

COMUNE DI ANGIARI (VR) - ASILO NIDO E INFANZIA MENU' MERENDE AUTUNNO-INVERNO a.s. 2025/2026

Lun	YOGURT	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	YOGURT	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
Mar	*FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	YOGURT	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	YOGURT
Mer	**YOGURT	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	°BUDINO	°DOLCE DA FORNO
Gio	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	LATTE CON ***BISCOTTI	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
Ven	PANE E MAERMELLATA	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	YOGURT	YOGURT

Grammature di riferimento (fonte: Linee di indirizzo per il miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica):

	Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta	*Pane e marmellata	Latte con biscotti	Latte con *crackers	°°Budino	°°Dolce da forno
Grammi nido	100g	125g	20g + 10g (1c)	100ml + 10g	100ml + 10g	125g	30g
Grammi infanzia	100g	125g	30g + 15g (1c e 1/2)	100ml + 15g	100ml + 15g	125g	30g

*Frutta fresca di stagione grattugiata, frullata, come macedonia, intera, a seconda del gardo di capacità masticatoria

**Yogurt intero bianco o alla frutta (per il nido) o parzialmente scremato bianco o alla frutta

***Preferire prodotti a basso contenuto di sale, privi di grassi tropicali e idrogenati. Alternativa al pane: fette biscottate 15g (2 fette)

Alternativa merenda: bruschetta di pane comune o integrale 20g nido - 30g infanzia + pomodoro e olio EVO 2g nido - 3 g infanzia

°Limitare il consumo di tali alimenti a non più di una volta a settimana. Preferire prodotti da forno di produzione artigianale o preparati presso il centro cottura di riferimento

Vanno evitati succhi di frutta ed eventualmente sostituiti con spremute d'arancia fresche (se la struttura lo permette) o infusi alla frutta o tè deteinato senza aggiunta di zuccheri (leggere etichette)

Note: 1c = cucchiaino da caffè