

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° SETTIMANA				
Minestrone di verdure e legumi con orzo Formaggio⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: cracker	Risotto allo zafferano Carne rossa⁴ Piselli* al porro Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Pasta al sugo aromatico Uova² Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o	Pasta alla ricotta Carne bianca³ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti	Pasta con pomodoro fresco e basilico Pesce¹ Verdura cruda Pane integrale frutta fresca di stagione Spuntino: Gelato */Yogurt alla frutta/bianco
2° SETTIMANA				
farro in brodo vegetale Carne bianca³ Patate al forno Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt bianco/ alla frutta	Pasta olio e parmigiano Legumi⁶ Verdure cotte Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino	Risotto al pomodoro Carne rossa⁴ Fagiolini* all'olio Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Quadrucchi all'uovo in brodo vegetale / tagliatelle all'uovo al ragù veg pesce¹ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: mousse di frutta	Pasta con crema di melanzane Formaggio⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: torta di carote/ciambellone
3° SETTIMANA				
Pasta al pomodoro Pesce¹ Verdura cotta Pane frutta fresca di stagione Spuntino: Gelato */Yogurt bianco/Yogurt alla frutta	Pasta al pesto di basilico Carne bianca³ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Vellutata di verdure e legumi con corallini di farro Formaggio⁵ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti	Pasta in salsa aurora Uova² Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Risotto al ragù di zucchini Carne rossa⁴ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: pizza rossa
4° SETTIMANA				
Minestrone di verdure con pastina Carne bianca³ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: cracker	Risotto al ragù vegetale Formaggio⁵ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: Yogurt alla frutta / Yogurt bianco	Verdura cruda Piatto unico⁷ Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: ciambellone	Pasta olio e parmigiano Legumi⁶ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino	Passato di verdure e legumi con farro pesce al forno¹ Verdura cruda/verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione
5° SETTIMANA				
Pasta olio e parmigiano Uova² Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti	Pasta al sugo aromatico Carne rossa⁴ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt bianco/ alla frutta	Pasta al pomodoro fresco e basilico Pesce¹ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Passato di verdure con riso Formaggio⁵ patate lesse Pane integrale frutta fresca di stagione Spuntino: Gelato *	Pasta con crema di verdure e zafferano Carne bianca³ Piselli* e carote Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: mousse di frutta

LUNEDÌ'	MARTEDÌ'	MERCOLEDÌ'	GIOVEDÌ'	VENERDÌ'
6° SETTIMANA				
Passato di verdure e legumi con corallini di farro Carne bianca ³ Patate arrosto / purè di patate Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: cracker	Tagliatelle all'uovo all'ortolana Legumi ⁶ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: torta di carote/ ciambellone	Risotto al ragù vegetale Carne rossa ⁴ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano Pesce ¹ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt alla frutta / Yogurt bianco	Orzo in brodo vegetale Formaggio ⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino
7° SETTIMANA				
Pasta al sugo di zucchine Formaggio ⁵ Verdura cruda/verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Pesce ¹ Verdura cruda Pane integrale frutta fresca di stagione Spuntino: Gelato */Yogurt alla frutta / Yogurt bianco	Pasta al sugo di legumi Carne bianca ³ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Passato di verdure con farro Uova ² Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pizza rossa	Pasta al pomodoro fresco e basilico Carne rossa ⁴ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: cracker
8° SETTIMANA				
Risotto al pomodoro Legumi ⁶ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti	Pasta al pesto di basilico Carne bianca ³ Fagiolini * e patate Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Minestrone di verdure e legumi con orzo Formaggio ⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt bianco/ alla frutta	Verdura cruda/verdura cotta Piatto unico ⁷ Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino	Pasta olio e parmigiano Pesce ¹ Verdura cotta Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: ciambellone
9° SETTIMANA				
Minestrone di verdure con pastina Carne bianca ³ Verdura cruda/verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: mousse di frutta	Pasta al pomodoro Formaggio ⁵ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Pasta alle zucchine Pesce ¹ Verdura cruda Pane frutta fresca di stagione Spuntino: Gelato *	Crema di carote con orzo Carne rossa ⁴ Patate arrosto Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt bianco/ alla frutta	Risotto ceci e pomodoro Uova ² Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione

NOTE:

Tutte le mattine, è previsto come spuntino **frutta fresca di stagione**. Lo spuntino riportato nel menù è previsto invece nel pomeriggio.

Per mostrare visivamente la varietà del menù proposto per quanto riguarda le fonti proteiche, queste sono state evidenziate con colori diversi, i quali sono indicati nella legenda sottostante.

