

## MENU' BAMBINI DAI 5 AI 12 MESI PER IL NIDO " I primi passi"

	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana	V settimana
<b>LUNEDI'</b>					
<b>6 – 9 mesi</b>	Crema di riso-mais e tapioca Brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di vitello	Crema di riso Brodo vegetale Verdure passate Stracchino	Semolino in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di carne (tacchino) o tacchino frullato	Crema di cereali misti in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di pollo o petto di pollo frullato	Crema di avena in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di vitello o coniglio frullato
<b>9-12 mesi</b>	----- Crema di riso, mais e tapioca o pastina (tipo semini) in Brodo vegetale Verdure passate Vitello frullato	----- Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Stracchino	----- Semolino in brodo vegetale Verdura passata Prosciutto cotto senza polifosfati frullato o tacchino frullato	----- Pastina (stelline) in brodo vegetale Verdure passate Frittata o prosciutto cotto senza polifosfati frullato	----- Crema di avena oppure pastina (cuoricini o semini) Verdure passate Vitello frullato
<b>MARTEDI'</b>					
<b>6 – 9 mesi</b>	Semolino in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di pollo	Crema di orzo in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di coniglio o carne bianca frullata	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di tacchino (o petto di tacchino frullato)	Crema di cereali misti in brodo vegetale Verdure frullate Omogenizzato di agnello o carne bianca frullata	Semolino in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di agnello o carne bianca frullata
<b>9-12 mesi</b>	----- Semolino in brodo vegetale +verdure passate o pastina (stelline) con verdure Pollo frullato	----- Pastina (semini) in brodo vegetale Prosciutto cotto senza polifosfati frullato	----- Riso ben cotto con verdura passate Tacchino frullato	----- Crema di cereali misti oppure pastina in bianco con verdure Petto di pollo frullato	----- Pastina (stelline) con crema di ceci e pomodoro Ricotta o stracchino
<b>MERCOLEDI'</b>					
<b>6 – 9 mesi</b>	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Stracchino	Crema di cereali misti in brodo vegetale Verdure passate Robiola	Crema di riso, mais e tapioca in brodo vegetale Verdure passate Parmigiano	Semolino in brodo di verdure Verdure passate Omogenizzato di formaggio (o parmigiano grattugiato)	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Omogeneizzato di pollo
<b>9-12 mesi</b>	----- Crema di ceci con pastina Stracchino	----- Pastina (stelline) con crema di fagioli Robiola	----- Semolino in brodo vegetale O pastina al pomodoro con verdure Parmigiano	----- Pastina (cuoricini o chioccioline) al pomodoro Robiola o stracchino	----- Riso ben cotto in brodo vegetale con verdure passate Prosciutto cotto senza polifosfati frullato

<b>GIOVEDI'</b>  <b>6 – 9 mesi</b>	Crema di cereali misti in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di pollo o pollo frullato	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di pollo (o petto di pollo frullato)	Semolino in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di vitello (oppure vitello frullato)	Crema di riso, mais e tapioca in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di vitello o vitello frullato	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Omogenizzato di vitello (oppure vitello frullato)
	<b>9-12 mesi</b>	Pastina (semini) in brodo vegetale Verdure frullate Pollo frullato	Riso ben cotto al pomodoro Verdure frullate Pollo frullato	Crema di fagioli con pastina Certosa	Pastina (semini) con crema di ceci Prosciutto cotto senza polifosfati frullato
<b>VENERDI'</b>  <b>6 – 9 mesi</b>	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Ricotta di mucca	Semolino in brodo vegetale Verdure passate Ricotta	Crema di cereali misti in brodo vegetale Verdure passate Parmigiano	Crema di riso in brodo vegetale Verdure passate Ricotta di mucca	Crema di cereali misti in brodo vegetale Verdure passate Parmigiano
	<b>9-12 mesi</b>	Pastina (stelline) con verdure e nasello frullato	Pastina (stelline) al pomodoro e verdure Merluzzo frullato	Pastina (semini) in brodo vegetale e verdure passate Platessa e patate frullate	Riso ben cotto in brodo vegetale e verdure passate Ricotta

**Ad ogni pasto verrà servita frutta fresca (mela- pera – banana /un solo tipo o mista). Per i bambini dai 5 ai 9 mesi g 80, per i bambini dai 9 ai 12 mesi g 120) Oppure omogenizzato di frutta o frutta frullata e confezionata dalle industrie (senza conservanti e senza zuccheri aggiunti).**

**I cibi serviti avranno la pezzatura utile per evitare il rischio di soffocamento (vedi tabella)**

DIETISTA  
Dott.ssa Carla Gagliardini

Centro Dietetico Umbro – Via Magno Magnini, 18 – 0755010613 – Perugia

