



Comune di Codogno
Assessorato alle Politiche Sociali
Servizi Prima Infanzia
ASILO NIDO MONDOBAMBINO
ROSSANA VANELLI



UNI EN ISO9001:2015

*“L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*



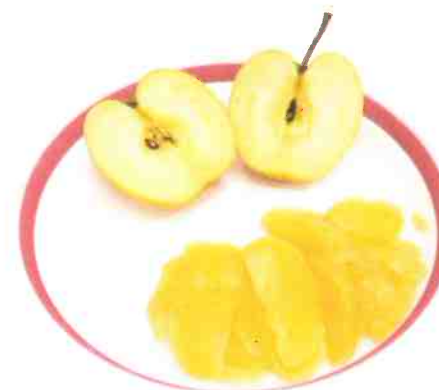
*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perchè"*

Premessa

Gentili Famiglie

in questo piccolo opuscolo, alternate ad alcune delle nostre ricette, speriamo possiate trovare spunti di riflessione che rappresentano poi i principali obiettivi del progetto educativo portato avanti dallo staff dell'Asilo Nido Mondobambino Rossana Vanelli .

*Presso la Sede del Servizio potrete trovare anche un gradevole libro, sempre da noi elaborato, con numerose altre ricette corredate da una fotografia a colori del piatto cucinato e catalogate con titolo in **azzurro** (primi piatti) oppure in **rosso** (secondi piatti) ed infine in **arancione** (le merende), criterio che troverete anche nelle prossime pagine.*



Menu

PRIMI PIATTI

- CREMA DI PISELLI CON PASTINA ...9
- INSALATA DI RISO...10
- MINISTRONE DI PASTA...11
- PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI...12
- PASTA AL FORNO...13
- PASTA AL SUGO DI PESCE...14
- PASTA E FAGIOLI...15
- PASTA AL POMODORO...16
- PASTINA IN BRODO CON VERDURE...17
- PIZZA MARGHERITA...18
- POLENTA CON RAGU' DI CARNE...19
- RISO E SPINACI...20
- RISOTTO IN BRODO PATATE E CAROTE...21
- RISOTTO CAMPAGNOLO...22
- RISOTTO CON LA ZUCCA...23
- RISOTTO CON ZUCCHINE...24
- RISOTTO ALLA PARMIGIANA...25
- RISOTTO AL POMODORO...26
- RISOTTO ALLO ZAFFERANO...27

SECONDI PIATTI

- ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE...28
- BRASATO DI MANZO...29
- FRITTATA CON PATATE...30
- POLPETTINE DI TACCHINO...31
- SOGLIOLE ALLA MUGNAIA...32
- FETTINE DI VITELLO ALLA PIZZAIOLA...33

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*

MERENDE

- CROSTATA DI ALBICOCCHIE...34
- FRUTTA COTTA...35
- TORTA DI MELE...36
- TORTA YOGURT...37

IN PIU'

- Il Valore affettivo del cibo...4
- Il gioco del cameriere...5
- La scoperta del cibo...6
- Verso la conquista dell'autonomia...7
- Il momento del pranzo...8



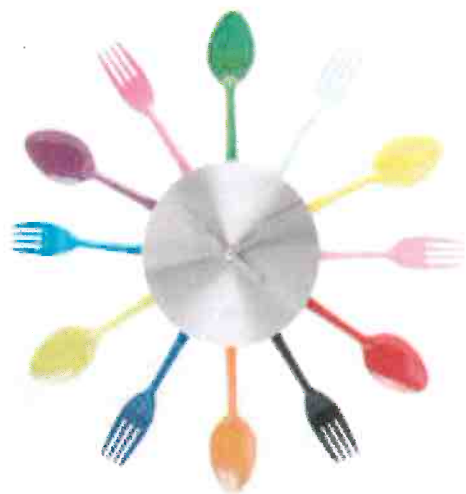
*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*

Il Valore affettivo del cibo

Può capitare che, durante il periodo dell'inserimento, anche il bambino più vorace, non accetti il cibo proposto.

Tale rifiuto non è da ritenersi preoccupante in quanto è coinvolto da una serie di stati emotivi e di cambiamenti dovuti principalmente al distacco dal genitore nonché dall'adattamento al nuovo ambiente.

Il pranzo è un momento assai delicato ed è perciò che, sia il bambino che l'adulto, devono affrontarlo in modo tranquillo, graduale e nel rispetto dei tempi e dei modi di ognuno.



ALFA

*“L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*

Il gioco del cameriere

*Una simpatica attività educativa che viene proposta ai bambini più grandi dell'Asilo Nido Mondobambino Rossana Vanelli ,
durante il momento del pranzo, è il gioco del cameriere. A turno, i bimbi con grembiolino e “cappello da chef”,
apparecchiano la tavola per i loro compagni con tutto il necessario (tovaglia, piatti, bicchieri e posate);
in tal modo li si rende partecipi e li si aiuta ad integrarsi nel gruppo (socializzazione),
ad attendere il proprio turno (rispetto delle regole) ed ad immedesimarsi all'interno di un gradevole gioco di finzione.*



*“L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*

La scoperta del cibo

*Il primo approccio con il cibo rappresenta una vera e propria scoperta a livello tattile, olfattivo, gustativo nonché un'esperienza
assai ricca dal punto di vista educativo.*

*Per questo motivo, è importante lasciare libero il più possibile il bambino di manipolare, anche sporcandosi, i diversi alimenti per
capirne e conoscerne le diversità, le consistenze, il freddo e il caldo e via discorrendo.*

*Gradualmente scoprirà i gusti ed i disgusti, manifesterà le proprie preferenze ed è fondamentale che l'adulto
non abbia fretta ma pazienza.*



Menni

*“L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*

Verso la conquista dell'autonomia

Quando il bambino inizia a mangiare da solo, vengono generalmente proposti cibi di forme e di dimensione tali che possa raccogliarli facilmente con il cucchiaino (ad esempio pasta corta, pastina densa, pezzetti di verdura o carne). In questo modo non solo affina gradualmente le proprie capacità manuali ma mangiar da soli sarà fonte di soddisfazione, di conquista e di crescita verso l'autonomia.



