

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO E UOVO
- ASILI NIDO, 18/36 mesi

NOTE INFORMATIVE

La dieta prevede l'esclusione delle proteine del latte vaccino e dell'uovo, e quindi di tutti gli alimenti che ne contengano anche una piccola quantità: latte e derivati, carne bovina, insaccati, creme, uovo, pollo, mela (per rischio di allergie crociate) e numerosi prodotti del commercio (salse, merendine, biscotti, alcuni prodotti da forno, impanature).

È pertanto intuitivo che la tabella dietetica che ne deriva risulta abbastanza monotona, in quanto privata di numerosi alimenti che garantiscono varietà ed appetibilità al pasto: per ovviare a tale inconveniente, è stata proposta l'alternativa, valida dal punto di vista nutrizionale, del piatto unico, primo piatto a base di pasta o riso con legumi secchi, che garantisce una ottima miscela di proteine di elevato valore nutrizionale.

Non aggiungere formaggio grana o parmigiano reggiano alle pietanze.

Le preparazioni a base di pesce, riportate nella tabella dietetica, ne prevedono la cottura in umido o al pomodoro, per evitare che nell'impasto siano presenti tracce di proteine del latte vaccino e dell'uovo.

Per una migliore resa degli hamburger e per renderli più appetibili, è possibile utilizzare pane o patata q.b. nell'impasto.

Anche per questa intolleranza, nel caso di allergie crociate con la carne di tacchino, è opportuno che la certificazione medica chiarisca la tollerabilità di tale alimento.

[Handwritten signatures and initials]

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO E UOVO

- ASILI NIDO, 18/36 mesi

NON AGGIUNGERE FORMAGGIO GRANA O PARMIGIANO REGGIANO ALLE PIETANZE

PRIMA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + fagioli g 30 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spinaci g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + pomodoro q.b. • Zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + Olio extravergine d'oliva g 5 • Hamburger di tacchino g 100 + extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Carote g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO E UOVO
- ASILI NIDO, 18/36 mesi

NON AGGIUNGERE FORMAGGIO GRANA O PARMIGIANO REGGIANO ALLE PIETANZE

SECONDA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + lenticchie g 30 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 70 con patate g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + piselli g 40 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + Olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Carote g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 • Hamburger di tacchino g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Spinaci g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Coniglio in umido: coniglio g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100

TABELLA DIETETICA PRIVA DI PROTEINE DEL LATTE VACCINO E UOVO

- ASILI NIDO, 18/36 mesi

NON AGGIUNGERE FORMAGGIO GRANA O PARMIGIANO REGGIANO ALLE PIETANZE

TERZA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + ceci g 30 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Spinaci g 100 + olio extravergine d'oliva g 5• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100
II giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100
III giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5• Carote g 100 + olio extravergine d'oliva g 5• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100
IV giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Hamburger di tacchino g 100 + olio extravergine d'oliva g 5• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100
V giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pasta g 40 + zucca 100 g oppure minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Coniglio al pomodoro: coniglio g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + pomodori pelati q.b. + aromi q.b.• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100

ve

gn

leg

pu

186

TABELLA DIETETICA PRIVA DI UOVO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

NOTE INFORMATIVE

La dieta prevede l'esclusione di uovo, pollo e mela (per rischio di allergie crociate), e di numerosi prodotti del commercio che possono contenere le proteine vietate (merendine, prodotti da forno, impanature, insaccati, carne in scatola).

Nella preparazione dei pasti previsti dalla tabella dietetica è fondamentale prestare alle possibili contaminazioni da alimenti contenenti uovo ed al consumo di prodotti del commercio che ne possono contenere.

Le preparazioni a base di pesce e di carne, riportate nella tabella dietetica, ne prevedono la cottura in umido o al pomodoro, per evitare che nell'impasto siano presenti tracce di proteine dell'uovo.

Per una migliore resa degli hamburger e per renderli più appetibili, è possibile utilizzare pane o patata q.b. nell'impasto.

