

TABELLA DIETETICA INFANZIA SERVITE DA CUCINA MARTORANO

NOVEMBRE – DICEMBRE 2025

Tutti i giorni ore 9,30 spuntino a base di frutta fresca di stagione

Ogni pasto comprende il pane secondo grammature di riferimento

2° SETTIMANA	LUNEDÌ 03/11/2025	MARTEDÌ 04/11/2025	MERCOLEDÌ 05/11/2025	GIOVEDÌ 06/11/2025	VENERDÌ 07/11/2025
PRANZO 	Passato di verdura con pastina Coniglio al forno Verdura cotta	Orecchiette alla pizzaiola Halibut con panatura croccante Verdura cruda	Vellutata di zucca (o zucchine) con farro Rotolini di frittata Verdura cotta	Pasta in bianco Hummus di ceci con piadina Verdura cruda	Strozzapreti al sugo di pesce Sformatini di carote Verdura cruda
MERENDA	Frutta di stagione	Torta di mele senza uova	Pane e olio	Yogurt	Banana
3° SETTIMANA	LUNEDÌ 10/11/2025	MARTEDÌ 11/11/2025	MERCOLEDÌ 12/11/2025	GIOVEDÌ 13/11/2025	VENERDÌ 14/11/2025
PRANZO 	Pasta alla parmigiana Filetto di pesce con verdure Verdura cotta	Tagliatelle al sugo di piselli Verdura gratinata Verdura cruda	Pastina in brodo vegetale Pizza margherita Verdura cruda	Farfalle in salsa verde Arista al latte Verdura cotta	Crema di verdura con miglio (o altro cereale) Platessa al pane profumato Verdura cruda
MERENDA	Plumcake	Pane alle noci	Frutta di stagione	Crackers	Yogurt
4° SETTIMANA	LUNEDÌ 17/11/2025	MARTEDÌ 18/11/2025	MERCOLEDÌ 19/11/2025	GIOVEDÌ 20/11/2025	VENERDÌ 21/11/2025
PRANZO 	Insalata con noci tritate Ravioli al pomodoro Patate e verdure gratinate	Risotto allo zafferano Filetto di merluzzo olio e limone Verdura cruda	Minestra di orzo con legumi Pan brioche Verdura cruda	Pasta all'ortolana Bocconcini di pesce al forno Verdura cotta	Gnocchetti sardi al sugo di carote Petto di pollo agli agrumi (o alla piastra) Verdura cruda
MERENDA	Yogurt	Spianatina	Frutta di stagione	Biscotti	Banana
5° SETTIMANA	LUNEDÌ 24/11/2025	MARTEDÌ 25/11/2025	MERCOLEDÌ 26/11/2025	GIOVEDÌ 27/11/2025	VENERDÌ 28/11/2025
PRANZO 	Passato di verdura con pastina Mix di formaggi Verdura cruda	Pasta alla parmigiana Spezzatino di manzo Verdura cotta	Orecchiette alla pizzaiola Cotoletta di pesce Verdura cruda	Maltagliati con i fagioli Patate arrosto (o prezzemolate) Verdura cruda	Pasta al pesto/erbe aromatiche Calamari e gamberi al forno Verdure cotta
MERENDA	Frutta di stagione	Crackers	Pane e crema di nocciole	Frutta di stagione	Yogurt

TABELLA DIETETICA INFANZIA SERVITE DA CUCINA MARTORANO

NOVEMBRE – DICEMBRE 2025

Tutti i giorni ore 9,30 spuntino a base di frutta fresca di stagione

Ogni pasto comprende il pane secondo grammature di riferimento

6° SETTIMANA	LUNEDÌ 01/12/2025	MARTEDÌ 02/12/2025	MERCOLEDÌ 03/12/2025	GIOVEDÌ 04/12/2025	VENERDÌ 05/12/2025
PRANZO 	Risotto al sugo di pesce Frittelle di verdura Verdura cruda	Spaghetti al pomodoro Scaloppina al limone Verdura cotta	Pastina in brodo vegetale Pizza margherita Verdura cruda	Pasta alla parmigiana Platessa al pane profumato Verdura cotta	Vellutata di zucca con crostini Polpettine di ceci Verdura cruda
MERENDA	Torta con frutta secca	Frutta di stagione	Yogurt	Crackers	Banana
7° SETTIMANA	LUNEDÌ 08/12/2025	MARTEDÌ 09/12/2025	MERCOLEDÌ 10/12/2025	GIOVEDÌ 11/12/2025	VENERDÌ 12/12/2025
PRANZO 	FESTA	Pasta pomodoro e olive Bocconcini di pesce Verdura cotta	Zuppa di miglio Casatella con piadina Verdura cotta	Gnocchi di patate al pomodoro Filetto di pesce con verdure Verdura cruda	Pasta in bianco Polpette di carne al pomodoro Verdura cruda
MERENDA		Biscotti	Frutta di stagione	Pane e olio	Yogurt
8° SETTIMANA	LUNEDÌ 15/12/2025	MARTEDÌ 16/12/2025	MERCOLEDÌ 17/12/2025	GIOVEDÌ 18/12/2025	VENERDÌ 19/12/2025
PRANZO 	Minestra di verdure con farro Halibut al pane profumato Verdura cruda	Pinzimonio (o verdura cruda) Ravioli al sugo di piselli Verdura cotta	Maccheroncini al sugo di pesce Crocchette di patate Verdura cruda	Sedanini al pomodoro Cotoletta di carne Verdura cotta	PRANZO DI NATALE Passatelli in brodo vegetale Patate e verdure gratinate
MERENDA	Frutta di stagione	Crackers	Yogurt	Torta con banane e noci	Pandoro/Panettone (al mattino) Frutta fresca di stagione
1° SETTIMANA	LUNEDÌ 22/12/2025	MARTEDÌ 23/12/2025			
PRANZO 	Fusilli al pesto/erbe aromatiche Fish burger Verdura cruda	Pastina in brodo vegetale Pizza margherita Verdura cruda			
MERENDA	Frutta di stagione	Pane e crema di nocciole			

NOTE: PER QUALSIASI INFORMAZIONE SU SOSTANZE E ALLERGENI E' POSSIBILE CONSULTARE L'APPOSITA DOCUMENTAZIONE CHE VERRA' FORNITA, A RICHESTA, DAL PERSONALE DI SERVIZIO IN CUCINA.