Mamma

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*

Il momento del pranzo

*Esso rappresenta, all'interno della giornata tipo all'asilo nido,
un momento che aiuta ogni bambino a scansionare il "suo" tempo nonché uno spazio privilegiato
in cui instaurare le prime relazioni sociali.
Condividere tale esperienza significa non solo "assumere del cibo" ma aprirsi agli altri
scoprendo il piacere di stare a tavola insieme e di socializzare.*



Menu

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 450 di piselli freschi o surgelati

gr. 120 di pastina piccola
(stelline, anellini ecc.)

n. 2 cucchiaini di formaggio grana grattugiato

olio d'oliva extra vergine q.b.

sale q.b.

CREMA DI PISELLI CON PASTINA

Cuocere i piselli in acqua salata. Una volta cotti frullarli con il frullatore da immersione fino ad ottenere una crema omogenea, aggiungere la pasta e cuocere a fuoco moderato.

A cottura ultimata unire l'olio di oliva, il formaggio grattugiato e servire.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 180 di riso
100 gr. di piselli
n. 2 carote
n. 2 zucchine
50 gr. di formaggio, mozzarella
50 gr. di prosciutto cotto
olio extra vergine di oliva
sale q.b.



INSALATA DI RISO

Cuocere il riso in acqua salata per circa 20 minuti, scolarlo e raffreddarlo.

Far cuocere nel frattempo le carote, le zucchine e mettere a lessare anche i piselli. Una volta cotte le verdure privare le carote della buccia e tagliarle a cubetti piccoli con le zucchine, il formaggio e il prosciutto.

Aggiungere il tutto al riso condire con l'olio extra-vergine e il sale e servire.

Menu

Primi Piatti

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

n. 3 carote

n. 3 zucchine

n. 4 patate

100 gr. di piselli

n. 1 gamba di sedano

MINISTRONE DI PASTA

Lavare bene tutte le verdure fresche, metterle a bollire in acqua salata per circa 30 minuti aggiungendo anche i piselli. Coprire il tutto e cuocere per circa 30 minuti aggiungendo anche i piselli. A cottura ultimata togliere il sedano, aggiungere la pasta, lasciarla cuocere per circa 15 minuti servire con grana e olio extra vergine di oliva a piacere.



*"L'appetito vien mangiando.....
.....sofritti insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

- n. 4 carote
- n. 2 zucchine
- n. 4 patate piccole
- gr. 50 di fagiolini
- gr. 50 di spinaci
- gr. 50 di piselli
- n. 1 piccola fetta di zucca
- olio di oliva extra vergine
- formaggio grana
- sale q.b.
- pane del giorno prima



PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI

Dopo aver lavato e tagliato le verdure cuocerle in acqua salata per 40 minuti circa.

A cottura ultimata passarle al frullatore e aggiungere l'olio ed il formaggio grana.

Tagliare a cubetti il pane, trasferirlo in una teglia e farlo dorare nel forno.

Versare il passato nel piatto e aggiungere i crostini.

Maria

Primi Piatti

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 160 di pasta corta
n. 2 cucchiaini di formaggio grana
poco latte

(per il ragù)

gr. 200 di carne di manzo macinata 2 volte
n. 2 piccole carote
n. 2 piccole zucchine
gr. 100 di passata di pomodoro
n. 1 cucchiaino di olio di oliva extra vergine
sale q.b.

PASTA AL FORNO

Lavare e frullare le verdure, rosolarle assieme alla carne con un cucchiaino di olio, aggiungere la passata di pomodoro e proseguire la cottura per 40 minuti circa, di tanto in tanto aggiungere poca acqua per non farlo asciugare. In una casseruola far bollire l'acqua salata, buttare la pasta e a cottura ultimata scolarla, aggiungere il ragù e poco latte, versare il tutto in una pirofila da forno, cospargere di grana e infornare per 10 minuti a 180°.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 200 di pasta corta

n. 3 filetti di sogliola

n. 1 fetta di palombo (gr.100)

n. 2 carote

n. 1 gamba di sedano

passata di pomodoro quanto basta

una manciata di prezzemolo tritato

n. 2 cucchiari di olio extra vergine di oliva

Sale quanto basta

Menu

PASTA AL SUGO DI PESCE

Pelare le carote , mondare il sedano eliminando le foglie. Lavare le verdure, tagliare le carote, i filetti di sogliola ed il palombo a cubetti piccoli e metterli in una casseruola con l'olio, unire il sedano e la cipolla interi facendo rosolare il tutto per qualche minuto, salare, aggiungere la passata di pomodoro, coprire e cuocere lentamente per circa 20 minuti. Cuocere la pasta in acqua salata, a cottura ultimata scolarla e condirla con il sugo preparato come sopra, dopo avervi tolto la cipolla ed il sedano, aggiungere il prezzemolo tritato e servire

*“L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*



Ingredienti per 4 bambini:

- gr. 140 di pasta (ditalini rigati piccoli)
- gr. 200 di fagioli borlotti secchi
(da mettere in ammollo il giorno prima)
- n. 1 gamba di sedano
- n. 3 patate
- 1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva
- formaggio grana
- un cucchiaio di prezzemolo tritato
- sale q.b.

