

Scolina La Pli

Mangé sann te scolina

Gesundes Essen im Kindergarten

Alimentazione sana nelle scuole dell'infanzia

Alimentaziun sana: importanza por le svilup di mituns y dles mitans

Na alimentaziun sana, naturala y ecuilibrada é öna dles fondamèntes por le svilup di mituns y dles mitans. Èi y ères é tres en movimènt, descür so ambiènt incèria, sogà y impara: por fá döt chësc adora so corp tröpa energia. Na alimentaziun coreta ne pita nia ma l'energia de chëra che ai á debojegn, mo promöi ince le svilup fisich y mental, la capacità de concentrasiun y de rendimènt y renforza le sistem imunitar. Implü póra te n tèmp plü lunch ince prevení y sconé da maraties sciöche le diabetes, la presciun alta y l'obesité.

Te sü pröms agn de vita fej i mituns y les mitans esperiènzes cun l'alimentaziun che condizionará sü comportamènc alimentars tl dagní. Tan plü él important che ai y ares vègnes condüc pormez a alimènc frësc y sagns bele dai pröms agn insö y che ai impares lapró che "sann" pó ince ester "bun". Le mangé é suradöt ince na esperiènza di sènc. Ara nen vá da vire l'alimentaziun sciöche n fat cultural y da ti le trasmète inant ai mituns y ales mitans.



Alimentaziun balanzada y naturala tles scolines

Te scolina ti vëgnel dé na gran importanza al'alimentaziun. Te nostes valades ladines unse implü ciamó la gran fortuna da avëi te vigni scolina öna o de plü cöghes/un o de plü coghi cun formaziuns specifiches, che se fistidiëia vigni de da arjigné ca spëises frësches y cialdes, aladô di criters de cualité por na alimentaziun sana, bona y naturala.

Ausgewogene und nachhaltige Ernährung in den Kindergärten

Der Kindergarten legt großen Wert auf die Ernährung. In unseren ladinischen Tälern haben wir noch das große Glück, eine/n oder mehrere Köche/Köchinnen zu haben, die über eine spezifische Ausbildung verfügen. Sie achten darauf, jeden Tag frische und warme Gerichte zuzubereiten, anhand von Qualitätskriterien für eine gesunde, gute und nachhaltige Ernährung.



Le ritual dl mangé te scolina

Dlungia al ci che al vëgn mangé te scolina, ti vëgnel ince dé na gran importanza al co che al vëgn mangé. Al ti vëgn porchël dé na atenziun particulara ai comportamënc y ai rituai dan, tratan y do i momënc di pasc, por promöie insciö ti mituns y tles mitans na cultura dl mangé.

Sön la proscima plata ciafëise na descriziun de co che le ritual dl danmisdé y dla marëna é organisá te nosta scolina.

Il rituale dei pasti nella scuola dell'infanzia

Oltre al cibo che si mangia alla scuola dell'infanzia, si attribuisce molta importanza al modo in cui si consuma il cibo. Una particolare attenzione viene data ai comportamenti e ai rituali prima, durante e dopo i pasti, per promuovere nei bambini e nelle bambine la cultura del cibo.

Nella pagina successiva trovate una descrizione di come sono organizzati i rituali della merenda di metà mattinata e del pranzo nella nostra scuola dell'infanzia.



La spëisa te nosta scolina

!La spëisa te nosta scolina

I mituns y les mitans ciafa incër les 9.00 val' dal danmisdé.

Les cöghes arjigna cun gran varieté le danmisdé:

Verzöra, ordöra, iogurt, pan, jambun y ciajó.

Dan marëna arjigna le fant o la fancela sö les mëses.

I mituns y les mitans pó spo se senté jö pro mësa, olá che al é süa fotografia.

Do n pice ritual de scomenciamënt, na oraziun o na ciantia, pó

i mituns/les mitans se tó fora les salates y dedô ci che é söl menü.

