

**MENU SETTIMANALE
BAMBINI 5/6 MESI**

DAL LUNEDI AL VENERDI

COLAZIONE E MERENDA: Latte 250 grammi Starting Formula

PRANZO: Brodo vegetale 180 grammi, verdure passate grammi 30 (50 grammi di verdure crude, patate, zucchine e carote senza sale); crema di riso istantanea 30 grammi, ½ liofilizzato di agnello o coniglio, 5 grammi di olio extravergine di oliva; 50 grammi pera/mela grattata senza zucchero.

**MENU SETTIMANALE
BAMBINI 6/8 MESI**

COLAZIONE E MERENDA: latte formula di proseguimento gr 250

LUNEDI: PRANZO brodo vegetale 180 gr (patate, zucchine, carote, sedano, cipolla, invidia, zucca, bieta, cavolo); verdure passate gr 40+crema di riso gr 30+liofilizzato 1/2 carne di agnello 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata.

MARTEDI: PRANZO brodo vegetale gr 180+verdure passate gr 30+ semolino gr 20+ pappa di legumi gr30 (=a gr12 di prodotto secco)+ gr 7 di olio e.v.; 60 gr di pera o mela o banana grattata o omog.

MERCOLEDI: PRANZO brodo vegetale 180 gr (patate, zucchine, carote, sedano, cipolla, invidia, zucca, bieta, cavolo); verdure passate gr 40+crema di riso gr 30+liofilizzato 1/2 carne di agnello 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata.

GIOVEDI: PRANZO brodo vegetale 180 gr (patate, zucchine, carote, sedano, cipolla, invidia, zucca, bieta, cavolo); verdure passate gr 40+crema di riso gr 30+liofilizzato 1/2 carne di agnello 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata.

VENERDI: PRANZO brodo vegetale 180 gr (patate, zucchine, carote, sedano, cipolla, invidia, zucca, bieta, cavolo); verdure passate gr 40+crema di riso gr 30+liofilizzato 1/2 DI PESCE; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata.

SABATO: PRANZO brodo vegetale 180 gr (patate, zucchine, carote, sedano, cipolla, invidia, zucca, bieta, cavolo); verdure passate gr 40+crema di riso gr 30+liofilizzato 1/2 carne di coniglio 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata.

**MENU SETTIMANALE
BAMBINI 8/12 MESI**

COLAZIONE E MERENDA: latte formula di proseguimento gr 250 o yogurt n.2 alla frutta (banana, pera, albicocca, cereali malto)

LUNEDI: PRANZO brodo vegetale 200 gr (si possono introdurre tutte le verdure compreso il pomodoro); verdure passate gr 40+pastina gr 30+liofilizzato 1/2 o 50 gr omogeneizzato di carne 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata.

MARTEDI: PRANZO brodo vegetale 200 gr; verdure passate gr 40+semolino gr 30+pappa di legumi gr30(=a gr12 di prodotto secco) + 7 di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata

MERCOLEDI: PRANZO brodo vegetale 200 gr (si possono introdurre tutte le verdure compreso il pomodoro); verdure passate gr 40+pastina gr 30+10 gr di prosciutto crudo tritato o cotto senza polifosfati e grasso visibile o parmigiano gr 10 o ricotta gr 20; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata

GIOVEDI: PRANZO brodo vegetale 200 gr (si possono introdurre tutte le verdure compreso il pomodoro); verdure passate gr 40+pastina gr 30 o semolino + 1 tuorlo d'uovo sodo o parmigiano gr 10 + 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata

VENERDI: PRANZO brodo vegetale 200 gr (si possono introdurre tutte le verdure compreso il pomodoro); verdure passate gr 40+pastina gr 30+lioofilizzato 1/2 o 50 gr omogeneizzato di pesce 7gr di olio e.v.; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata

SABATO: PRANZO brodo vegetale 200 gr (si possono introdurre tutte le verdure compreso il pomodoro); verdure passate gr 40+pastina gr 30+10 gr di prosciutto crudo tritato o cotto senza polifosfati e grasso visibile o parmigiano gr 10 o ricotta gr 20; 60 gr pera o mela o banana grattugiata o omogeneizzata

Regole generali: possibilmente senza sale e zucchero (gr 10 di parmigiano si possono sostituire con 10 gr di groviera Emmental, fontina, caciotta, asiago e stracchino)

MENU SETTIMANALE

BAMBINI 12/18 MESI

COLAZIONE: 200 gr di latte intero fresco con 1 biscotto secco; 2 yogurt alla frutta da 125 gr

LUNEDI- PRANZO: 40 gr di pasta con 10 gr di salsa di pomodoro e basilico, 3 gr di parmigiano, 30 gr di carne con 50 gr di zucchine e patate, 5 gr di olio extra vergine di oliva, 60 gr di frutta.

