

Tabella dietetica pasto Lattante

LUNEDI	Brodo di verdura Verdura frullata Pastina Formaggio Parmigiano grattugiato Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 30 g 5 g 8 g 150	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
MARTEDI	Brodo di verdura Verdura frullata Pastina Carne di pollo Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 20 fresca g 10 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
MERCOLEDI	Brodo di verdura Passato di verdura Pastina Pesce Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 20 g 10 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
GIOVEDI	Brodo di verdura Passato di verdura Pastina Uovo (1/2) Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 30 g 30. g 7,5 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
VENERDI	Brodo di verdura Passato di verdura Pastina Legumi Olio extra vergine d'oliva Parmigiano Reggiano grattugiato Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 15 g 10 g 5 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100

Tabella dietetica pasto Lattantissimo

LUNEDI	Brodo di verdura Verdura frullata Farina di cereali, semolino Formaggio Parmigiano grattugiato Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 30 g 5 g 8 g 150	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
MARTEDI	Brodo di verdura Verdura frullata Farina di cereali, semolino Carne di pollo Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 20 fresca g 10 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
MERCOLEDI	Brodo di verdura Passato di verdura Farina di cereali, semolino Pesce Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 20 g 10 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
GIOVEDI	Brodo di verdura Passato di verdura Farina di cereali, semolino Uovo (1/2) Olio extra vergine d'oliva Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 30 g 30. g 7,5 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100
VENERDI	Brodo di verdura Passato di verdura Farina di cereali, semolino Legumi Olio extra vergine d'oliva Parmigiano Reggiano grattugiato Frutta	ml 200 3 o 4 cucchiaini da minestra g 20 g 15 g 10 g 5 g 100	Yogurt bianco intero Frutta	g 50 g 100