













Menu: MENU' NIDO CENTRO INFANZIA SACRO CUORE 2025/2026 - Pranzo
Primavera/Estate



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	A. Fisse
Sett. 1 Pranzo	Minestrone estivo [205 kcal] Rotolo di coniglio disossato arrosto [97 kcal] SL SG Patate lessate [115 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Pasta e ceci [262 kcal] Uova strapazzate [91 kcal] SG Zucchine cotte all'olio [53 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Polpettine di carne bianca al sugo con polenta e piselli senza latte e derivati [241 kcal] SL SG Verdure estive cotte [58 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Gelato alla frutta [90 kcal] SG	Risotto alla parmigiana [217 kcal] SG Filetti di merluzzo al forno [94 kcal] SL Carote cotte all'olio [66 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Pasta al pomodoro [245 kcal] Caciotta stagionata [74 kcal] SG Fagiolini cotti all'olio [56 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	
Sett. 2 Pranzo	Cous cous di verdure estive [252 kcal] Bocconcini di pollo [88 kcal] SL SG Fagiolini cotti all'olio [56 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Lasagne al ragù con pasta all'uovo [311 kcal] Spinaci cotti all'olio [66 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Yogurt bianco [83 kcal] SG	Pasta al pomodoro [245 kcal] Polpette di legumi [165 kcal] Verdure estive cotte [58 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Passato di verdure estive con pastina [204 kcal] Verdure estive cotte [58 kcal] SL SG Arrosto di maiale in salsa di mele [111 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Orzo alla caprese [285 kcal] Polpettine di pesce [109 kcal] SG Carote [55 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Gelato fior di latte [109 kcal] SG	
Sett. 3 Pranzo	Risotto zucchine e salmone [310 kcal] SL SG Piselli al prezzemolo [78 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Yogurt bianco [83 kcal] SG	Pasta al pomodoro [245 kcal] Spezzatino di tacchino con verdure [94 kcal] SL Fagiolini cotti all'olio [56 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Passato di verdure estive con pastina [204 kcal] Filetti di merluzzo al forno [94 kcal] SL Cappuccio [51 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Pasta al ragù di tacchino [253 kcal] Mozzarella [101 kcal] SG Patate al forno [116 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Melone [33 kcal] SL SG	Pasta e ceci [262 kcal] Frittata [95 kcal] SG Pomodoro [51 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Anguria [16 kcal] SL SG	
Sett. 4 Pranzo	Risotto alla parmigiana [217 kcal] SG Filetto di persico al vapore [84 kcal] SL SG Zucchine cotte all'olio [53 kcal] SL SG Pane integrale [77 kcal] SL Banana [65 kcal] SL SG	Passato di verdure estive con pastina [204 kcal] Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG Arrosto di maiale in salsa di mele [111 kcal] SL SG Verdure estive cotte [58 kcal] SL SG	Polpette di legumi [165 kcal] Cappuccio [51 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG Gnocchi alla romana [287 kcal]	Crema di patate e lattuga con crostini senza glutine [142 kcal] SG Petto di pollo alla salvia [91 kcal] SL Carote cotte all'olio [66 kcal] SL SG Pane [59 kcal] SL Frutta fresca estiva [34 kcal] SL SG	Insalata di pasta mediterranea [290 kcal] Spinaci saltati [70 kcal] SG Pane [59 kcal] SL Yogurt bianco [83 kcal] SG	

Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
Piatto unico	
Insalata di pasta mediterranea	Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua) : 50 g , Mozzarella (latte , caglio, fermenti lattici, sale) : 25 g  *, Pomodoro : 25 g *, Olio extravergine di Oliva : 5 g , Basilico fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Lasagne al ragù con pasta all'uovo	Pomodoro Pelati : 50 g , Pasta all' uovo - Sfoglia (Semola di grano duro, uova [Lisozima da uovo]) : 40 g , Besciamella (Latte parz. scremato, Burro (latte), Farina di frumento (grano), Sale iodato) : 40 g , Bovino adulto Noce refrigerata : 20 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 5 g  *, Carota fresca : 3 g , Cipolla Bianca : 2 g
Orzo alla caprese	Orzo Perlato : 50 g , Mozzarella (latte , caglio, fermenti lattici, sale) : 30 g  *, Pomodoro : 20 g *, Olio extravergine di Oliva : 5 g , Basilico fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Polpettine di carne bianca al sugo con polenta e piselli senza latte e derivati SL	Pisello fresco : 60 g , Mais Farina : 20 g , Carne trita di Pollo : 20 g , Carne trita di tacchino : 20 g , Pomodoro Pelati : 10 g , Mollica di pane (grano) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 7 g , Salvia fresca : 0.5 g , Rosmarino : 0.5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Risotto zucchine e salmone SL SG	Salmone Filetto surgelato (pesce) : 50 g , Riso Arborio : 50 g , Zucchina fresca : 20 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 2 g , Timo essiccato : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Primi	
Cous cous di verdure estive	Couscous (grano) : 50 g , Pomodoro : 20 g *, Zucchina fresca : 20 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 3 g  *, Sale fino iodato : 0.2 g
Crema di patate e lattuga con crostini senza glutine SG	Patata fresca : 40 g , Lattuga : 20 g , Crostini di pane senza glutine (Pane senza glutine, Olio extravergine di Oliva, Rosmarino, Salvia fresca, Timo essiccato, Origano essiccato) : 15 g , Carota fresca : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 2 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 2 g  *, Sale fino iodato : 0.2 g
Gnocchi alla romana	Semolino di grano duro : 50 g , Latte fresco Parzialmente Scremato : 30 g , Tuorlo d' uovo : 15 g , Burro (latte) : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 3 g  *, Sale fino iodato : 0.2 g
Minestrone estivo	Pasta di Semola di grano duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua) : 30 g , Zucchina fresca : 20 g , Fagiolini freschi : 20 g , Patata fresca : 20 g , Carota fresca : 20 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Fagiolo Borlotti secco : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 2 g  *, Cipolla Bianca : 2 g , Sedano Verde fresco : 2 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Passato di verdure estive con pastina	Patata fresca : 40 g , Pasta di Semola di grano duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua) : 30 g , Carota fresca : 15 g , Zucchina fresca : 8 g , Fagiolini freschi : 7 g , Cipolla Bianca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sedano Verde fresco : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 2 g  *
Pasta al pomodoro	Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua) : 50 g , Pomodoro Pelati : 40 g , Carota fresca : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 3 g  *, Cipolla Bianca : 2 g , Basilico fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Pasta al ragù di tacchino	Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua) : 50 g , Pomodoro Pelati : 30 g , Tacchino Fesa intera refrigerata : 10 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Carota fresca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 3 g  *, Cipolla Bianca : 2 g , Sale fino iodato : 0.2 g , Alloro secco : 0.1 g , Rosmarino : 0.1 g
Pasta e ceci	Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua) : 50 g , Ceci secchi : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 2 g  *, Aglio fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g , Rosmarino : 0.1 g , Alloro secco : 0.1 g
Risotto alla parmigiana SG	Riso Arborio : 50 g , Burro (latte) : 5 g , Cipolla Bianca : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 3 g  *, Sale fino iodato : 0.2 g

