



Dipartimento di Prevenzione
UOSD Promozione della Salute
e Sorveglianza Nutrizionale



RICETTARIO TABELLA DIETETICA STANDARD



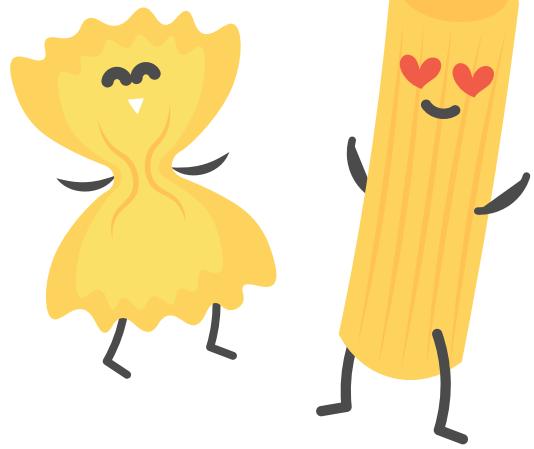
NIDO 6-8 mesi e 9-12 mesi

a cura di

**Dr.ssa Assunta Matino, Dr.ssa Gabriella Silvestri,
Dr.ssa Antonella Cappuccio, Dr.ssa Alessandra Lombardi
e Dr.ssa Renée Russo**

PRIMI PIATTI

Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 1P CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO

INGREDIENTI

Semolino
Carote
Olio extravergine d'oliva

GRAMMATURE

20 g
40 g
7 g

N. 2P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E CREMA MULTICEREALI

INGREDIENTI

Crema multicereali
Fagioli
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
secchi 10 g, cotti 30 g
7 g
q.b.

N. 3P CREMA DI ZUCCA CON SEMOLINO

INGREDIENTI

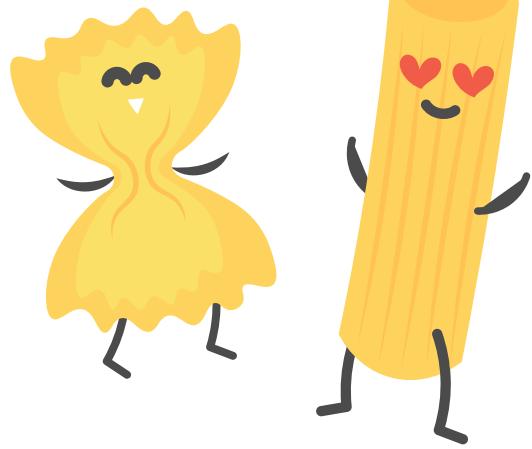
Semolino
Zucca
Olio extravergine d'oliva

GRAMMATURE

20 g
40 g
7 g

PRIMI PIATTI

Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 4P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E CREMA DI RISO

INGREDIENTI

Crema di riso
Lenticchie
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
secche 10 g, cotte 30 g
7 g
q.b.

N. 5P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA DI MAIS E TAPIOCA

INGREDIENTI

Crema di mais e tapioca
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
7 g
q.b.

N. 6P CREMA DI ZUCCA CON CREMA DI RISO

INGREDIENTI

Crema di riso
Zucca
Olio extravergine d'oliva

GRAMMATURE

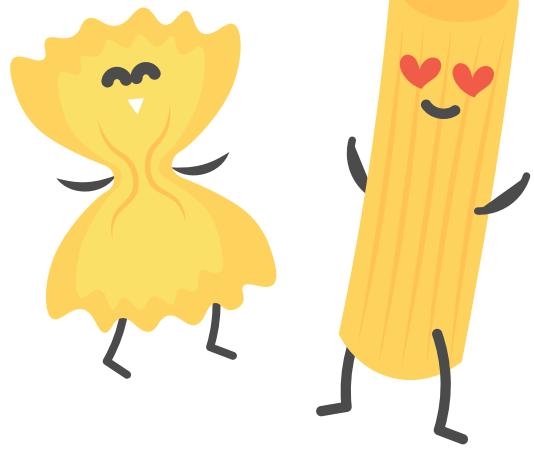
20 g
40 g
7 g



Dipartimento di Prevenzione UOSD Promozione della Salute
e Sorveglianza Nutrizionale
www.aslnapolilcentro.it

PRIMI PIATTI

Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 7P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO

INGREDIENTI

Semolino
Lenticchie
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
secche 10 g, cotte 30 g
7 g
q.b.

N. 8P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA MULTICEREALI

INGREDIENTI

Crema multicereali
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
7 g
q.b.

N. 9P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E SEMOLINO

INGREDIENTI

Semolino
Fagioli
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
secchi 10 g, cotti 30 g
7 g
q.b.

PRIMI PIATTI

Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 10P
**BRODO VEGETALE
CON PASSATO
DI VERDURE E
CREMA DI RISO**

INGREDIENTI
Crema di riso
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE
20 g
7 g
q.b.

N. 11P
**BRODO VEGETALE
CON PASSATO DI
VERDURE, FAGIOLI
E CREMA DI RISO**

INGREDIENTI
Crema di riso
Fagioli
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE
20 g
secchi 10 g, cotti 30 g
7 g
q.b.

N. 12P
**BRODO VEGETALE
CON PASSATO
DI VERDURE E
SEMOLINO**

INGREDIENTI
Semolino
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE
20 g
7 g
q.b.