Merenda: 200 gr di latte intero fresco con 1 biscotto secco

MARTEDI- PRANZO: 100 gr di brodo vegetale, 35 gr di legumi con 30 gr di riso, 5 gr di olio e.v., 80 gr di frutta. *Merenda:* 2 yogurt alla frutta da 125 gr

MERCOLEDI-PRANZO: 200 gr di passato di verdure con 40 gr di pastina e 8 gr di olio e. v., 10 gr di formaggi o 20 gr di ricotta, o 10 gr di prosciutto crudo/cotto o bresaola, con 50 gr di patate, 80 gr di frutta. *Merenda:* 200 gr di latte fresco intero con 1 biscotto secco.

GIOVEDI-PRANZO: 40 gr di pasta 10 gr di salsa di pomodoro, 3 gr di parmigiano, 8 gr di olio e.v., 1 uovo, 50 gr di verdure a foglia, si può sostituire eventualmente con pasta al pesto, 80 gr di frutta. *Merenda:* 2 yogurt alla frutta da 125 gr

VENERDI-PRANZO: 200 gr di passato verdure, 40 gr di di pastina o riso, 40 gr di pesce, 50 gr di patate e zucchine, 5 gr di olio e.v., 60 gr di frutta. *Merenda:* 200 gr di latte intero con 1 biscotto secco

SABATO-PRANZO: 200 gr di passato di verdure, 40 gr di pastina, 8 gr di olio e.v., 10 gr di prosciutto crudo/cotto o bresaola o 10 gr di formaggio o 20 gr di ricotta con 30 gr di carote, 80 gr di frutta

MENU SETTIMANALE

BAMBINI 18/36 MESI

COLAZIONE: 200 gr di latte intero fresco con 2 biscotti secchi o 10 gr di cereali; 2 yogurt alla frutta da 125 gr

LUNEDI-PRANZO: 50 gr di pasta con 20 gr di salsa di pomodoro e basilico, 3 gr di parmigiano, 40 gr di carne con 50 gr di zucchine e patate, 8 gr di olio e.v., 60 gr di frutta. *Merenda:* 200 gr di latte intero fresco con 2 biscotti secchi o 10 gr di cereali

MARTEDI-PRANZO: 100 gr di brodo vegetale, 35 gr di passato di legumi con 35 gr di riso, 5 gr di parmigiano, 5 gr di olio e.v., 80 gr di frutta. *Merenda:* 2 yogurt alla frutta da 125 gr

MERCOLEDI-PRANZO: 200 gr di passato di verdure con 35 gr di pastina e 5 gr di olio e.v. 15 gr di formaggi o 30 gr di ricotta, o 20 gr di prosciutto crudo/cotto o bresaola con 50 gr di patate, 80 gr di frutta. *Merenda:* 200 gr di latte fresco intero con 2 biscotti secchi

GIOVEDI-PRANZO: 40 gr di pasta con 20 gr di salsa di pomodoro, 3 gr di parmigiano, 8 gr di olio e.v., 1 uovo, 100 gr di verdure a foglia, si può sostituire il primo piatto con pasta con 150 gr di pesto, 80 gr frutta. *Merenda:* 2 yogurt alla frutta da 125 gr

VENERDI-PRANZO: 200 gr di passato di verdure, 35 gr di pastina o riso, 60 gr di pesce, 30 gr di patate, 5 gr di olio e.v., 60 gr di frutta. *Merenda:* 200 gr di latte intero con due biscotti freschi

SABATO-PRANZO: 200 gr di passato di verdure con 35 gr di pastina, 5 gr di olio e.v., 20 gr di prosciutto crudo(cotto o bresaola o 15 gr di formaggio o 30 gr di ricotta con 30 gr di carote, 80 gr di frutta.