



**Istituto Internazionale
M. Montessori** Eco-Scuola

TABELLA MENSILE

PER ASILO NIDO- SEZIONE PRIMAVERA
E SCUOLA MATERNA

ELABORATA DALLA DR.SSA CATALANO ADRIANA

BIOLOGA NUTRIZIONISTA

PALERMO LI

13/10/2016 Adriana Catalano



Studio di Nutrizione

Via Resuttana, 352 90146 Palermo

Tel. 091514244 cell. 3394588911

Email: adrianacatalano@alice.it

TABELLA SETTIMANALE PER NIDO - SEZIONE PRIMAVERA E SCUOLA MATERNA

PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

17/5/2016
18/5/2016

SABATO						
ORARIO RIDOTTO						
COLAZIONE (Da consumare a casa)	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.
SPUNTINO DI META' MATTINA	TORTA ALLO YOGURT/MELE	BUDINO ALLA VANIGLIA/CIOCC.	PLUMCAKE/FRUTTA	PIZZETTA ALL'OLIO/ POMODORO	TORTA MARGHERITA/CIOCC.	MOUSSE DI FRUTTA
PRANZO	Pasta/Farro e lenticchie	Minestrone con pasta e parm.	Orzo / pasta con verdure	Riso/Pasta con zucca e parm.	Pasta pomodoro e parm.	
	Focaccia all'olio	Frittata con patate	Merluzzo panato al limone	Petto di pollo panato	Hamburger di vitello	
	Macedonia	Macedonia	Macedonia	Macedonia	Macedonia	
	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	
MERENDA	Pane di grano/bianco duro	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	FROLLINI
	SUCCO DI PERA/MELA E BISCOTTI SECCHI	FRULLATO DI FRUTTA CON BASTONCINI DI CRUSCA	YOGURT CON FRUTTA e FIOCCHI di Avena	CENTRIFUGATO DI FRUTTA E VERDURE		



Elaborato da: Drssa Catalano Adriana Biologa Nutrizionista (Timbro e Firma)

Palermo, li 13/10/2016

Adriana Catalano

TABELLA SETTIMANALE PER NIDO - SEZIONE PRIMAVERA E SCUOLA MATERNA
 SECONDA SETTIMANA

Pl 7512/PA1
 18/10/2016

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO

COLAZIONE (Da consumare a casa)	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO /PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.
SPUNTINO DI META' MATTINA	TORTA ALLO YOGURT/MELE	BUDINO ALLA VANIGLIA/CIOCC.	PLUMCAKE/FRUTTA	PIZZETTA ALL'OLIO/ POMODORO	TORTA MARGHERITA / CIOCC.	MOUSSE DI FRUTTA
PRANZO	Crema di ortaggi Bio con pastina	Pasta , pomodoro e parmigiano	Pasta e lenticchie/fagioli	Vellutata di patate e carote con pastina	Pastina in brodo di carne e parm.	ORARIO RIDOTTO
	Ramequin con formaggio cremoso	Frittata con verdure	Crocchette di Merluzzo/Nasello	Petto di pollo panato/ hamburger di pollo	Polpettine in brodo di carne	
	Macedonia	Macedonia	Macedonia	Macedonia	Macedonia	
	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	Olio extravergine d'oliva	
MERENDA	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco	Pane di grano duro/bianco
	SUCCO DI PERA/MELE E BISCOTTI SECCHI	FRULLATO DI FRUTTA CON BASTONCINI DI CRUSCA	YOGURT CON FRUTTA e FIOCCHI di AVENA	CENTRIFUGATO DI FRUTTA VERDURE	FROLLINI	

Elaborato da: Drssa Catalano Adriana Biologa Nutrizionista

Palermo, li 13/10/2016

Adriana Catalano

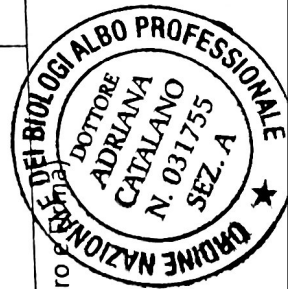


TABELLA SETTIMANALE PER NIDO - SEZIONE PRIMAVERA E SCUOLA MATERNA

TERZA SETTIMANA

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO

17/5/2016
18/10/2016

COLAZIONE (Da consumare a casa)	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.
SPUNTINO DI META' MATTINA	TORTA ALLO YOGURT/MELE	BUDINO ALLA VANIGLIA/CIOCC.	PLUMCAKE/FRUTTA	PIZZETTA ALL'OLIO/ POMODORO	TORTA MARGHERITA/CIOCC.	MOUSSE DI FRUTTA
PRANZO	Pastina in brodo vegetale e parm. Focaccia con ricotta Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Pasta con ricotta parmigiano Frittata con zucchine Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Pasta con ragù di pesce Patate gratinate al forno Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Pastina in brodo di pollo Fusilli di pollo in umido con verdure Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Passato di verdure con pasta/riso Scaloppine di vitello in umido Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	ORARIO RIDOTTO
MERENDA	SUCCO DI PERA/MELE E BISCOTTI SECCHI	FRULLATO DI FRUTTA CON BASTONCINI DI CRUSCA	YOGURT CON FRUTTA e FIOCCHI di AVENA	CENTRIFUGATO DI FRUTTA E VERDURE	FROLLINI	

Elaborato da: Dr.ssa Catalano Adriana Biologa Nutrizionista (Timbro e Firma)



Adriana Catalano

Palermo, li 13/10/2016

TABELLA SETTIMANALE PER NIDO - SEZIONE PRIMAVERA E SCUOLA MATERNA QUARTA SETTIMANA

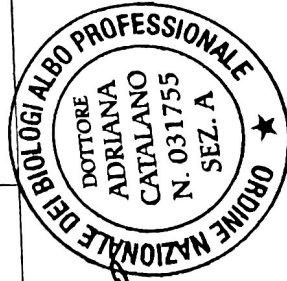
LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO

COLAZIONE (Da consumare a casa)	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.	LATTE INTERO/PARZ. SCREM.
SPUNTINO DI META' MATTINA	TORTA ALLO YOGURT/MELE	BUDINO ALLA VANIGLIA/CIOCC.	PLUMCAKE/FRUTTA	PIZZETTA ALL'OLIO/ POMODORO	TORTA MARGHERITA/CIOCC.	MOUSSE DI FRUTTA
PRANZO	Minestrone con riso/pasta e parm. Sformato di Ramequin Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Pasta e fagioli azuki Patate al forno Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Pasta con olio e parm. Crocchette di pesce Con verdure Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Gnocchetti pomodoro e parm./pasta Petto di pollo panato Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	Anelletti al forno Carote e zucchine a Julienne Macedonia Olio extravergine d'oliva Pane di grano duro/bianco	ORARIO RIDOTTO
MERENDA	SUCCO DI PERA/MELE E BISCOTTI SECCHI	FRULLATO DI FRUTTA CON BASTONCINI DI CRUSCA	YOGURT CON FRUTTA e FIOCCHI di AVENA	CENTRIFUGATO DI FRUTTA E VERDURE	FROLLINI	

(Timbro e Firma)

Elaborato da: Drssa Catalano Adriana Biologa Nutrizionista

Palermo, li. 13/10/2016



Adriana Catalano