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Elenco delle ricette

Nome piatto

Ingredienti

Secondi

Arrosti di maiale in salsa di mele 🐷 SL SG	Maiale Lonza refrigerata : 40 g , Mela : 15 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 4 g , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato) : 0.2 g
Bocconcini di pollo SL SG	Pollo Petto intero refrigerato : 40 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Carota fresca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 2 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Caciotta stagionata SG	Caciotta (latte) : 20 g *
Filetti di merluzzo al forno SL	Merluzzo filetto surgelato (pesce) : 50 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito) : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g , Rosmarino : 0.1 g , Salvia fresca : 0.1 g , Timo essiccato : 0.1 g
Filetto di persico al vapore SL SG	Persico Filetto surgelato (pesce) : 50 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Limone Succo : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Frittata SG	Uova Intere pastorizzate (Lisozima da uovo) : 30 g , Latte fresco Parzialmente Scremato : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova, Lisozima da uovo]) : 2 g  *, Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Mozzarella SG	Mozzarella (latte , caglio, fermenti lattici, sale) : 40 g  *
Petto di pollo alla salvia SL	Pollo Petto intero refrigerato : 40 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grano tenero Tipo "00" Farina : 1 g , Salvia fresca : 0.5 g , Maggiorana disidratata : 0.5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Polpette di legumi	Carota fresca : 12 g , Ceci secchi : 10 g , Lenticchia secca : 10 g , Fagiolo Borlotti secco : 10 g , Patata fresca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova, Lisozima da uovo]) : 4 g  *, Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito) : 2 g , Sale fino iodato : 0.2 g , Origano essiccato : 0.1 g , Rosmarino : 0.1 g
Polpettine di pesce SG	Merluzzo filetto surgelato (pesce) : 25 g , Platessa filetto surgelato (pesce) : 25 g , Patata fresca : 20 g , Sale fino iodato : 10.2 g , Carota fresca : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova, Lisozima da uovo]) : 1 g  *, Prezzemolo fresco : 1 g , Salvia fresca : 1 g
Rotolo di coniglio disossato arrosto SL SG	Coniglio intero refrigerato : 40 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Carota fresca : 6 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Limone Succo : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Sedano Verde fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Spezzatino di tacchino con verdure SL	Tacchino Fesa intera refrigerata : 40 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Carota fresca : 6 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grano tenero Tipo "00" Farina : 1 g , Sedano Verde fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Uova strapazzate SG	Uova Intere pastorizzate (Lisozima da uovo) : 30 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova, Lisozima da uovo]) : 2 g  *, Sale fino iodato : 0.2 g

Contorni


Cappuccio SL SG	Cavolo Cappuccio Verde : 30 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Carote SL SG	Carota fresca : 30 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Carote cotte all'olio SL SG	Carota fresca : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Fagiolini cotti all'olio SL SG	Fagiolini freschi : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Patate al forno SL SG	Patata fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Rosmarino : 1 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Patate lessate SL SG	Patata fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Piselli al prezzemolo SL SG	Pisello Fine fresco : 60 g , Sale fino iodato : 10.2 g , Brodo vegetale (sedano) : 10 g , Cipolla Bianca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g
Pomodoro SL SG	Pomodoro : 30 g *, Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g
Spinaci cotti all'olio SL SG	Spinacio fresco : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione



Elenco delle ricette

Nome piatto Ingredienti

Contorni

Spinaci saltati SG	Spinacio fresco : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) : 1 g  , Sale fino iodato : 0.2 g , Aglio fresco : 0 g
Verdure estive cotte SL SG	Fagiolini freschi , Melanzana fresca , Zucchini fresca , Carota fresca , Carciofo fresco , Asparago Bianco , Peperoni freschi , Olio extravergine di Oliva
Verdure estive cotte SL SG	Verdura estiva cotta : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g
Zucchine cotte all'olio SL SG	Zucchini fresca : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.2 g

Frutta

Anguria SL SG	Anguria : 100 g
Banana SL SG	Banana : 100 g 
Frutta fresca estiva SL SG	Frutta fresca estiva : 100 g
Frutta fresca estiva SL SG	Albicocca , Banana  , Pesca , Ciliegia , Melone retato , Anguria , Fragola , Susina Gialla
Melone SL SG	Melone retato : 100 g

Pane e Prodotti da forno

Pane SL	Pane comune (grano) : 20 g
Pane integrale SL	Pane Integrale (grano, segale) : 30 g