Mama

PASTA E FAGIOLI

*In una casseruola far bollire 2 litri di acqua salata, aggiungere i fagioli e le patate tagliate a pezzetti e cuocere per 45 minuti circa, aggiungere la pasta e proseguire la cottura.
A cottura ultimata aggiungere l'olio, il formaggio ed il prezzemolo.*

Primi Piatti

*“appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 200 di pasta corta

n. 1 carota

n. 1 zucchini

n. 1 gamba di sedano

1 litro passata di pomodoro

n. 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva

sale q.b.

PASTA AL POMODORO

(o nella variante al pesto o gnocchi al pomodoro o pesto)

Lavare bene le verdure, metterle in una padella con olio e sale aggiungendo la passata. Coprire il tutto e cuocere per circa 30 minuti, togliere dal fuoco e frullare il tutto, rimettere sul fuoco ancora per qualche minuto. Aggiungere le verdure alla passata, rende il sugo più corposo e saporito. Cuocere la pasta ed, a cottura ultimata, scolalarla e aggiungere il sugo. Nelle varianti occorre sostituire il pesto al sugo e i gnocchi di patate alla pasta.

Menu

Primi Piatti

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

n.2 carote

n.2 patate

n.2 zucchine

n.1 gambo di sedano

gr. 140 di pasta piccola

(stelline – anellini – risoni)

un cucchiaino di olio d'oliva extra vergine

un cucchiaio di formaggio grana

sale q.b.



PASTINA IN BRODO CON VERDURE

Pulire le verdure e tagliarle a pezzi (tranne il sedano che andrà eliminato a fine cottura) e cuocere in acqua per circa ½ ora, togliere le verdure dal brodo e passarle con lo schiacciapatate, buttare la pasta e cuocere per 8-10 minuti, aggiungere l'olio ed il grana e servire.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 8 bambini:

gr. 500 di farina bianca tipo "00"

gr. 25 di lievito per pizza

n. 3 cucchiaini da caffè di sale fino

n. 2 mozzarelle

Passata di pomodoro o pomodoro fresco

quanto basta

Olio quanto basta

Acqua quanto basta

Menu

PIZZA MARGHERITA

Miscelare la farina con il lievito, 2 cucchiaini di sale e acqua. Lavorare l'impasto energicamente per almeno 10 minuti, formare una palla sulla quale incidere con il coltello una croce per agevolare la lievitazione. Porre la pasta in un luogo tiepido coprendola con un panno umido e lasciarla riposare per almeno un'ora. Quando sarà lievitata stendere la pasta con un matterello e riporla in una teglia per pizza precedentemente unta con l'olio. Aggiungere alla salsa di pomodoro un po' di sale e stenderla sulla pasta, aggiungere la mozzarella tagliata a dadini ed un filo di olio. Porre la teglia nel forno già caldo a 200 gradi e cuocere per 10 minuti circa.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

(per la polenta)

gr. 250 di farina gialla bramata

lt. 1 di acqua

1 cucchiaio di olio extra vergine d'oliva

sale q.b.

(per il ragù)

gr. 200 di carne di manzo macinata

n. 2 piccole carote

n. 2 piccole zucchine

gr. 100 di passata di pomodoro

n. 1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva

sale q.b.



POLENTA CON RAGU' DI CARNE

Lavare e frullare le verdure, rosolarle insieme alla carne con un cucchiaio di olio, aggiungere la passata di pomodoro e proseguire la cottura per 40 minuti circa, di tanto in tanto aggiungere un po' d' acqua per non farlo asciugare. In una casseruola portare ad ebollizione 1 lt di acqua salata, buttare a pioggia la farina e mescolare di frequente per non formare grumi, cuocere per 40 minuti circa.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 120 di riso

gr. 200 di spinaci freschi o 2 cubetti
surgelati

n.1 uovo

n. 4 cucchiaini di formaggio grana

n. 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva

sale q.b.

Marta

RISO E SPINACI

Mettete a cuocere in una casseruola con acqua salata il riso e gli spinaci precedentemente lavati.

*In una terrina battete le uova con il formaggio grattugiato e poco sale e quando il riso sarà cotto
togliete la casseruola dal fuoco e versate il battuto mescolando velocemente.*

Servite aggiungendo un filo di olio nel piatto.

Primi Piatti

*"L'appetito viene mangiando.....
..... scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

- gr. 120 di riso
- n. 4 carote
- n. 4 patate
- n. 1 gamba di sedano
- 1 pizzico di sale
- grana q.b.

RISO IN BRODO PATATE E CAROTE

Preparare del brodo con sedano, patata e carota cuocere per circa 20 minuti con un pizzico di sale.

Nel frattempo tritare patate e carote, togliere il sedano e le altre verdure dal brodo e aggiungere quelle tritate con il riso, cuocere per 20 o 25 minuti. Servire con il grana.

Alma

Primi Piatti

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 180 di riso

n. 2 zucchine

n. 2 carote

sale q.b.

grana q.b.

