

| <b>PRIMA SETTIMANA</b> |  | <b>Ingredienti con grammature per 6-12 mesi</b>  |
|------------------------|--|--|
| <b>LUNEDÌ</b>          | Pastina/crema di riso/mais/tapioca/orzo in brodo vegetale                  | Pastina/crema di riso/mais/tapioca/orzo (30), brodo vegetale (150), parmigiano grattugiato(3)    |
|                        | Vitellone al vapore macinato   | Carne di vitellone(30)   |
|                        | Purè di verdure  | Verdure (30)   |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                        | Frutta di stagione frullata  | Frutta (80)  |
|                        |  |  |
| <b>MARTEDÌ</b>         | Pastina in brodo vegetale con verdura passata                              | Pastina(30), brodo vegetale (150), verdura di stagione q.b., parmigiano grattugiato(3)           |
|                        | Filetti di platessa  | Filetti di platessa (30)   |
|                        | Purè di Carote   | Carote(30)   |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                        | Frutta di stagione frullata  | Frutta (80)  |
|                        |  |  |
| <b>MERCOLEDÌ</b>       | Passato di verdure con semolino/pastina/pastina/crema di riso/mais/tapioca | Crema di riso/ orzo/avena/mais/tapioca (30), verdure di stagione q.b., parmigiano grattugiato(3) |
|                        | Pollo al vapore macinato   | Carne di pollo(30)   |
|                        | Purè di verdure  | Verdure (30)   |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                        | Frutta di stagione frullata  | Frutta (80)  |
|                        |  |  |
| <b>GIOVEDÌ</b>         | Pastina in brodo vegetale con verdura passata                              | Pastina (30), brodo vegetale e verdura passata (150), parmigiano grattugiato(3)                  |
|                        | Parmigiano/ricotta vaccina   | Parmigiano (10)/ricotta vaccina (20)   |
|                        | Purè di Carote   | Carote(30)   |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                        | Frutta di stagione frullata  | Frutta (80)  |
|                        |  |  |
| <b>VENERDÌ</b>         | Passato di verdura con crema di riso/orzo/avena/mais/tapioca               | Crema di riso/ orzo/avena/mais/tapioca (30), verdure di stagione q.b., parmigiano grattugiato(3) |
|                        | Tuorlo d'uovo  | 1 tuorlo d'uovo (se introdotto a 9-10 mesi mezzo tuorlo d'uovo)                                  |
|                        | Purè di patate   | Patate (40)  |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                        | Frutta di stagione frullata  | Frutta (80)  |
|                        |  |  |

| <b>SECONDA SETTIMANA</b> |   | <b>Ingredienti con grammature per 6-12 mesi</b>                             |
|--------------------------|---|---|
| <b>LUNEDÌ</b>            | Passato di verdure con semolino                               | Semolino (30) , carote e zucchine, parmigiano grattugiato (3)               |
|                          | Pollo al vapore   | carne di pollo (30)   |
|                          | Purè di verdure   | Verdure (30)  |
|                          | Olio evo  | Olio evo (10) condimento totale   |
|                          | Frutta di stagione frullata                                   | Frutta (80)   |
| <b>MARTEDÌ</b>           | Crema di patate in brodo vegetale                             | Patate (150), brodo vegetale (150), parmigiano grattugiato (3)              |
|                          | Tuorlo d'uovo   | 1 tuorlo d'uovo (se introdotto a 9-10 mesi mezzo tuorlo d'uovo)             |
|                          | Purè di verdure   | Verdure (30)  |
|                          | Olio evo  | Olio evo (10) condimento totale   |
|                          | Frutta di stagione frullata                                   | Frutta (80)   |
| <b>MERCOLEDÌ</b>         | Passato di verdure con crema di cereali                       | Crema di cereali (30), verdure di stagione q.b., parmigiano grattugiato (3) |
|                          | Merluzzo al vapore  | Merluzzo (30)   |
|                          | Purè di verdure   | Verdure (30)  |
|                          | Olio evo  | Olio evo (10) condimento totale   |
|                          | Frutta di stagione frullata                                   | Frutta (80)   |
| <b>GIOVEDÌ</b>           | Brodo vegetale con pastina o pappa al pomodoro con minestrina | pastina(30), brodo vegetale (150), pomodoro, parmigiano grattugiato (3)     |
|                          | Manzo magro macinato  | carne di manzo (30)   |
|                          | Purè di verdure   | Verdure (30)  |
|                          | Olio evo  | Olio evo (10) condimento totale   |
|                          | Frutta di stagione frullata                                   | Frutta (80)   |
| <b>VENERDÌ</b>           | Passato di verdure con semolino                               | Semolino (30) , carote e zucchine   |
|                          | Parmigiano/ricotta vaccina/mozzarella                         | Parmigiano (10- nella pappa o a tocchetti)/ricotta vaccina/mozzarella (20)  |
|                          | Purè di Carote  | Carote(30)  |
|                          | Olio evo  | Olio evo (10) condimento totale   |
|                          | Frutta di stagione frullata                                   | Frutta (80)   |