I mituns y les mitans pó instësc se ciarié fora la marëna.

Nos educadësses ciarun da ti trasmëte le valur dl mangé sann y bun y i ciarun che i mituns y les mitans cërcia döt, zënza i sforzé da mangé.



Co tenunse pa sön mësä?



1



2



3



4



5



6

Come apparecchiamo
la tavola?



7

Co partiunse pa fora la marëna?

1



2



3



**Wie wir das Essen
austeilen**



Menü d'edema dla scolina

	DANMISDÉ JAUSE MEREDA	MARĒNA MITTAGESSEN PRANZO
LÖNESC MONTAG LUNEDÍ	DLACIN EIS GELATO	BUFÉ DE SALATA - PASTA DA POMODORO SALATBUFFET – NUDELN MIT TOMATENSAUCE BUFFET D'INSALATA – PASTA AL POMODORO
DEDOLÖNESC DIENSTAG MARTEDÍ	ORDÖRA FRĒSCA FRISCHES OBST FRUTTA FRESCA	BUFÉ DE SALATA – PIZA DA TONO SALATBUFFET – PIZZA MIT TUNFISCH BUFFET D'INSALATA – PIZZA AL TONNO
DEDEMESALEDAMA MITTWOCH MERCOLEDÍ	IOGURT CUN „MÜSLI“ JOGHURT MIT MÜSLI YOGURT CON MÜSLI	BUFÉ DE SALATA – STRES DA CHIRBA SALATBUFFET – SPÄTZLE MIT KÜRBIS BUFFET D'INSALATA – GNOCCHETTI DI ZUCCA
JÖBIA DONNERSTAG GIOVEDÍ	PREZA DUCIA HEFEZOPF TRECCIA DOLCE	BUFÉ DE SALATA – CERN CUN PIRÉ SALATBUFFET – GESCHNETZELTES MIT KARTOFFELPÜREE BUFFET D'INSALATA – SPEZZATINO DI CARNE CON PURÉ DI PATATE
VĚNDRES FREITAG VENERDÍ	ORDÖRA FRĒSCA FRISCHES OBST FRUTTA FRESCA	JOPA DA ORDE/PASTINA – TUTRES SUPPE MIT GERSTE/NUDELN – TIRTLEN MINISTRA CON ORZO/PASTINA – FRITELLE

**1° edema
1° Woche
1° settimana**

**2° edema
2° Woche
2° settimana**

	DANMISDÉ JAUSE MEREDA	MARĒNA MITTAGESSEN PRANZO
LÖNESC MONTAG LUNEDÍ	DE TE PICERES MOZARELES CUN POMODORI MOZZARELLA MIT CHERRY TOMATEN MOZZARELLINE E POMODORINI	BUFÉ DE SALATA – STRES DA SPINOT CUN JAMBUN Y BRAMA SALATBUFFET – SPINATSPÄTZLE MIT SCHINKEN UND SAHNE BUFFET D'INSALATA – GNOCCHETTI DI SPINACI CON PROSCIUTTO E PANNA
DEDOLÖNESC DIENSTAG MARTEDÍ	SÜCH DE POMS Y „GRISSINI“ APFELSAFT MIT GRISSINI SUCCO DI MELA CON GRISSINI	BROCOLI – GOLASC DE ARMĚNT CUN POLĚNTA BROKKOLI – RINDSGULASCH MIT POLENTA BROCCOLI – SPEZZATINO DI MANZO CON POLENTA
DEDEMESALEDAMA MITTWOCH MERCOLEDÍ	BUDIN PUDDING BUDINO	BUFÉ DE SALATA – “LASAGNE” SALATBUFFET – LASAGNE BUFFET D'INSALATA – LASAGNE
JÖBIA DONNERSTAG GIOVEDÍ	IOGURT CUN “CORNFLAKES” JOGHURT MIT CONRNFLAKES YOGURT CON FIOCCHI DI MAIS	BUFÉ DE SALATA – GNOCH DA SONI CUN SOSSA DA POMODORO SALATBUFFET – KARTOFFELNOCKEN MIT TOMATENSAUCE BUFFET D'INSALATA – GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO
VĚNDRES FREITAG VENERDÍ	COMPOT KOMPOTT FRUTTA COTTA	BUFÉ DE SALATA – BACHĚC DE PĚSC/PĚSC IMPANĚ CUN SONI CÖC SALATBUFFET – FISCHSTÄBCHEN/PANIERTER FISCH MIT KARTOFFELN BUFFET D'INSALATA – BASTONCINI DI PESCE/PESCE IMPANATO CON PATATE LESSE