1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva

per il brodo:

n. 1 carota

n. 1 gamba di sedano

Menu



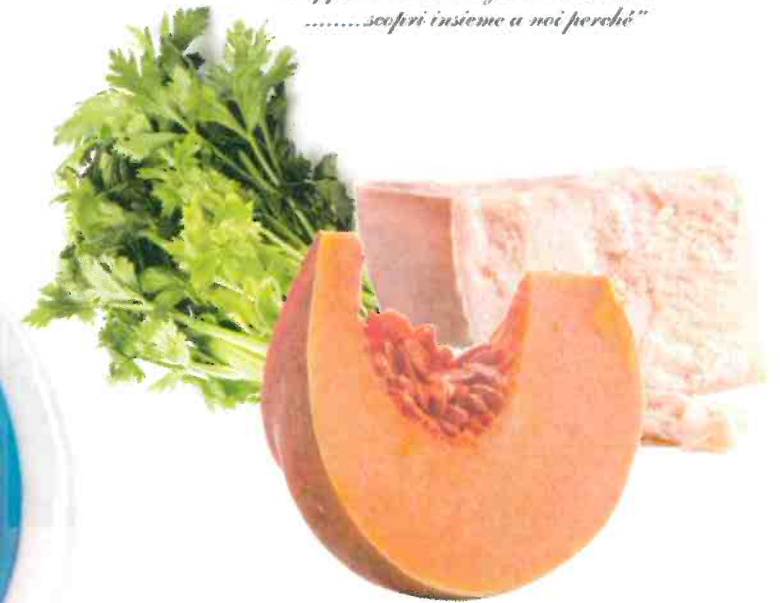
RISOTTO CAMPAGNOLO

Preparare il brodo con carota, sedano e un pizzico di sale, cuocere per circa 20 minuti.

Nel frattempo tagliare a pezzetti o tritare con un tritatutto le zucchine, le carote, farle rosolare con un po' di olio e sale, intanto aggiungere al brodo il riso dopo aver tolto sedano e carota, le verdure saltate con l'olio precedentemente.

A cottura ultimata aggiungere una bella spolverata di grana.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

n. 2 fette di zucca

1 cucchiaio di formaggio grana

gr. 180 di riso

1 cucchiaio di olio d'oliva extra vergine

un gambo di sedano

una carota

sale q.b.

Alcanti

RISOTTO CON LA ZUCCA

Preparare il brodo vegetale con il sedano, la carota e 1 pizzico di sale, dopo 20 minuti circa togliere le verdure e aggiungere il riso che cuocerà per 20-25 minuti. Nel frattempo lavare la zucca, tagliarla a cubetti, farla soffriggere in poco olio e aggiungerla a riso che sta terminando la cottura. A cottura ultimata togliere dal fuoco aggiungere il formaggio grattugiato.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

- n. 2 zucchine piccole
- un ciuffo di prezzemolo
- un cucchiaio di formaggio grana
- gr. 180 di riso
- un cucchiaio di olio d'oliva extra vergine
- un gambo di sedano
- una carota
- sale q.b.

Mami

RISOTTO CON ZUCCHINE

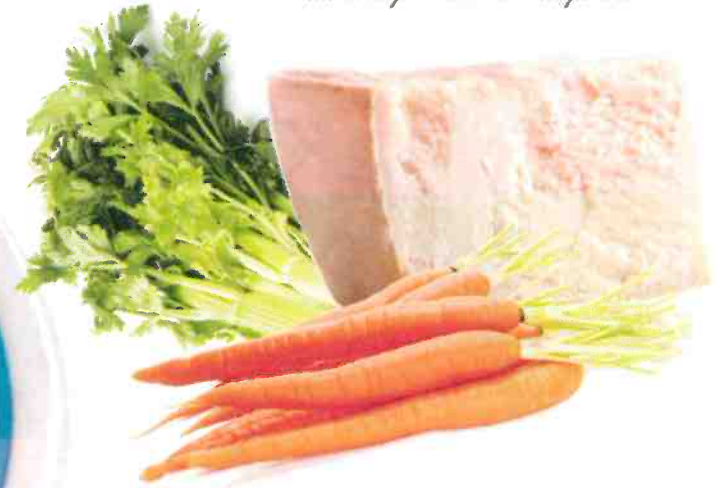
*Preparare il brodo vegetale con il sedano, la carota e un pizzico di sale,
dopo 20 minuti circa togliere le verdure e aggiungere il riso che cuocerà per 20 – 25 minuti*

*Nel frattempo lavate le zucchine, tagliatele a cubetti fatele soffriggere in poco olio
e aggiungetele al riso che sta terminando la cottura.*

A cottura ultimata togliere dal fuoco, aggiungere il formaggio grattugiato ed il prezzemolo tritato.



*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

- gr. 180 di riso
- n. 1 gambo di sedano
- n. 1 carota
- 500 ml di latte
- sale q.b.
- grana q.b.