Patate

| <b>TERZA SETTIMANA</b> |  | <b>Ingredienti con grammature per 6- 12 mesi</b>  |
|------------------------|--|---|
| <b>LUNEDÌ</b>          | Passato di verdure con crema di cereali                      | Crema di cereali (30), passato di verdure q.b., parmigiano grattugiato (3)                        |
|                        | Parmigiano/ricotta vaccina                                   | Parmigiano (10- nella pappa o a tocchetti)/ricotta vaccina (20)                                   |
|                        | Purè di verdure  | Verdure (30)  |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale   |
|                        | Frutta di stagione frullata                                  | Frutta (80)   |
| <b>MARTEDÌ</b>         | Passato di verdura con crema di riso/orzo/avena/mais/tapioca | Crema di riso/ orzo/avena/mais/tapioca (30), verdure di stagione q.b., parmigiano grattugiato (3) |
|                        | Tacchino al vapore   | Tacchino (30)   |
|                        | Purè di verdure  | Verdure (30)  |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale   |
|                        | Frutta di stagione frullata                                  | Frutta (80)   |
| <b>MERCOLEDÌ</b>       | Brodo vegetale con semolino/cereali/pastina/crema di riso    | Semolino/cereali/pastina/crema di riso (30), brodo vegetale (150), parmigiano grattugiato (3)     |
|                        | Merluzzo/platessa  | Merluzzo/platessa(30)   |
|                        | Purè di verdure  | Verdure (30)  |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale   |
|                        | Frutta di stagione frullata                                  | Frutta (80)   |
| <b>GIOVEDÌ</b>         | Brodo vegetale con semolino/cereali/pastina/crema di riso    | Semolino/cereali/pastina/crema di riso (30), brodo vegetale (150), parmigiano grattugiato (3)     |
|                        | Polpette di pollo o pollo al vapore macinato                 | Carne di pollo (30), latte, mollica di pane q.b.  |
|                        | Purè di verdure  | Verdure (30)  |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale   |
|                        | Frutta di stagione frullata                                  | Frutta (80)   |
| <b>VENERDÌ</b>         | Passato di verdure con crema di riso                         | Brodo vegetale con verdure passate crema di riso (25)   |
|                        | Tuorlo d'uovo  | 1 tuorlo d'uovo (se introdotto a 9-10 mesi mezzo tuorlo d'uovo)                                   |
|                        | Purè di patate   | Patate (40)   |
|                        | Olio evo   | Olio evo (10) condimento totale   |
|                        | Frutta di stagione frullata                                  | Frutta (80)   |

Crema

| <b>QUARTA SETTIMANA</b> |  | <b>Ingredienti con grammature per 6-12mesi</b>   |
|-------------------------|--|--|
| <b>LUNEDÌ</b>           | Brodo vegetale con pastina/crema di riso   | Pastina/crema di riso (30), brodo vegetale (150), parmigiano grattugiato (3)                                   |
|                         | Mozzarella/robiola                         | Mozzarella/robiola (20)  |
|                         | Purè di patate                             | Patate (40)  |
|                         | Olio evo                                   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                         | Frutta di stagione frullata                | Frutta (80)  |
|                         |  |  |
| <b>MARTEDÌ</b>          | Crema di carote e patate in brodo vegetale | Patate(150), carote(30), brodo vegetale (150), parmigiano grattugiato (3)                                      |
|                         | Tuorlo d'uovo                              | 1 tuorlo d'uovo (se introdotto a 9-10 mesi mezzo tuorlo d'uovo)  |
|                         | Purè di verdure                            | Verdure (30)   |
|                         | Olio evo                                   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                         | Frutta di stagione frullata                | Frutta (80)  |
|                         |  |  |
| <b>MERCOLEDÌ</b>        | Riso in brodo vegetale                     | Riso (30), brodo vegetaleq.b. , parmigiano grattugiato (3)   |
|                         | Tacchino frullato                          | Carne di tacchino (30)   |
|                         | Carote schiacciate                         | Carote (30)  |
|                         | Olio evo                                   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                         | Frutta di stagione frullata                | Frutta (80)  |
|                         |  |  |
| <b>GIOVEDÌ</b>          | Passato di legumi con pasta o riso         | Brodo vegetale con verdure passate +pastina/riso (25)+fagioli e/o ceci secchi (20), parmigiano grattugiato (3) |
|                         |  |  |
|                         | Purè di verdure                            | Verdure (30)   |
|                         | Olio evo                                   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                         | Frutta di stagione frullata                | Frutta (80)  |
|                         |  |  |
| <b>VENERDÌ</b>          | Passato di verdure con crema di cereali    | Brodo vegetale con verdure passate crema di cereali (30), parmigiano grattugiato (3)                           |
|                         | Codine di rospo/sogliola                   | Codine di rospo/sogliola (30)  |
|                         | Purè di verdure                            | Verdure (30)   |
|                         | Olio evo                                   | Olio evo (10) condimento totale  |
|                         | Frutta di stagione frullata                | Frutta (80)  |
|                         |  |  |