Dessert

Gelato alla frutta SG	Gelato alla frutta (latte) : 50 g
Gelato fior di latte SG	Gelato fior di latte : 50 g

Yogurt

Yogurt bianco SG	Yogurt al naturale da latte intero : 125 g
-------------------------	---

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Elenco dei valori nutrizionali

Nome piatto

Piatto unico	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Insalata di pasta mediterranea	1214 kj / 290 kcal	10.63 g	3.69 g	40.65 g	3.2 g	1.85 g	10.41 g	0.33 g
Lasagne al ragù con pasta all'uovo	1301 kj / 311 kcal	11.02 g	3.73 g	40.92 g	4.36 g	2.06 g	13.58 g	0.49 g
Orzo alla caprese	1191 kj / 285 kcal	11.59 g	4.3 g	36.21 g	0.96 g	5 g	11.04 g	0.35 g
Polpettine di carne bianca al sugo con polenta e piselli senza latte e derivati SL	1008 kj / 241 kcal	8.43 g	1.22 g	27.2 g	3.34 g	4.92 g	15.51 g	0.38 g
Risotto zucchine e salmone SL SG	1299 kj / 310 kcal	11.29 g	2.29 g	41.62 g	1.5 g	0.99 g	12.68 g	0.36 g
Primi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Cous cous di verdure estive	1054 kj / 252 kcal	6.22 g	1.31 g	39.77 g	1.04 g	3.19 g	7.59 g	0.29 g
Crema di patate e lattuga con crostini senza glutine SG	593 kj / 142 kcal	7.93 g	1.48 g	14.13 g	3.02 g	2.66 g	2.8 g	0.45 g
Gnocchi alla romana	1200 kj / 287 kcal	10.58 g	4.85 g	37.06 g	2.06 g	1.75 g	10 g	0.3 g
Minestrone estivo	860 kj / 205 kcal	6.37 g	1.18 g	32.15 g	3.93 g	3.56 g	6.1 g	0.3 g
Passato di verdure estive con pastina	854 kj / 204 kcal	6.44 g	1.22 g	32.76 g	3.23 g	2.35 g	5.25 g	0.1 g
Pasta al pomodoro	1027 kj / 245 kcal	6.76 g	1.36 g	41.52 g	4.07 g	1.98 g	7.06 g	0.28 g
Pasta al ragù di tacchino	1061 kj / 253 kcal	6.83 g	1.4 g	41.08 g	3.63 g	1.86 g	9.3 g	0.32 g
Pasta e ceci	1096 kj / 262 kcal	6.9 g	1.27 g	44.39 g	2.62 g	2.78 g	8.22 g	0.24 g
Risotto alla parmigiana SG	908 kj / 217 kcal	5.22 g	3.01 g	40.54 g	0.44 g	0.55 g	4.43 g	0.26 g
Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Arrosti di maiale in salsa di mele 🐷 SL SG	467 kj / 111 kcal	7.8 g	1.62 g	1.81 g	1.81 g	0.46 g	8.37 g	0.26 g
Bocconcini di pollo SL SG	367 kj / 88 kcal	5.33 g	0.82 g	0.57 g	0.57 g	0.2 g	9.41 g	0.27 g
Caciotta stagionata SG	308 kj / 74 kcal	5.92 g	3.47 g	0.16 g	0.16 g	0 g	4.92 g	0.26 g
Filetti di merluzzo al forno SL	394 kj / 94 kcal	5.34 g	0.79 g	3.35 g	0.25 g	0.26 g	8.23 g	0.39 g
Filetto di persico al vapore SL SG	352 kj / 84 kcal	5.77 g	0.88 g	0.31 g	0.12 g	0.07 g	7.76 g	0.31 g
Frittata SG	398 kj / 95 kcal	8.29 g	2.1 g	0.4 g	0.4 g	0.05 g	4.7 g	0.34 g
Mozzarella SG	424 kj / 101 kcal	7.8 g	4.57 g	0.28 g	0.28 g	0 g	7.48 g	0.2 g