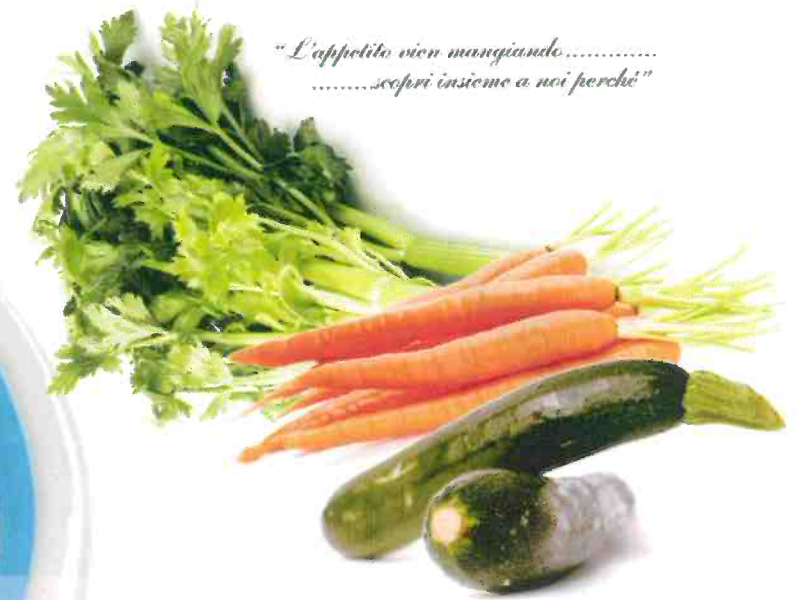
RISOTTO ALLA PARMIGIANA

Preparare il brodo vegetale con il sedano, la carota e un pizzico di sale, dopo 20 minuti circa tagliare le verdure e aggiungere il riso, cuocere per circa 20-25 minuti a circa 10 minuti dalla cottura aggiungere il latte e il grana, lasciare che il riso si asciughi ma allo stesso tempo resti morbido.

Mamma

Primi Piatti

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

- gr. 180 di riso
- n. 2 carote
- n. 1 zucchini
- n. 1 gamba di sedano
- n. 1 passata di pomodoro
- olio extra vergine di oliva
- sale q.b.
- grana

RISOTTO AL POMODORO

Preparare il brodo con 1 carota, 1 gamba di sedano, sale e lasciar cuocere per circa 30 minuti.

A parte preparare la passata di pomodoro con un pizzico di sale e 1 o 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva cuocendo insieme anche una carota e la zucchini. Una volta pronto frullare il tutto per rendere la passata più corposa.

Cuocere il riso nel brodo precedentemente preparato per circa venti minuti. Negli ultimi 10 minuti di cottura aggiungere il sugo di pomodoro per mantecare il riso a cottura ultimata servire con un po' di grana.

Menù

Primi Piatti

*“L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché”*



Ingredienti per 4 bambini:

- gr. 180 di riso
- n. 1 gambo di sedano
- n. 1 carota
- n.1 bustina di zafferano
- sale q.b.
- grana q.b.

Mani

Primi Piatti



RISOTTO ALLO ZAFFERANO

Preparare il brodo vegetale con il sedano, la carota e un pizzico di sale, dopo venti minuti circa tagliare le verdure e aggiungere il riso e cuocere per circa 20-25 minuti.

Aggiungere la bustina di zafferano, a fine cottura aggiungere il grana.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

gr. 400 di petto di tacchino

n. 2 limoni

n. 2 cucchiai di olio extra vergine di oliva

sale q.b.

ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE

*Versare l'olio extra vergine di oliva in una casseruola, salare la carne e farla rosolare dolcemente,
di tanto in tanto bagnare con un po' di acqua e del succo di limone, cuocere per 1 ora circa.*

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:
gr. 500 di polpa di manzo
passata di pomodoro q.b.
n. 5 carote
n. 1/2 gambo di sedano
olio d'oliva extra vergine q.b.
sale q.b.

BRASATO DI MANZO

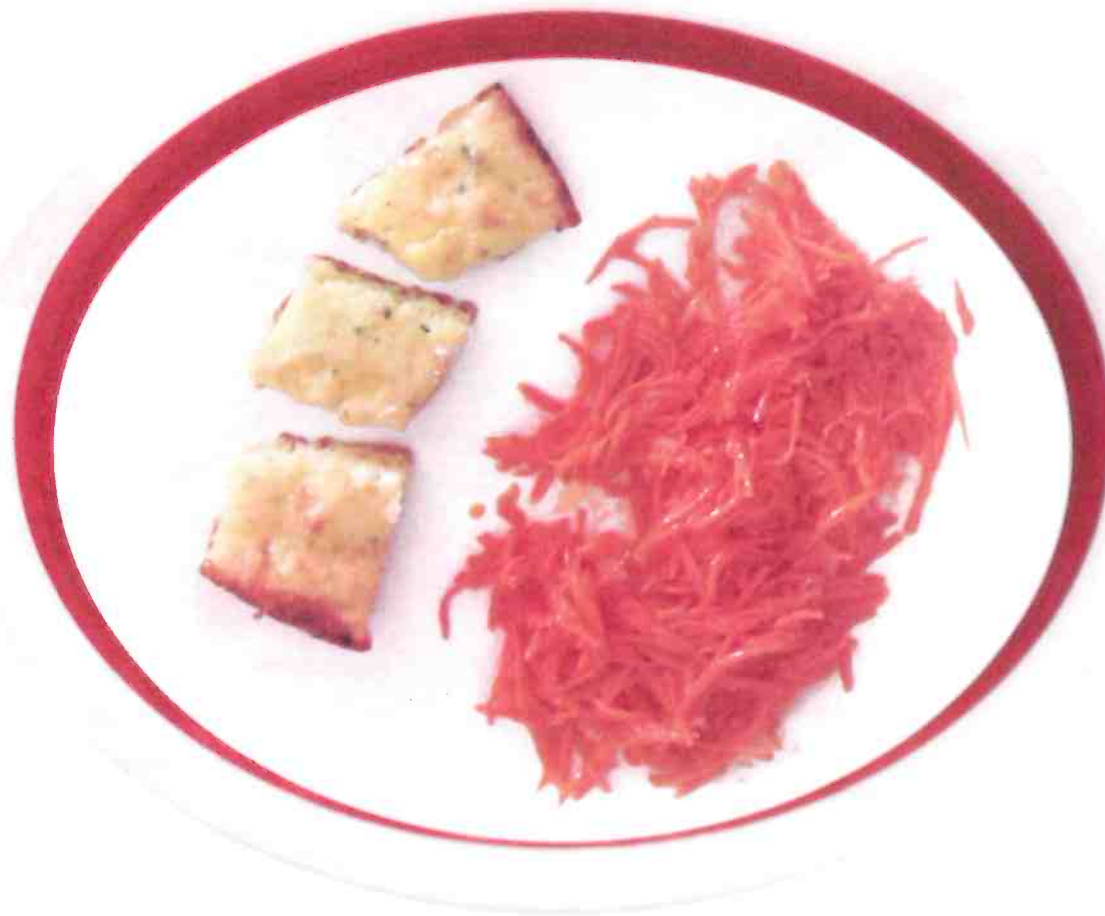
Pulire le carote e tagliarle a pezzi, mondare il sedano privandolo delle foglie, lasciandolo intero perché andrà eliminato a fine cottura. Versare l'olio d'oliva in una casseruola, unire la polpa di manzo, le carote e il sedano facendo rosolare il tutto per qualche minuto, salare, aggiungere la passata di pomodoro, ½ bicchiere di acqua, coprire con il coperchio e lasciare cuocere lentamente per almeno 2 ore. A fine cottura togliere il sedano e tagliare la carne a fette, frullare le carote ottenendo così un sugo cremoso, adagiare le fette di manzo sul piatto ricoprendole con il sugo e servire.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

