



MENU' GRANDI INVERNALE

L'asilo nido Mavalà sostiene un pensiero ecologico e biologico, che offre ai bambini e alle loro famiglie un modo alternativo e innovativo di mangiare e di "fare" coi bambini.

Il cibo è preparato con ingredienti biologici: la frutta e la verdura arrivano ogni settimana da "Non solo frutta", un'azienda che consegna la spesa di frutta e verdura direttamente all'asilo: sono prodotti italiani e di stagione.

Nel menù sono presenti tante ricette cucinate esclusivamente con frutta e verdura di stagione.

L'unico alimento surgelato presente nel menù è il pesce, che viene dato una volta la settimana.

La nostra cuoca Ileana, cucina quotidianamente prodotti freschi e li presenta in modo da accattivare anche i gusti più difficili.

Abbiamo cercato di elaborare un menù che sia equilibrato per i bambini e molto vario, in seguito abbiamo chiesto l'approvazione dell'Asl di Monza e Brianza, che dopo averlo visionato, ci ha dato il suo consenso.

Ai bambini viene offerto prima il piatto con pietanza e in seguito il primo piatto; a tavola le educatrici mangiano coi bambini il loro stesso menù in modo da avere sempre e costantemente un controllo di qualità. Inoltre, cosa ben più importante, mangiando a tavola coi bambini e chiacchierando con loro, si crea un ambiente molto familiare ed intimo che trasmette ai bambini una serenità tale da affrontare il momento del pranzo in modo positivo e allegro.

Durante il pranzo due bambini a turno fanno gli aiutanti (il gioco del cameriere) ed ognuno si gestisce in modo autonomo, nessuno viene obbligato a mangiare, ma tutti vengono invitati ad assaggiare.

Ogni giorno al ricongiungimento, verrà consegnata una scheda in cui verrà segnalato cosa e quanto mangiano i bambini, in modo da rendere partecipi i genitori di tutti i passi compiuti dai propri figli.



I SETTIMANA

	MATTINA	PRANZO	MERENDA
LUNEDI'	Frutta fresca	Passato di verdure con pastina	Budino alla vaniglia
		Grana a scaglie	
		Polpette di cavolfiore	
MARTEDI'	Frutta fresca	Risotto al pomodoro	Pane e marmellata
		Prosciutto cotto	
		Carote all'olio	
MERCOLEDI'	Frutta fresca	Vellutata di zucca e porri	Crackers e succo
		Petto di pollo al forno con aromi	
		Purè di patate	
GIOVEDI'	Frutta fresca	Pizza margherita	Yogurt
		Finocchi all'olio	
		Piselli	
VENERDI'	Frutta fresca	Pasta integrale olio e grana	Latte e biscotti
		Pesce al forno	
		Verdura di stagione	
II SETTIMANA			
	MATTINA	PRANZO	MERENDA
LUNEDI'	Frutta fresca	Pasta al pesto di zucchine	Fette biscottate al miele
		Polpette di tacchino	
		Finocchi all'olio	
MARTEDI'	Frutta fresca	Gnocchetti al pomodoro e basilico	Yogurt
		Certosino	
		Cavolfiore al forno con pan grattato e olio	
MERCOLEDI'	Frutta fresca	Minestra di farro	Torta di mele
		Frittata al forno coi porri	
		Fagioli cannellini	
GIOVEDI'	Frutta fresca	Pasta pasticciata	Crackers e succo
		Carote all'olio	
		Verdura di stagione	
VENERDI'	Frutta fresca	Risotto allo zafferano	The (deterinato) coi biscotti
		platessa alla mugnaia	
		Broccoletti	



		III SETTIMANA	
	MATTINA	PRANZO	MERENDA
LUNEDI'	Frutta fresca	Patate prezzemolate crochette di miglio ceci	Latte e biscotti
MARTEDI'	Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Scaloppine al limone Zucchine trifolate	Pane e marmellata
MERCOLEDI'	Frutta fresca	Minestra della buona compagnia con orzo e lenticchie Cavolfiore gratinato Carote all'olio	Torta allo yogurt
GIOVEDI'	Frutta fresca	Torta salata Finocchi all'olio Verdura di stagione	Cereal i e succo
VENERDI'	Frutta fresca	Pasta integrale al pomodoro polpette di pesce Verdura di stagione	Budino alla vaniglia
		IV SETTIMANA	
	MATTINA	PRANZO	MERENDA
LUNEDI'	Frutta fresca	Crema di legumi con crostini Sformato di patate	Yogurt
MARTEDI'	Frutta fresca	Risotto alle zucchine (o zucca) Frittata coi porri Verdura di stagione	Fette biscottate e miele
MERCOLEDI'	Frutta fresca	Pasta zafferano e zucchine Involtini di prosciutto e formaggio Spinaci	The (deterinato) e biscotti
GIOVEDI'	Frutta fresca	Polenta e spezzatino Piselli Carote	Pane e formaggio
VENERDI'	Frutta fresca	Pasta rossa al tonno Polpette di zucca Verdura di stagione	Crackers e succo



V SETTIMANA		
MATTINA	PRANZO	MERENDA
Frutta fresca	Vellutata di carote e patate	The (deterinato)
	uova strapazzate con formaggio	
	verdura di stagione	
Frutta fresca	Risotto al rosmarino	Torta di mele
	Fettine alla pizzaiola	
	Carote alla julienne	
Frutta fresca	Pasta e fagioli	Crackers e succo
	Sformato di verdure	
Frutta fresca	Pizzoccheri	Yogurt
	Verdura di stagione	
Frutta fresca	Pasta al salmone	Pane e marmellata
	Purè di zucchine	