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Elenco dei valori nutrizionali

Nome piatto

Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Petto di pollo alla salvia SL	380 kj / 91 kcal	5.38 g	0.84 g	1.07 g	0.31 g	0.19 g	9.51 g	0.23 g
Polpette di legumi	692 kj / 165 kcal	7.14 g	1.53 g	17.71 g	1.94 g	5.05 g	8.11 g	0.33 g
Polpettine di pesce SG	456 kj / 109 kcal	6.02 g	1.03 g	4.54 g	1.02 g	0.83 g	9.16 g	10.18 g
Rotolo di coniglio disossato arrosto SL SG	406 kj / 97 kcal	6.75 g	1.41 g	1.03 g	0.85 g	0.28 g	8.11 g	0.31 g
Spezzatino di tacchino con verdure SL	393 kj / 94 kcal	5.5 g	0.88 g	1.34 g	0.57 g	0.26 g	9.81 g	0.3 g
Uova strapazzate SG	382 kj / 91 kcal	8.17 g	2.02 g	0 g	0 g	0 g	4.38 g	0.33 g

Contorni	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Cappuccio SL SG	212 kj / 51 kcal	5.03 g	0.72 g	0.75 g	0.75 g	0.78 g	0.63 g	0.21 g
Carote SL SG	232 kj / 55 kcal	5.06 g	0.72 g	2.28 g	2.28 g	0.93 g	0.33 g	0.27 g
Carote cotte all'olio SL SG	276 kj / 66 kcal	5.12 g	0.72 g	4.56 g	4.56 g	1.86 g	0.66 g	0.34 g
Fagiolini cotti all'olio SL SG	233 kj / 56 kcal	5.06 g	0.72 g	1.44 g	1.44 g	1.74 g	1.26 g	0.2 g
Patate al forno SL SG	488 kj / 116 kcal	5.84 g	0.89 g	14.54 g	0.46 g	1.36 g	1.69 g	0.21 g
Patate lessate SL SG	483 kj / 115 kcal	5.8 g	0.88 g	14.4 g	0.32 g	1.28 g	1.68 g	0.21 g
Piselli al prezzemolo SL SG	327 kj / 78 kcal	5.37 g	0.72 g	4.26 g	2.76 g	3.91 g	3.4 g	10.05 g
Pomodoro SL SG	212 kj / 51 kcal	5.06 g	0.72 g	1.05 g	1.05 g	0.6 g	0.3 g	0.2 g
Spinaci cotti all'olio SL SG	276 kj / 66 kcal	5.42 g	0.77 g	1.8 g	0.24 g	1.14 g	2.04 g	0.35 g
Spinaci saltati SG	293 kj / 70 kcal	5.7 g	0.94 g	1.8 g	0.24 g	1.14 g	2.37 g	0.36 g
Verdure estive cotte SL SG	244 kj / 58 kcal	5.09 g	0.73 g	2.03 g	1.97 g	1.66 g	0.93 g	0.06 g
Verdure estive cotte SL SG	243 kj / 58 kcal	5.09 g	0.73 g	2.03 g	1.97 g	1.66 g	0.94 g	0.05 g
Zucchine cotte all'olio SL SG	223 kj / 53 kcal	5.06 g	0.74 g	0.84 g	0.78 g	0.78 g	0 g	0.2 g

Frutta	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Anguria SL SG	67 kj / 16 kcal	0 g	0 g	3.7 g	3.7 g	0.2 g	0.4 g	0.01 g
Banana SL SG	272 kj / 65 kcal	0.3 g	0 g	15.4 g	12.8 g	1.8 g	1.2 g	0 g
Frutta fresca estiva SL SG	142 kj / 34 kcal	0.16 g	0 g	7.61 g	7.29 g	1.26 g	0.73 g	0.01 g
Frutta fresca estiva SL SG	141 kj / 34 kcal	0.16 g	0 g	7.61 g	7.29 g	1.26 g	0.73 g	0.01 g
Melone SL SG	138 kj / 33 kcal	0.2 g	0 g	7.4 g	7.4 g	0.7 g	0.8 g	0.02 g