PRIMI PIATTI

Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 13P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA 00

INGREDIENTI

Pastina 00
Fagioli
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
secchi 10 g, cotti 30 g
7 g
q.b.

N. 14P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA 00

INGREDIENTI

Pastina 00
Lenticchie
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
secche 10 g, cotte 30 g
7 g
q.b.

N. 15P BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA 00

INGREDIENTI

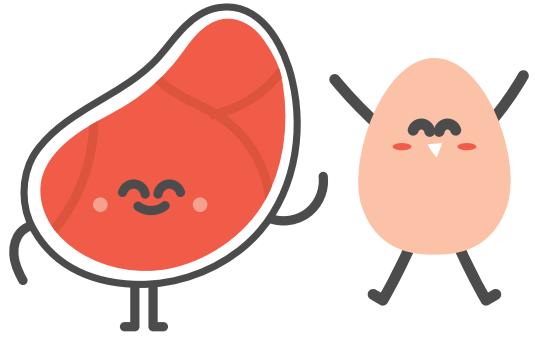
Pastina 00
Olio extravergine d'oliva
Brodo vegetale con
passato di verdure/
tuberi (carota, zucchine,
bietole, spinaci, patate)

GRAMMATURE

20 g
7 g
q.b.

SECONDI PIATTI

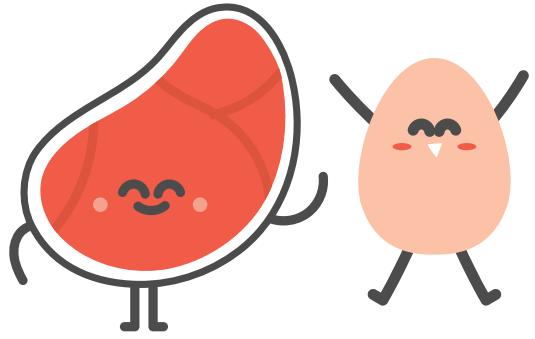
Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 1S LIOFILIZZATO/ OMOGENEIZZATO DI CONIGLIO	INGREDIENTI Omogeneizzato di coniglio Liofilizzato di coniglio	GRAMMATURE 40 g 5 g
N. 2S LIOFILIZZATO/ OMOGENEIZZATO DI AGNELLO	INGREDIENTI Omogeneizzato di agnello Liofilizzato di agnello	GRAMMATURE 40 g 5 g
N. 3S FILETTI DI NASELLO AL VAPORE TRITATI/ OMOGENEIZZATO DI NASELLO	INGREDIENTI Nasello Omogeneizzato di nasello	GRAMMATURE 20 g 40 g

SECONDI PIATTI

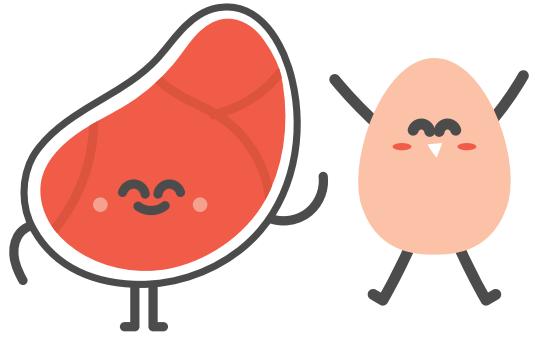
Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 4S PARMIGIANO GRATTUGIATO	INGREDIENTI	GRAMMATURE
	Parmigiano Reggiano	20 g
N. 5S PETTO DI TACCHINO AL VAPORE TRITATO/ OMOGENEIZZATO DI TACCHINO	INGREDIENTI	GRAMMATURE
	Tacchino	20 g
	Omogeneizzato di	40 g
	tacchino	
N. 6S CARNE DI BOVINO AL VAPORE TRITATA/ OMOGENEIZZATO DI BOVINO	INGREDIENTI	GRAMMATURE
	Bovino	20 g
	Omogeneizzato di	40 g
	bovino	

SECONDI PIATTI

Grammature a crudo e al netto
degli scarti delle ricette nido



N. 7S FORMAGGINO

INGREDIENTI

Formaggino

GRAMMATURE

22 g

N. 8S PETTO DI POLLO AL VAPORE TRITATO/ OMOGENEIZZATO DI POLLO

INGREDIENTI

Pollo
Omogeneizzato di pollo

GRAMMATURE

20 g
40 g

N. 9S CARNE DI MAIALE AL VAPORE TRITATA/ OMOGENEIZZATO DI CARNE

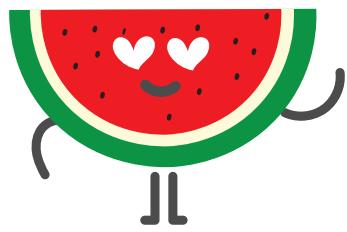
INGREDIENTI

Maiale
Omogeneizzato
di carne

GRAMMATURE

20 g
40 g

FRUTTA



OMOGENEIZZATO DI FRUTTA

INGREDIENTI

Omogeneizzato
di frutta

GRAMMATURE

40 g



Dipartimento di Prevenzione UOSD Promozione della Salute
e Sorveglianza Nutrizionale
www.aslnapolilcentro.it