

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Val Padana

## *Linee di indirizzo per la ristorazione collettiva negli Asili Nido*

### **MERENDE POMERIDIANE**



A cura di:

**Bassi Maria Chiara - biologa nutrizionista**

**Chiozza Clotilde - medico**

**Orsini Ornella - assistente sanitaria**

**Chiesa Marco**

**Responsabile Medico**

**Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione**

**ATS della Val Padana**

Sede legale: Via dei toscani, 1 - 46100 Mantova – [www-ats-valpadana.it](http://www-ats-valpadana.it) – C.F / P.I. 02481970206

Sede Territoriale di Mantova: Via dei Toscani, 1 – 46100 Mantova – Tel 0376/334952 – [sian.mantova@aslmn.it](mailto:sian.mantova@aslmn.it)

### Merende al Nido: invernali ed estive

#### Come allestire le merende:

- L'acqua dovrà essere sempre a disposizione dei bimbi per l'importanza di una adeguata idratazione
- La proposta di frutta dovrà essere variata nella tipologia e specifica per la stagione.
- Le torte potranno essere utilizzate per festeggiare 1 sola volta al mese i compleanni dei/delle bambini/e

Tutte le settimane si consiglia di prevedere un'alternanza delle proposte al fine di garantire la variabilità

Per le occasioni legate alla stagionalità e alle nostre ricorrenze e tradizioni offrire durante l'inverno anche i ceci lessi e le castagne arrosto. Durante l'estate privilegiare le preparazioni a base di frutta fresca come ad esempio macedonie, frullati e frappe.

Alimento	Gram.	Pane e...	Latte e latticini	Frutta e ...
Acqua	libera	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pane</li> <li>• Olio extravergine</li> <li>• Salsa di pomodoro</li> <li>• Origano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogurt intero bianco Con frutta fresca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frutta fresca di stagione</li> </ul>
Pane	g 30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pane</li> <li>• Confettura di frutta tipologia extra senza zuccheri aggiunti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ricotta</li> <li>• Cioccolato fondente in scaglie o grattugiato</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frullato di frutta fresca di stagione</li> </ul>
Fette biscottate	g 20		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latte</li> <li>• Pane</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macedonia di frutta fresca</li> </ul>
Ricotta fresca	g 40			
Confettura di frutta, tipologia extra senza zuccheri aggiunti	g 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pane</li> <li>• Cioccolato fondente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frappé di frutta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spremuta d'arancia fresca e fette biscottate/pane</li> </ul>
			<b>1 SOLA VOLTA AL MESE PER FESTEGGIARE I COMPLEANNI</b>	
Cioccolato fondente	g 5		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Castagnaccio</li> <li>• Strudel di mele</li> <li>• Torta di pere e cioccolato</li> <li>• Torta di cous-cous e marmellata</li> <li>• Ciocco-rino</li> <li>• Biscotti alla cannella</li> <li>• Crostata di marmellata</li> <li>• Crostata di frutta fresca</li> <li>• Torta di fragole</li> </ul>	
Olio EVO	g 5			
Salsa di pomodoro	g 20			
Origano	q. b.			
Latte intero fresco	g 60			
Yogurt	g 60			
Frullato o spremuta	g 150			
Frappé	g 60			
Torte	g 40			
Frutta fresca	g 80		<b>Tradizioni per la stagione invernale</b>	
Ceci lessati	g 30			
Castagne arrosto	g 30		Castagne arrosto e spremuta d'arancia fresca	Ceci lessati e spremuta d'arancia fresca

**ATS della Val Padana**

Sede legale: Via dei toscani, 1 - 46100 Mantova – www-ats-valpadana.it – C.F / P.I. 02481970206  
Sede Territoriale di Mantova: Via dei Toscani, 1 – 46100 Mantova – Tel 0376/334952 – sian.mantova@aslmn.it

## Merende Invernali /Estive

Comune di	<b>Nido</b>				Ditta
INDICAZIONI	I settimana	II settimana	III settimana	IV settimana	
<p><b>Come allestire le merende:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>L'acqua dovrà essere sempre a disposizione dei bimbi per l'importanza di una adeguata idratazione</b></li> <li>• <i>La proposta di frutta dovrà essere variata nella tipologia e specifica per la stagione.</i></li> <li>• <i>Le torte potranno essere utilizzate per festeggiare 1 sola volta al mese i compleanni dei/delle bambini/e</i></li> </ul> <p><i>Tutte le settimane si consiglia di prevedere un'alternanza delle proposte al fine di garantire la variabilità</i></p> <p><i>Per le occasioni legate alla stagionalità e alle nostre ricorrenze e tradizioni offrire <u>durante l'inverno</u> anche i ceci lessi e le castagne arrosto. <u>Durante l'estate</u> privilegiare le preparazioni a base di frutta fresca come ad esempio macedonie, frullati e frappe.</i></p>	Lun.				
	Mar.				
	Mer.				
	Gio.				
	Ven.				