REGIONE DEL VENETO
ULSS2 MARCA TREVIGIANA

Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, Distretto di Treviso

MENU' "STANDARD" per lattanti (6-12 mesi)

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1° settimana	Riso o altro cereale alle verdure Uovo sodo o in frittata al forno Verdura cotta o cruda di stagione	Pastina al pomodoro Petto di tacchino/pollo tritato Verdura cotta o cruda di stagione	Straccetti di vitellone (o pollo) tritato con polenta o patate Verdura cotta o cruda di stagione *Alternativa: Passato di verdura con pasta o riso* *Carne di vitellone (o pollo) tritata e patate al vapore*	Crema di piselli con pastina o riso o altro cereale Verdura cotta o cruda di stagione	Pastina all'olio e.v.oliva Merluzzo o pesce al forno o al vapore Verdura cotta o cruda di stagione
2° settimana	Pastina con lenticchie Verdura cotta o cruda di stagione *Alternativa:* *pastina all'olio e.v.di oliva* *Lenticchie in purea e verduradi stagione*	Pastina al pomodoro e ricotta Verdura cotta o cruda di stagione	Crema di verdure con pastina o riso o altro cereale Bocconcini di pollo o tacchino al forno tritati Patate al vapore	Riso o altro cereale alle verdure di stagione Frittata o uovo sodo Verdura cotta o cruda di stagione	Pastina al pomodoro Pesce al forno o al vapore Verdura cotta o cruda di stagione
3° settimana	Pastina al pomodoro Uovo sodo o in frittata al forno Verdura cotta o cruda di stagione	Crema di fagioli con pastina o riso o altro cereale Verdura cotta o cruda di stagione	Pastina all'olio e.v.oliva Pollo o tacchino tritati Verdura cotta o cruda di stagione *Alternativa PIATTO UNICO:* *pastina al ragù di carni bianche (tacchino, pollo)* *Verdura di stagione*	Riso o altro cereale alle verdure Pesce al vapore Verdura cotta o cruda di stagione	Passato di verdura con pastina o riso o altro cereale Casatella Purè
4° settimana	Riso o altro cereale con piselli e parmigiano Verdura cotta o cruda di stagione	Pastina all'olio e.v.oliva o al pomodoro Straccetti di pollo o tacchino al forno tritati Verdura cotta o cruda di stagione	Crema di lenticchie con pasta o riso o altro cereale Verdura cotta o cruda di stagione	Pastina al ragù di carne Verdura cotta o cruda di stagione	Crema di verdura con pastina o riso o altro cereale Pesce al forno o al vapore Patate al vapore

Verdura e frutta varieranno per tipologia, secondo stagionalità. Patate e legumi non sono verdure. Pesce tra: merluzzo, salmone, trota, nasello, sgombro, etc. Legumi tra: piselli, lenticchie, fagioli etc, sempre decorticati o passati. Cereali (non integrali) tra pasta, riso, orzo, farro etc. Si rimanda al ricettario allegato per informazioni dettagliate riguardo alle singole ricette.

Lo spuntino di metà mattino sarà frutta fresca di stagione (80 g, anche tritata, schiacciata in purea o frullata) oppure un omogeneizzato di frutta senza zuccheri aggiunti. La merenda di metà pomeriggio sarà, a rotazione: frutta fresca di stagione (anche omogeneizzata, tritata, schiacciata), yogurt bianco al naturale (60-80 g) con frutta fresca, latte di proseguimento (100-200 ml). I piatti possono essere serviti in forma omogeneizzata per i più piccoli.

NOTA: le informazioni relative agli ingredienti delle ricette che possono essere causa delle più frequenti allergie o intolleranze sono disponibili rivolgendosi al personale.