- n. 4 uova
- n. 4 cucchiari di formaggio grana
- n. 2 patate (circa 200 gr.)
- n. 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- n. 2 cucchiari di olio extra vergine di oliva
- sale q.b.



FRITTATA CON PATATE

Lessare le patate, sbucciarle e schiacciarle con lo schiacciapatate.

In una terrina sbattere le uova, unire il formaggio grana, il sale, il prezzemolo tritato e le patate.

Porre il tutto in una teglia unta con l'olio extra vergine di oliva e cuocere in forno già caldo per circa 30 minuti a 180°-200°.



POLPETTINE DI TACCHINO



POLPETTINE DI PESCE

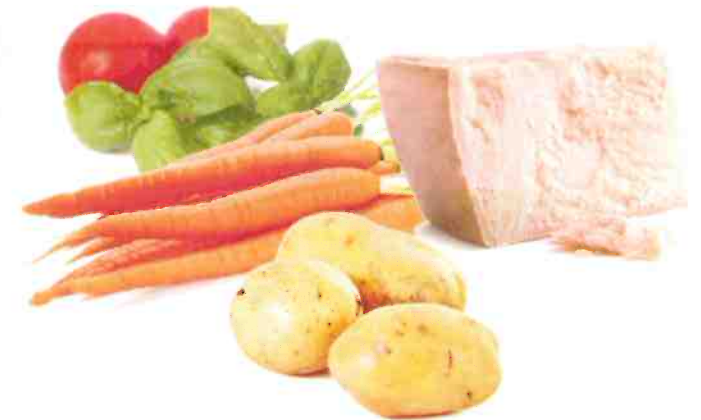


POLPETTINE DI MANZO



POLPETTINE DI VERDURA

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



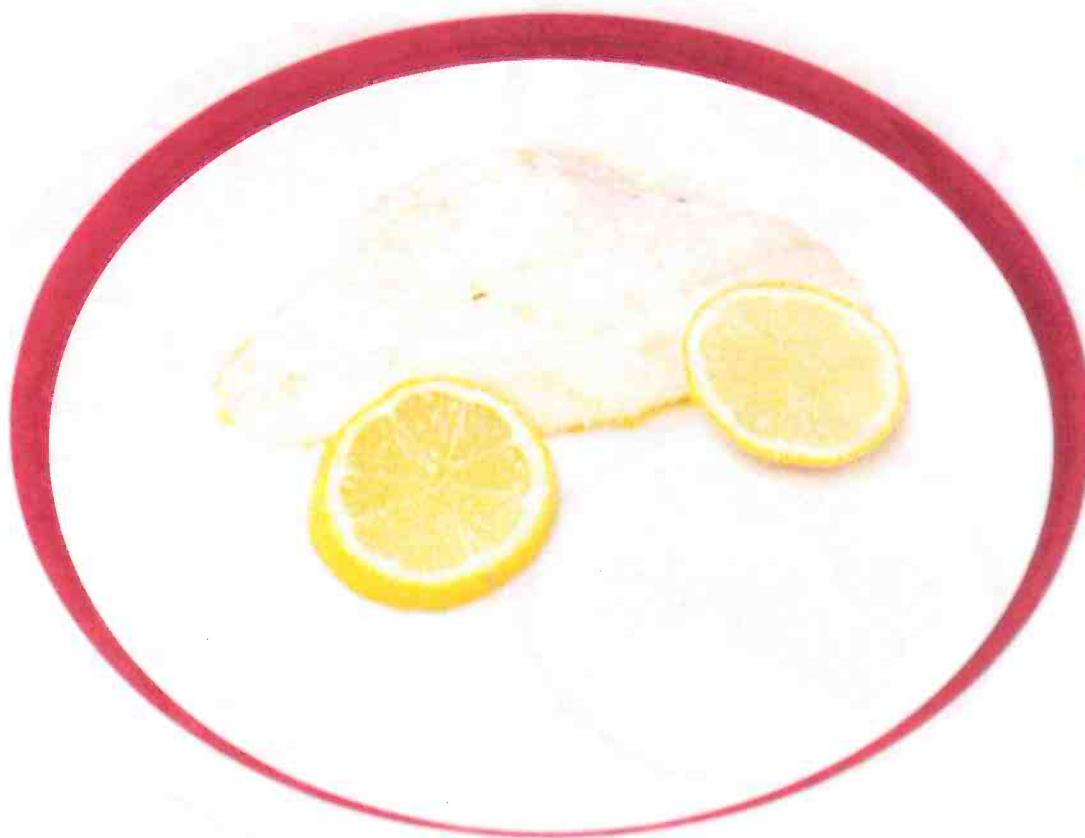
Ingredienti per 4 bambini:

- gr. 300 tacchino (petto)
- n. 3 patate piccole
- n. 3 carote
- n. 2 cucchiai di formaggio grana
- n. 1 uovo
- poco latte
- olio d'oliva extra vergine q.b.
- pane grattugiato q.b.
- sale q.b.

POLPETTINE DI TACCHINO

Lessare in acqua salata il tacchino, le patate e le carote. Frullare la carne e passare con il passaverdura le patate e le carote. Trasferire il tutto in una terrina, aggiungere l'uovo, il sale, il latte ed il formaggio, amalgamare il tutto fino ad ottenere un impasto omogeneo. Con l'impasto ottenuto preparare delle polpettine delle dimensioni di una noce e rotolarle nel pane grattugiato. Adagiare le polpettine in una teglia unta di olio extra vergine di oliva e cuocere in forno già caldo per circa 20 minuti a 180°-200°. Nota: le polpettine possono essere variate sostituendo la carne di tacchino con quella di manzo, pesce frullato (platessa o sogliola), verdure miste frullate.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

n. 4 filetti di sogliola

n. 1 limone

farina q.b.

olio di oliva extra vergine q.b.

sale q.b.

Menu

SOGLIOLE ALLA MUGNAIA

Ungere di olio una teglia da forno. Lavare ed asciugare i filetti di sogliola con carta da cucina, infarinarli con la farina bianca da entrambe le parti, adagiarli nella teglia e salarli. Porre la teglia nel forno preventivamente riscaldato a 180° e far cuocere per circa 7/8 minuti, estrarre la teglia, girare i filetti, bagnarli con il succo di limone e riporre in forno per altri 7/8 minuti, dopo di che la cottura sarà ultimata: Servire ben caldi.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

400 gr. di carne di vitello (rotolato)
sale q.b.

n. 2 cucchiaini di olio extra vergine

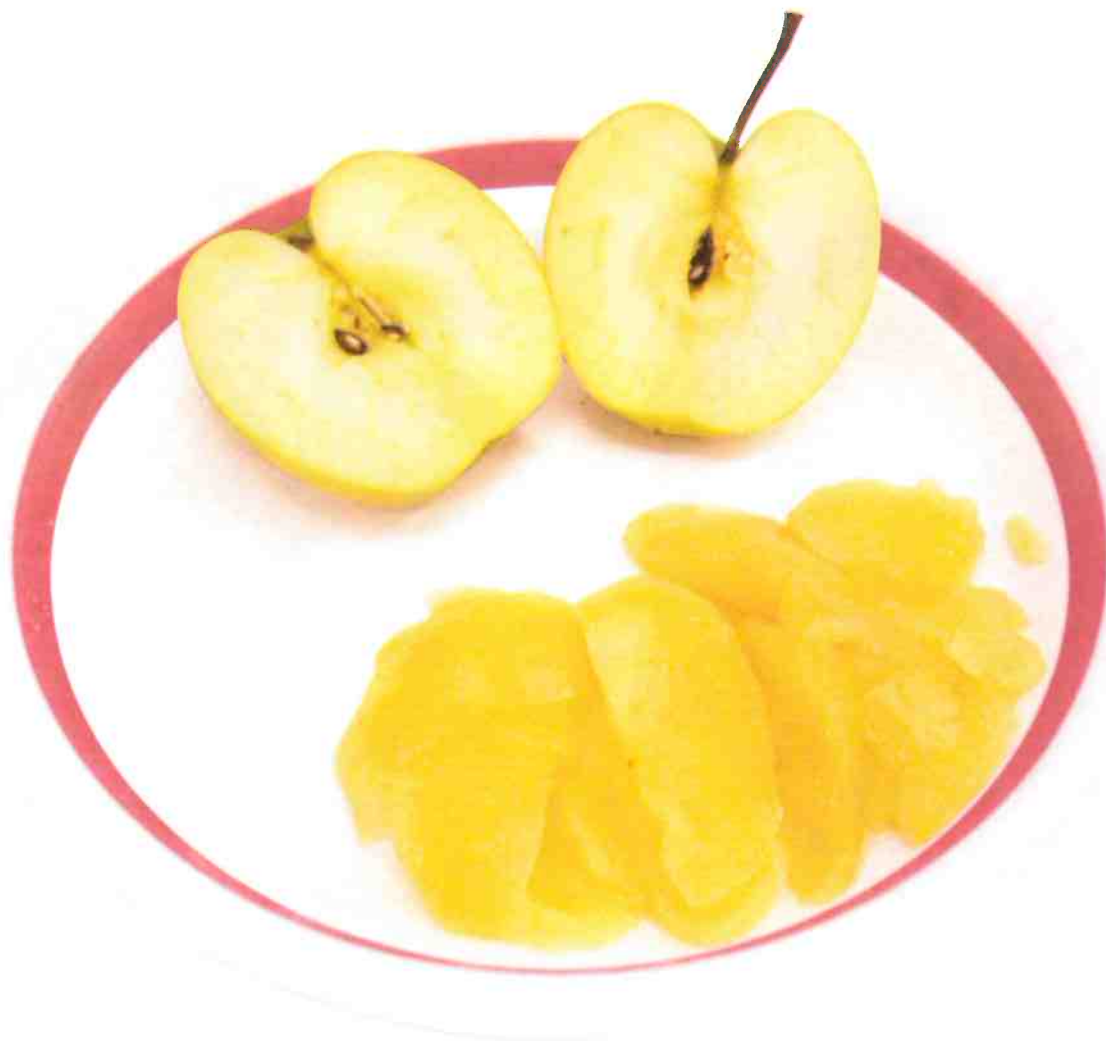
Per il sugo:

1 litro di passata di pomodoro
origano q.b.

FETTINE DI VITELLO ALLA PIZZAIOLA

Preparare in una teglia il rotolato di vitello con olio extra vergine di oliva, sale, rosmarino, cuocere in forno per circa 90 minuti, fare raffreddare e tagliare l'arrosto a fettine sottili. Mentre cuoce l'arrosto preparare la passata di pomodoro con olio e sale, cuocere per circa venti minuti, aggiungere origano q.b., versare la salsina sull'arrosto tagliato. Preparare del brodo con sedano, patata e carota cuocere per circa 20 minuti con un pizzico di sale. Nel trita tutto tritare patate e carote, togliere il sedano e le altre verdure dal brodo e aggiungere quelle tritate con il riso, cuocere per 20 o 25 minuti. Servire con il grana.

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti per 4 bambini:

4 mele gialle o pere da cuocere

1 cucchiaio di zucchero

Marta

FRUTTA COTTA

Lavare e sbucciare la frutta, tagliarla a pezzetti o a fette ed aggiungere lo zucchero.

Inserire il tutto in un tegame e cuocere a fuoco lento per circa 15 minuti.

Merende

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti:

- gr. 300 di farina
- gr. 150 di zucchero
- gr. 70 di olio di semi di mais
- n. 1 cucchiaino di lievito
- gr. 100 di marmellata di albicocche
- n. 3 uova intere
- 1 pizzico di sale
- 1 scorza di limone grattugiata

CROSTATA DI ALBICOCCHE

*Disporre la farina su un piano unire lo zucchero, le uova, il lievito, l'olio, la scorza di limone e il sale.
Lavorare delicatamente il tutto, senza scaldare troppo l'impasto con le mani. Quando la pasta sarà ben liscia e omogenea,
lasciarla riposare per una mezz'ora in un luogo fresco prima di stenderla col matterello.
Trasferire infine l'impasto in una teglia, aggiungere la marmellata e porre in forno a 180° per 30 minuti circa.*

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti:

- n. 2 mele
- gr. 240 di farina bianca tipo "00"
- gr. 160 di zucchero
- gr. 90 di olio d'oliva
- n. 1 bustina di lievito per dolci
- n. 3 uova intere

TORTA DI MELE

*Frullare tutti gli ingredienti in una terrina, tranne le mele ,mescolare fino ad ottenere un impasto omogeneo
e versarlo in una teglia preventivamente imburrata.
Sbucciare le mele, tagliarle a fette e quindi disporle sull'impasto.
Porre in forno già riscaldato e cuocere per 35/40 minuti circa.*

Alcuni

Merende

*"L'appetito vien mangiando.....
.....scopri insieme a noi perché"*



Ingredienti:

- 1 vasetto di yogurt alla frutta
- (1 vasetto di latte per la torta paradiso,
- 1 vasetto di ricotta o di carote)
- 3 vasetti di farina bianca
- 2 vasetti di zucchero
- 1 vasetto di olio di semi di mais
- n. 3 uova intere
- 1 bustina di zucchero a velo

TORTA ALLO YOGURT

(nelle varianti torta paradiso, di ricotta o alle carote)

Disporre tutti gli ingredienti in una terrina, mescolare a lungo e trasferire il tutto in una teglia.

Porre in forno a 180° per 30/40 minuti circa.

A cottura ultimata spolverare con abbondante zucchero a velo.



UNI EN ISO9001:2015



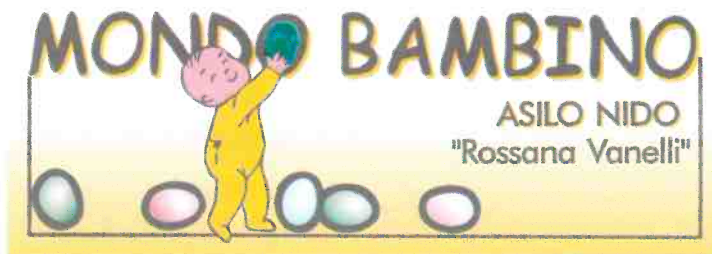
Comune di Codogno (LO)

Servizi Prima Infanzia

Assessorato alle Politiche Sociali

Sito Web: www.comune.codogno.lo.it

e-mail: protocollo@pec.comune.codogno.lo.it



Asilo Nido MONDOBAMBINO

ROSSANA VANELLI

Via Collodi 5

26845 CODOGNO (LO)

telefono: 0377/32583