



ASL Lecce

PugliaSalute

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - Area Nord
Viale Don Minzoni, 8 - Tel. e Fax 0832.215398 - email sian@asl.lecce.it
Direttore - Dr. Roberto Carlà

ALLEGATO I

prot.n. 186982 del 16.10.25

Asilo Nido "Il Giardino dei Saperi"
Menù Vegano Primavera-Estate 24 - 36 mesi a. s. 2025 - 2026

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Sett. 1	Pasta con lenticchia Carote all'olio Pane mezzosale Banana	Pasta al pomodoro fresco <u>latticino vegano</u> Insalata mista Pane mezzosale Pera	Risotto allo zafferano <u>Tofu alla pizzaiola</u> Zucchine trifolate Pane mezzosale Mela	Pastina con purè di Piselli verdi Insalata di pomodori e cetrioli Pane mezzosale Frutta * Vit.C	Pastina in brodo vegetale <u>Frittata di ceci e verdure</u> Fagiolini lessi Pane mezzosale Macedonia fresca o frutta mista
Sett. 2	Antipasto cetrioli a batonnet Pastina integrale con Patate <u>Polpette di ceci miglio e zucchine</u> Bietola all'olio Pane mezzosale Pera	Pasta all'ortolana <u>latticino vegano</u> Insalata di pomodori Pane mezzosale Mela	Pastina o riso con crema di Ceci Carote all'olio Pane mezzosale Frutta Vit.C	<u>Pasta al ragù di seitan</u> Zucchine trifolate Pane mezzosale Banana	Pasta con carote, zucchine (senza gamberetti) <u>Schiacciatine/polpette di legumi veg</u> Insalata verde o di pomodori Pane mezzosale Macedonia fresca o frutta mista
Sett. 3	Riso con crema di carote o zucchine <u>Polpette di tofu e carote</u> Zucchine trifolate Pane mezzosale Mela	Pasta primavera <u>tortino di legumi</u> Insalata di pomodori e cetrioli Pane mezzosale Pera	Pasta al pomodoro e melanzane <u>latticino vegano</u> Pisellini all'olio Pane mezzosale Melone giallo	Pastina in brodo vegetale <u>Frittata di ceci con verdure</u> Carote all'olio Pane mezzosale Mela	<u>Pastina al ragù vegetale</u> Insalata verde Pane mezzosale Macedonia o frutta mista di stagione
Sett. 4	Pasta primavera <u>Schiacciatine/polpette di legumi veg</u> Insalata di pomodori Pane mezzosale Pera	<u>Pasta al pesto di pomodoro secco e tofu</u> Fagiolini all'olio Pane mezzosale Mela	Pasta con crema di Ceci Insalata verde Pane mezzosale Frutta Vit.C	Antipasto cetrioli a batonnet Lasagna a colori (<u>con spalmabile vegano senza parmigiano</u>) <u>Frittata di ceci semplice</u> Pomodori gratinati Pane mezzosale Melone giallo	Passato di verdure con riso o altro cereale <u>Latticino Vegano</u> Zucchine all'olio Pane mezzosale Macedonia fresca o frutta mista
Sett. 5	Risotto ai fiori di zucca <u>Seitan alla piastra</u> Insalata di pomodori e cetrioli Pane mezzosale Mela	Pasta con lenticchie Fagiolini all'olio Pane mezzosale Frutta * Vit.C	Pasta con carote e zucchine (senza gamberetti) <u>Latticino vegano</u> Barbabietole all'olio/Insalata verde Pane mezzosale Pera	Pasta con purè di Piselli verdi Pomodori gratinati Pane mezzosale Melone o pesca	Pastina in brodo <u>Frittata di ceci con o senza verdure</u> Bietola all'olio Pane mezzosale Macedonia fresca o frutta mista

La Dietista Dott.ssa BIANCO VALENTINA

Il Dirigente Medico Dott.ssa CARICATO MICHELA