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Elenco dei valori nutrizionali

Nome piatto

Pane e Prodotti da forno								
	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Pane SL	248 kj / 59 kcal	0.08 g	0.02 g	13.5 g	0.38 g	0.6 g	1.64 g	0.32 g
Pane integrale SL	320 kj / 77 kcal	0.39 g	0.09 g	16.14 g	0.75 g	1.71 g	2.25 g	0.41 g
Dessert								
	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Gelato alla frutta SG	375 kj / 90 kcal	4 g	2.48 g	12.35 g	11.85 g	0 g	1.75 g	0.08 g
Gelato fior di latte SG	456 kj / 109 kcal	6.85 g	4.29 g	10.35 g	10.35 g	0 g	2.1 g	0.13 g
Yogurt								
	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Yogurt bianco SG	345 kj / 83 kcal	4.88 g	2.59 g	5.38 g	5.38 g	0 g	4.75 g	0.15 g

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Menu: MENU' NIDO CENTRO INFANZIA SACRO CUORE 2025/2026 - Pranzo
Primavera/Estate

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	A. Fisse
Sett. 1 Pranzo	<p>Energia: 510.78 kcal Grassi: 19.15 g Di cui acidi grassi saturi: 3.49 g Carboidrati: 68.69 g Di cui zuccheri: 12.77 g Fibre: 6.98 g Proteine: 18.26 g Sodio: 458.68 mg</p>	<p>Energia: 499.24 kcal Grassi: 20.37 g Di cui acidi grassi saturi: 4.05 g Carboidrati: 66.34 g Di cui zuccheri: 11.06 g Fibre: 5.42 g Proteine: 14.96 g Sodio: 439.04 mg</p>	<p>Energia: 447.74 kcal Grassi: 17.6 g Di cui acidi grassi saturi: 4.45 g Carboidrati: 55.08 g Di cui zuccheri: 17.54 g Fibre: 7.18 g Proteine: 19.83 g Sodio: 334.09 mg</p>	<p>Energia: 470.23 kcal Grassi: 15.91 g Di cui acidi grassi saturi: 4.55 g Carboidrati: 69.56 g Di cui zuccheri: 12.92 g Fibre: 4.53 g Proteine: 15.69 g Sodio: 525.7 mg</p>	<p>Energia: 467.87 kcal Grassi: 17.98 g Di cui acidi grassi saturi: 5.57 g Carboidrati: 64.23 g Di cui zuccheri: 13.34 g Fibre: 5.58 g Proteine: 15.61 g Sodio: 426.57 mg</p>	<p>Energia: 0 kcal Grassi: 0 g Di cui acidi grassi saturi: 0 g Carboidrati: 0 g Di cui zuccheri: 0 g Fibre: 0 g Proteine: 0 g Sodio: 0 mg</p>
Sett. 2 Pranzo	<p>Energia: 488.28 kcal Grassi: 16.84 g Di cui acidi grassi saturi: 2.88 g Carboidrati: 62.89 g Di cui zuccheri: 10.72 g Fibre: 6.99 g Proteine: 20.63 g Sodio: 436.63 mg</p>	<p>Energia: 518.27 kcal Grassi: 21.39 g Di cui acidi grassi saturi: 7.1 g Carboidrati: 61.59 g Di cui zuccheri: 10.36 g Fibre: 3.8 g Proteine: 22.01 g Sodio: 523.55 mg</p>	<p>Energia: 561.65 kcal Grassi: 19.24 g Di cui acidi grassi saturi: 3.65 g Carboidrati: 82.37 g Di cui zuccheri: 15.65 g Fibre: 10.55 g Proteine: 18.47 g Sodio: 398.45 mg</p>	<p>Energia: 466.53 