



MENU' SCOLASTICO PRIMAVERA-ESTATE a.s. 2025-2026
COMUNE DI COMO PRIVO DI LEGUMI
Asili nido



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA	Pasta integrale al pomodoro	Crema di zucchine* con riso	Pasta al pesto	Pasta al ragù di vitellone (piatto unico)	Riso allo zafferano
	Frittata al parmigiano	Platessa panata *	Bocconcini di pollo al limone		Ricotta
	Bieta* al grana	Insalata mista	Zucchine all'olio	Pomodori in insalata	Carote all'olio
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
2° SETTIMANA	Pasta agli aromi	Riso all'olio e parmigiano	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro	Passato di verdure (senza legumi) con orzo
	Robiola	Uovo strapazzato	Platessa* al vapore	Arrostato di lonza al limone	Platessa gratinata agli aromi *
	Erbette* all'olio	Dadolata di zucchine	Insalata di pomodori con basilico	Carote julienne/carote all'olio	Insalata di pomodori
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3° SETTIMANA	Pasta all'olio	Riso all'inglese	Pastina in brodo vegetale (brodo senza legumi)	Pasta al pesto e pomodoro	Passato di verdura* con riso legumi
	Platessa* in umido	Latteria	Bocconcini di pollo agli aromi	Frittata al parmigiano	Filetto di platessa panato*
	Carote aromatizzate	zucchine al pomodoro	Insalata di pomodori e carote	Spinaci gratinati *	patate al vapore
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4° SETTIMANA	Pasta con crema di zucchine	Crema di carote con ditalini	Pasta al pomodoro	Riso all'olio e grana	Gnocchetti sardi al pomodoro e basilico
	Bocconcini di mozzarella/ricotta	Frittata alle verdure	Arrostato di tacchino al latte	Polpette di pesce	Ricotta
	Carote all'olio	Patate sabbiose	Carote julienne/carote all'olio	Pomodori in insalata	Zucchine all'olio
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio	Pane a basso tenore di sodio
MERENDA	Frutta fresca di stagione	Yogurt bianco	Frutta fresca di stagione	Yogurt bianco	Frutta fresca di stagione

IN VIGORE DAL 20/05/2026

Prodotto gelo *

Le grammature sono in linea con le Linee Guida dell'ATS di riferimento e si differenziano per fasce di età.
 Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale (1,7 % di sale sul totale della farina) .
 Le proposte di frutta fresca sono calendarizzate garantendo almeno n.3 tipologie di frutta nella settimana.
 In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente olio EVO.
 In fase di preparazione e condimento viene utilizzato esclusivamente sale iodato.