Nel caso di allergie crociate con la carne di tacchino, è opportuno che la certificazione medica chiarisca la tollerabilità di tale alimento.

Possono essere introdotti alimenti industriali per i quali sia certa l'assenza dell'uovo (previa autorizzazione da parte del nostro servizio).

TABELLA DIETETICA PRIVA DI UOVO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

PRIMA SETTIMANA	
I giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + fagioli g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Prosciutto cotto g 30 • Spinaci g 100 al burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
II giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
III giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + pomodoro q.b. + aromi q.b. • Zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
IV giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati 100 g + Olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Hamburger di bovino g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
V giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + minestrone di verdure g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • N. 1 bocconcino di mozzarella g 40 • Carote g 100 al burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	

h

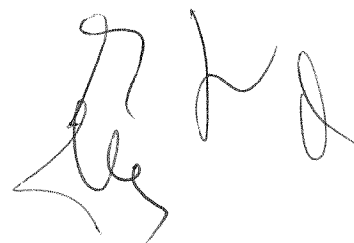



TABELLA DIETETICA PRIVA DI UOVO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

SECONDA SETTIMANA	
I giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + lenticchie g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Prosciutto cotto g 30 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
II giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Hamburger di bovino g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
III giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + piselli g 40 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Carote g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	
IV giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 • N. 1 bocconcino di mozzarella g 40 • Spinaci g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g (Tranne la mela) 	
V giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40+ minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Petto di tacchino in umido g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Purea di patate: patate disidratate g 25 + latte intero q.b. + burro g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 (Tranne la mela) 	

185

se



 18/10/08
 19/10/08

TABELLA DIETETICA PRIVA DI UOVO - ASILI NIDO, 18/36 mesi

TERZA SETTIMANA	
I giorno	
<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + ceci g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Formaggini n. 2 (g 22 cadauno)• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100 (Tranne la mela)	
II giorno	
<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100 (Tranne la mela)	
III giorno	
<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Carote g 100 + burro g 5• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100 (Tranne la mela)	
IV giorno	
<ul style="list-style-type: none">• Pastina g 40 + pomodori pelati q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5• Hamburger di bovino g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100 (Tranne la mela)	
V giorno	
<ul style="list-style-type: none">• Pasta g 40+ zucca 100 g oppure minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5• Prosciutto cotto g 30• Patate g 100 + burro g 5• Panino tipo rosetta g 30• Frutta fresca g 100 (Tranne la mela)	

150

TABELLE DIETETICHE PER GLI ASILI NIDO - 6/18 mesi

PRIMA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + Passato di fagioli g 20 + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di prosciutto e manzo g 80• Omogeneizzato di frutta g 80
II giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 in brodo vegetale q.b. + passato di verdure di stagione g 30 + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di pollo g 80• Omogeneizzato di frutta g 80
III giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + passato di pomodoro q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di pesce g 80• Omogeneizzato di frutta g 80
IV giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + patate g 30 + Olio extravergine d'oliva g 5• Formaggino per l'infanzia g 30• Omogeneizzato di frutta g 80
V giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + passato di pomodoro q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di coniglio g 80• Omogeneizzato di frutta g 80

TABELLE DIETETICHE PER GLI ASILI NIDO - 6/18 mesi

SECONDA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + Passato di lenticchie g 20 + Olio extravergine d'oliva g 5• Formaggino per l'infanzia g 30• Omogeneizzato di frutta g 80
II giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + passato di verdure q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di tacchino g 80• Omogeneizzato di frutta g 80
III giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 in brodo vegetale q.b. + passato pomodoro q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di pesce g 80• Omogeneizzato di frutta g 80
IV giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + passato di pomodoro q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di vitello g 80• Omogeneizzato di frutta g 80
V giorno	<ul style="list-style-type: none">• Pastina 00 g 20 + patate g 30 + Olio extravergine d'oliva g 5• Omogeneizzato di prosciutto g 80• Omogeneizzato di frutta g 80