kcal Grassi: 19.57 g Di cui acidi grassi saturi: 3.59 g Carboidrati: 57.72 g Di cui zuccheri: 14.68 g Fibre: 6.34 g Proteine: 16.92 g Sodio: 296.8 mg</p>	<p>Energia: 617.06 kcal Grassi: 29.6 g Di cui acidi grassi saturi: 10.36 g Carboidrati: 66.88 g Di cui zuccheri: 14.99 g Fibre: 7.36 g Proteine: 24.27 g Sodio: 4500.23 mg</p>	<p>Energia: 0 kcal Grassi: 0 g Di cui acidi grassi saturi: 0 g Carboidrati: 0 g Di cui zuccheri: 0 g Fibre: 0 g Proteine: 0 g Sodio: 0 mg</p>
Sett. 3 Pranzo	<p>Energia: 530.02 kcal Grassi: 21.62 g Di cui acidi grassi saturi: 5.62 g Carboidrati: 64.76 g Di cui zuccheri: 10.02 g Fibre: 5.5 g Proteine: 22.47 g Sodio: 4352.15 mg</p>	<p>Energia: 488.23 kcal Grassi: 17.55 g Di cui acidi grassi saturi: 2.98 g Carboidrati: 65.41 g Di cui zuccheri: 13.76 g Fibre: 5.83 g Proteine: 20.5 g Sodio: 441.9 mg</p>	<p>Energia: 441.69 kcal Grassi: 17.04 g Di cui acidi grassi saturi: 2.76 g Carboidrati: 57.97 g Di cui zuccheri: 11.9 g Fibre: 5.25 g Proteine: 16.48 g Sodio: 412.62 mg</p>	<p>Energia: 563.19 kcal Grassi: 20.75 g Di cui acidi grassi saturi: 6.88 g Carboidrati: 76.8 g Di cui zuccheri: 12.15 g Fibre: 4.51 g Proteine: 20.91 g Sodio: 426.44 mg</p>	<p>Energia: 482.67 kcal Grassi: 20.33 g Di cui acidi grassi saturi: 4.11 g Carboidrati: 63.04 g Di cui zuccheri: 8.15 g Fibre: 4.23 g Proteine: 15.26 g Sodio: 444.25 mg</p>	<p>Energia: 0 kcal Grassi: 0 g Di cui acidi grassi saturi: 0 g Carboidrati: 0 g Di cui zuccheri: 0 g Fibre: 0 g Proteine: 0 g Sodio: 0 mg</p>
Sett. 4 Pranzo	<p>Energia: 495.86 kcal Grassi: 16.73 g Di cui acidi grassi saturi: 4.71 g Carboidrati: 73.23 g Di cui zuccheri: 14.89 g Fibre: 4.91 g Proteine: 15.64 g Sodio: 474 mg</p>	<p>Energia: 466.78 kcal Grassi: 19.57 g Di cui acidi grassi saturi: 3.58 g Carboidrati: 57.71 g Di cui zuccheri: 14.69 g Fibre: 6.34 g Proteine: 16.92 g Sodio: 296.8 mg</p>	<p>Energia: 595.79 kcal Grassi: 22.98 g Di cui acidi grassi saturi: 7.13 g Carboidrati: 76.62 g Di cui zuccheri: 12.41 g Fibre: 9.44 g Proteine: 21.11 g Sodio: 469.46 mg</p>	<p>Energia: 391.41 kcal Grassi: 18.66 g Di cui acidi grassi saturi: 3.07 g Carboidrati: 40.87 g Di cui zuccheri: 15.55 g Fibre: 6.57 g Proteine: 15.34 g Sodio: 540.62 mg</p>	<p>Energia: 501.41 kcal Grassi: 21.28 g Di cui acidi grassi saturi: 7.24 g Carboidrati: 61.33 g Di cui zuccheri: 9.2 g Fibre: 3.59 g Proteine: 19.17 g Sodio: 465.79 mg</p>	<p>Energia: 0 kcal Grassi: 0 g Di cui acidi grassi saturi: 0 g Carboidrati: 0 g Di cui zuccheri: 0 g Fibre: 0 g Proteine: 0 g Sodio: 0 mg</p>