	DANMISDÉ JAUSE MEREDA	MARĒNA MITTAGESSEN PRANZO
LÖNESC MONTAG LUNEDÍ	ORDÖRA FRĒSCA FRISCHES OBST FRUTTA FRESCA	BUFÉ DE SALATA – GNOCH DA CIAJÓ SALATBUFFET – KÄSENOCKEN BUFFET D'INSALATA – GNOCCHI AL FORMAGGIO
DEDOLÖNESC DIENSTAG MARTEDÍ	IOGURT CUN ORDÖRA JOGHURT MIT OBST YOGURT CON FRUTTA	ARBĚIES– PIET DE GALÜC CUN POMMES ERBSEN – HÜNCHEN MIT POMMES PISELLI – POLLO CON PATATE FRITTE
DEDEMESALEDAMA MITTWOCH MERCOLEDÍ	“MOUSSE” DA CIUCHELADA BLANCIA WEISSE SCHOKOLADENMOUSSE MOUSSE AL CIOCCOLATO BIANCO	BUFÉ DE SALATA – GOLASC DA SONI CUN PAN INTEGRAL BROKKOLI – KARTOFFELGULASCH MIT VOLLKORNBROT BROCCOLI – GULASCH DI PATATE CON PANE INTEGRALE
JÖBIA DONNERSTAG GIOVEDÍ	PÜCIA SĚCIA CUN LAT SCHÜTTTEL BROT MIT MILCH PANE DI SEGALE CROCCANTE CON LATTE	BUFÉ DE SALATA – PASTA DA RAGÜ SALATBUFFET – NUDELN MIT RAGOUT BUFFET D'INSALATA – PASTA AL RAGÜ
VĚNDRES FREITAG VENERDÍ	TURTA DE FURN KUCHEN TORTA	BUFÉ DE SALATA – POLĚNTA CUN SGOMBRI Y CIAJÓ SALATBUFFET – POLENTA MIT MAKRELEN UND KÄSE BUFFET D'INSALATA – POLENTA CON SGOMBRI E FORMAGGIO