se

lee

Mr
h
d
16

TABELLE DIETETICHE PER GLI ASILI NIDO - 6/18 mesi

TERZA SETTIMANA	
I giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina 00 g 20 + Passato di fagioli g 20 + Olio extravergine d'oliva g 5 • Omogeneizzato di prosciutto vitello g 80 • Omogeneizzato di frutta g 80
II giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina 00 g 20 + passato di pomodoro q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5 • Omogeneizzato di pesca g 80 • Omogeneizzato di frutta g 80
III giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina 00 g 20 + passato di piselli g 30 + Olio extravergine d'oliva g 5 • Formaggio per l'infanzia g 30 • Omogeneizzato di frutta g 80
IV giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina 00 g 20 + passato di verdure q.b. + Olio extravergine d'oliva g 5 • Omogeneizzato di agnello g 80 • Omogeneizzato di frutta g 80
V giorno	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina 00 g 20 in brodo vegetale q.b. + parmigiano grattugiato g 5 + Olio extravergine d'oliva g 5 • Omogeneizzato di tacchino g 80 • Omogeneizzato di frutta g 80

TABELLE DIETETICHE PER GLI ASILI NIDO - 18/36 mesi

PRIMA SETTIMANA

I giorno

- Pastina g 40 + fagioli g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Prosciutto cotto g 30
- Spinaci g 100 al burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

II giorno

- Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

III giorno

- Pastina g 40 + patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b.
- N. 3 bastoncini di pesce (75 g) al forno + olio extravergine d'oliva g 5
- Zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

IV giorno

- Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b.
- Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b. + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Patate g 100 + burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

V giorno

- Pastina g 40 + minestrone di verdure 100 g + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- N. 1 bocconcino di mozzarella g 40
- Carote g 100 al burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

V

H J a / G
leg

TABELLE DIETETICHE PER GLI ASILI NIDO - 18/36 mesi

5

SECONDA SETTIMANA	
I giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + lenticchie g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Frittata: un uovo g 50 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
II giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b. + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Patate g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
III giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + piselli g 40 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Filetto di sogliola g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Carote g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
IV giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 + aromi q.b. • N. 1 bocconcino di mozzarella g 40 • Spinaci g 100 + burro g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	
V giorno	
<ul style="list-style-type: none"> • Riso g 40+ minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5+ parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b. • Petto di pollo in umido g 50 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b. • Purea di patate: patate disidratate g 25 + latte intero q.b. + burro g 5 + parmigiano grattugiato g 5 • Panino tipo rosetta g 30 • Frutta fresca g 100 	

195

vi

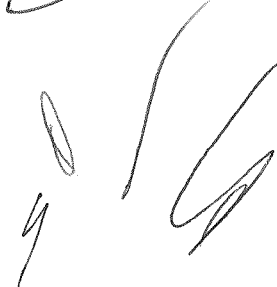



TABELLE DIETETICHE PER GLI ASILI NIDO - 18/36 mesi

TERZA SETTIMANA

I giorno

- Pastina g 40 + ceci g 20 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Formaggini n. 2 (g 22 cadauno)
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

II giorno

- Pastina g 40 + pomodori pelati g 100 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Spezzatino di tacchino g 50 con patate g 70 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

III giorno

- Pastina g 40 + zucchine g 100 + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano grattugiato g 5 + aromi q.b.
- N. 3 bastoncini di pesce (75 g) al forno + olio extravergine d'oliva g 5
- Carote g 100 + burro g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

IV giorno

- Pastina g 40 + pomodori pelati q.b. + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 + aromi q.b.
- Polpette di bovino: macinato di bovino g 50 + pane g 20 + uovo q.b. + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5 + aromi q.b.
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100

V giorno

- Pasta g 40+ zucca 100 g oppure minestrone di verdure 100 g + olio extravergine d'oliva g 5 + parmigiano g 5 + aromi q.b.
- Frittata di patate : un uovo g 50 + patate g 70 + parmigiano grattugiato g 5 + olio extravergine d'oliva g 5
- Panino tipo rosetta g 30
- Frutta fresca g 100