

**TABELLA DIETETICA: AUTUNNO/INVERNO MICRONIDO – utenti 8/10 mesi**

|                  | PRIMA SETTIMANA  | SECONDA SETTIMANA  | TERZA SETTIMANA  | QUARTA SETTIMANA   | QUINTASETTIMANA   |
|------------------|--|--|--|--|---|
| <b>LUNEDÌ</b>    | Pastina al pomodoro (1)<br>con Grana Padano grattugiato            | Pastina al pomodoro (1)<br>con Grana Padano grattugiato            | Minestrina in brodo vegetale (4)                                   | Minestrina in brodo di carne (2)                                   | Pastina al pomodoro (1)<br>con Grana Padano grattugiato               |
|                  | Formaggio fresco (6)   | Uovo   | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Pesce o omogeneizzato di<br>pesce (merluzzo, sogliola)                |
|                  | Verdure cotta (7)  | Verdure cotta (7)  | Verdure cotta (7)  | Patate   | Verdure cotta (7)   |
|                  | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                             |
| <b>MARTEDÌ</b>   | Minestrina in brodo di carne (2)                                   | Passato di verdure con pastina                                     | Pastina al pomodoro con Grana<br>Padano grattugiato                | Pastina con olio e formaggio                                       | Minestrina in brodo di carne (2)                                      |
|                  | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Formaggio fresco (6)   | Omogeneizzato di legumi<br>(lenticchie o ceci con zucca)           | Uovo   | Carne o omogeneizzato di<br>carne (agnello, pollo, manzo,<br>cavallo) |
|                  | patate   | Verdure cotta (7)  | Verdure cotta (7)  | Verdure cotta (7)  | patate  |
|                  | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                             |
| <b>MERCOLEDÌ</b> | Semolino (3)   | Semolino (3)   | Passato di verdure con pastina (4)                                 | Pastina al pomodoro (1)<br>con Grana Padano grattugiato            | Pastina con olio e formaggio (1)                                      |
|                  | Pesce o omogeneizzato di pesce<br>(merluzzo, sogliola)             | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Pesce o omogeneizzato di pesce<br>(merluzzo, sogliola)             | Pesce o omogeneizzato di<br>pesce (merluzzo, sogliola)                |
|                  | Verdure cotta (7)   |
|                  | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                             |
| <b>GIOVEDÌ</b>   | Passato di verdure con pastina (4)                                 | Pastina con olio e formaggio (1)                                   | Pastina con olio e formaggio (1)                                   | Passato di verdure con pastina<br>(4)                              | Semolino (3)  |
|                  | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Pesce o omogeneizzato di pesce<br>(merluzzo, sogliola)             | Pesce o omogeneizzato di pesce<br>(merluzzo, sogliola)             | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Carne o omogeneizzato di<br>carne (agnello, pollo, manzo,<br>cavallo) |
|                  | Verdure cotta (7)   |
|                  | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                             |
| <b>VENERDÌ</b>   | Pastina con olio e formaggio (1)                                   | Minestrina in brodo di carne (2)                                   | Semolino (3)   | Semolino (3)   | Minestrina in brodo vegetale (4)                                      |
|                  | Omogeneizzato di legumi<br>(lenticchie o ceci con zucca)           | Carne o omogeneizzato di carne<br>(agnello, pollo, manzo, cavallo) | Formaggio fresco (6)   | Formaggio fresco (6)   | Uovo  |
|                  | Verdure cotta (7)  | Patate   | Verdure cotta (7)  | Verdure cotta (7)  | Verdure cotta (7)   |
|                  | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla frutta<br>(8)                          | Frutta o omogeneizzato alla<br>frutta (8)                             |

(1) Pastina: astrini, puntine, fili d'angelo, chioccioline

(2) Brodo di carne (agnello, vitello, manzo, pollo, pecora).

(3) Semolino o farina multicereali, farina di riso, mais e tapioca.

(4) Passato di verdure o brodo vegetale ( patata, carota, zucchina, sedano, pomodoro, cipolla, spinaci)

(5) Legumi : lenticchie o ceci

(6) Formaggi : ricotta, formaggio spalmabile (tipo Philadelphia) , mozzarella e mozzarella di bufala . Per condimento : Grana Padano, pecorino, Parmigiano Reggiano

(7) Verdura cotta: carota, zucchina, patata.

(8) Frutta: mela, pera, banana, fragola, pesca, prugna, melone, anguria, nespola, susina, uva.