Legenda colori fonti proteiche: Legumi  Formaggi  Carne  Pesce  Uova  Piatto unico 

- 1) **Pesce:** (zona FAO 37.2.1. – zona FAO 27 origine: Mar Mediterraneo, Mar Adriatico): filetti di alici fresche/ sardine fresche al forno, polpettine o polpettone di pesce fresco, burger di pesce fresco, filetti di sgombero all'olio, ragù di pesce fresco, ragù di seppia fresca (primo piatto), pesce surgelato (in caso di indisponibilità del pesce fresco);
La preparazione delle polpette / burger sarà differenziata nel corso delle settimane utilizzando le seguenti tipologie di pesce fresco in base alla disponibilità del pescato: alici, sardine, cefalo, triglie, merluzzo, moscardini; per il progetto di educazione alimentare proposto dalla Camst "sano come un pesce" potranno essere proposte anche altre specie ittiche;
- 2) **Uova:** frittata alle verdure, frittata al forno, frittata al latte, uova strapazzate, tagliatelle all'uovo (primo piatto), ravioli ricotta e spinaci (piatto unico), lasagne (piatto unico), tortellini di carne (piatto unico);
- 3) **Carne bianca:** sovrà cosce di pollo al forno, petto di pollo panato, petto di pollo panato al limone, bocconcini di tacchino agli aromi, bocconcini di tacchino alla pizzaiola, polpette di pollo al pomodoro;
- 4) **Carne rossa:** polpettone di carne, straccetti di vitellone al pomodoro, straccetti di vitellone alle verdure, arista di maiale al forno, arista di maiale al limone, polpette di carne al pomodoro, hamburger di carne; lasagne al ragù di carne (piatto unico), tortellini di carne al ragù vegetale (piatto unico); ravioli ricotta e spinaci al ragù di carne (piatto unico);
- 5) **Formaggio:** Casciotta d'Urbino DOP, mozzarella, stracchino, asiago DOP, ricotta, parmigiano reggiano DOP, polpette di ricotta, sugo di ricotta (primo piatto), salsa aurora (primo piatto);
- 6) **Legumi:** crocchette di legumi, crocchette di legumi e miglio, lenticchie al pomodoro, sformatino di legumi e miglio, polpettine di legumi agli aromi, burger di legumi, burger di legumi e miglio, sformatino di legumi, piselli* al porro (contorno), piselli* e carote (contorno), minestrone / passato / vellutata di verdure e legumi con cereale (primo piatto), sugo con piselli* (primo piatto), ragù di legumi (primo piatto);
La preparazione delle polpette/burger/sformatino sarà differenziata nel corso delle settimane utilizzando le seguenti tipologie di legumi: ceci, fagioli, lenticchie, piselli...;
- 7) **Piatto unico:** lasagne al ragù di carne, ravioli ricotta e spinaci al ragù di carne, ravioli ricotta e spinaci al ragù vegetale, tortellini di carne al ragù vegetale, pasta gratinata al ragù di carne;

Verdura cruda: insalata verde, carote julienne, insalata mista, cetrioli, pomodori in insalata, zucchine;

Verdura cotta: spinaci* all'olio, fagiolini* all'olio, fagiolini* e patate, pomodori arrosto, zucchine trifolate, zucchine e melanzane al pomodoro, bietole* all'olio, carote sabbiate, ratatouille di verdure, carote al vapore, carote e piselli*;

Patate: patate lesse, purè di patate, patate al forno, fagiolini e patate.

Prodotti di origine biologica provenienti da fornitori locali (filiera corta): carne (manzo, pollo, tacchino), cereali (orzo, farro, riso, miglio), pasta / pastina di grano duro, pasta semi integrale di grano duro, pastina di farro, farina, legumi (ceci, lenticchie, fagioli), pane fresco comune e integrale, prodotti ortofrutticoli freschi, confettura di frutta, olio e.v.o;

Prodotti di origine biologica italiani: yogurt intero, mozzarella, stracchino, ricotta vaccina, parmigiano DOP, asiago DOP pomodoro pelato, prodotti ortofrutticoli freschi, uova di gallina in guscio, uova pastorizzate, cracker, latte UHT, verdure surgelate, biscotti, mousse di frutta;

Prodotti provenienti da fornitori locali (filiera corta): carne di maiale, ricotta vaccina, pasta fresca all'uovo, dolci da forno artigianali e pizza (focaccia al rosmarino, pizza rossa);

Prodotti DOP: Parmigiano Reggiano bio DOP, Casciotta d'Urbino DOP (prodotto locale), Asiago bio DOP.

Prodotti Bio Equosolidali: banane

* Prodotto surgelato.

Il menù potrebbe essere modificato in caso di eventi non programmabili o per cause di forza maggiore.

MENÙ PRIMAVERA - ESTATE 2025-2026 - Asili nido e centri per l'infanzia

Comune di Jesi Menù validato da AST Ancona

U.O.C. Igiene degli alimenti e della Nutrizione