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Elenco degli allergeni

Nome piatto



Piatto unico

Insalata di pasta mediterranea	P						P							
Lasagne al ragù con pasta all'uovo	P		P				P		P					
Orzo alla caprese	P						P							
Polpettine di carne bianca al sugo con polenta e piselli senza latte e derivati SL	P													
Risotto zucchine e salmone SL SG				P					P					

Primi

Cous cous di verdure estive	P		P				P		P					
Crema di patate e lattuga con crostini senza glutine SG			P				P							
Gnocchi alla romana	P		P				P							
Minestrone estivo	P		P				P		P					
Passato di verdure estive con pastina	P		P				P		P					
Pasta al pomodoro	P		P				P							
Pasta al ragù di tacchino	P		P				P		P					
Pasta e ceci	P		P				P							
Risotto alla parmigiana SG			P				P							

Secondi

Arrosti di maiale in salsa di mele SL SG									P					
Bocconcini di pollo SL SG									P					
Caciotta stagionata SG							P							
Filetti di merluzzo al forno SL	P			P					P					
Filetto di persico al vapore SL SG				P										
Frittata SG			P						P					
Mozzarella SG									P					
Petto di pollo alla salvia SL	P													
Polpette di legumi	P		P						P					

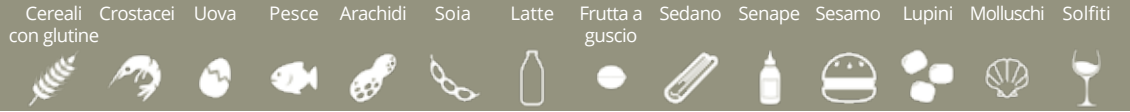
NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Legenda: P = presente; T = tracce

Legenda: **SG** Prodotto senza glutine **SL** Prodotto senza lattosio Prodotto contenente maiale

Elenco degli allergeni

Nome piatto



Secondi

Polpettine di pesce SG			P	P			P											
Rotolo di coniglio disossato arrosto SL SG										P								
Spezzatino di tacchino con verdure SL	P									P								
Uova strapazzate SG			P				P											

Contorni

Cappuccio SL SG																		
Carote SL SG																		
Carote cotte all'olio SL SG																		
Fagiolini cotti all'olio SL SG																		
Patate al forno SL SG																		
Patate lesse SL SG																		
Piselli al prezzemolo SL SG										P								
Pomodoro SL SG																		
Spinaci cotti all'olio SL SG																		
Spinaci saltati SG			P				P											
Verdure estive cotte SL SG																		
Verdure estive cotte SL SG																		
Zucchine cotte all'olio SL SG																		

Frutta

Anguria SL SG																		
Banana SL SG																		
Frutta fresca estiva SL SG																		
Frutta fresca estiva SL SG																		
Melone SL SG																		

Pane e Prodotti da forno

Pane SL	P																	
Pane integrale SL	P																	

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Legenda: P = presente; T = tracce

Legenda: **SG** Prodotto senza glutine **SL** Prodotto senza lattosio Prodotto contenente maiale

Elenco degli allergeni

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
														

Dessert

Gelato alla frutta SG								P							
Gelato fior di latte SG								P							

Yogurt

Yogurt bianco SG								P							
-------------------------	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--

NB: si informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione

Legenda: P = presente; T = tracce

Legenda: **SG** Prodotto senza glutine **SL** Prodotto senza lattosio  Prodotto contenente maiale