARTEDÌ:** pasta in bianco (olio evo), prosciutto cotto carote e patate, pane, mela

**MERCOLEDÌ:** riso in bianco (olio evo), parmigiano reggiano DOP, carote e patate, pane, mela

**GIOVEDÌ:** pasta in bianco (olio evo), petto di pollo ai ferri, carote e patate, pane, mela

**VENERDÌ:** riso in bianco (olio evo), filetto di pesce in bianco (al vapore/forno), carote e patate, pane, mela

## MENU SPECIALE

**AUTUNNO IN VIOLA** 19/10/2022 - 16/11/2022 - 14/12/2022

Risotto bianco e viola con barbabietola, involtini di verza, carote baby\*, pan de re e pane bio, crostata di prugna

**TAVOLA MEDITERRANEA** 11/01/2023 - 08/02/2023 - 08/03/2023

Crema di porri con cous cous, pizza alle verdure, torta di mele

**SPECIALE CARNEVALE** 21/02/2023

Chiacchiere

**PRIMAVERA DI COLORI** 05/04/2023 - 03/05/2023 - 31/05/2023 - 28/06/2023 - 26/07/2023

Pinzimonio estivo: cetrioli, carote, peperoni\*, lasagnetta con verdure primaverili o al pesto genovese, gelato, pan de re e pane bio, ciambellone allo yogurt e macedonia con frutti rossi

## INFORMAZIONI

Il menu\* è articolato su quattro settimane ed è stato validato dal SIAN (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione) dell'AUSL e la sua composizione rispetta i LARN (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione italiana) e le "LINEE STRATEGICHE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA IN EMILIA ROMAGNA".

È prevista la possibilità di richiedere diete specifiche per motivi sanitari (con certificato medico specialistico) o per motivi etico/religiosi (con autocertificazione).

A causa dell'emergenza COVID19, il menu è temporaneo e potrebbe subire variazioni in base alle normative anti-contagio.

- ● *Si informano le famiglie che gli alimenti somministrati possono contenere uno o più allergeni come ingrediente o in tracce: cereali contenenti glutine e derivati, crostacei, uova e derivati, pesce, arachidi, soia, latte e derivati (incluso lattosio), frutta a guscio, sedano, senape, semi di sesamo, anidride solforosa e solfiti, lupini e molluschi.*