**3° edema
3° Woche
3° settimana**

4° edema
4° Woche
4° settimana

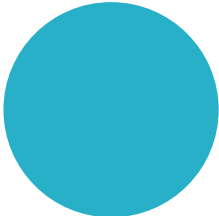
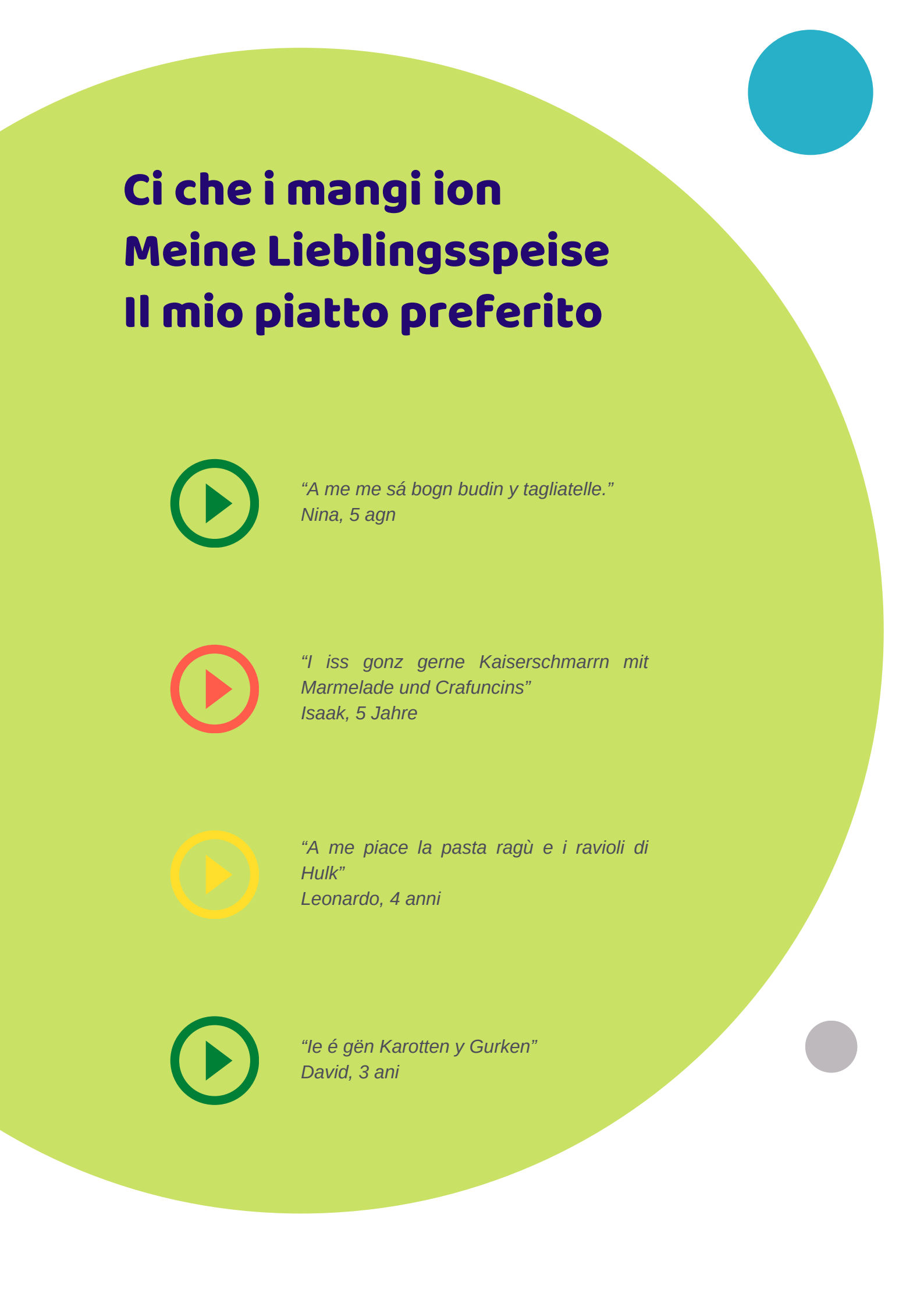
	DANMISDÉ JAUSE MEREDA	MARĚNA MITTAGESSEN PRANZO
LÖNESC MONTAG LUNEDÍ	VERZÖRA CRÖA VERDURA CRUDA Verdura cruda	BUFÉ DE SALATA – PASTA DA PĚSC SALATBUFFET – NUDELN MIT FISCHSAUCE BUFFET D'INSALATA – PASTA CON PESCE
DEDOLÖNESC DIENSTAG MARTEDÍ	BANANA CUN CIUCHELADA BANANE MIT SCHOKOLADE BANANA CON CIOCCOLATO	BUFÉ DE SALATA – RIJOTO DA CERN SALATBUFFET – REISFLEISCH BUFFET D'INSALATA – RISOTTO CON CARNE
DEDEMESALEDEMA MITTWOCH MERCOLEDÍ	BUDIN DA BRAMA SAHNEPUDDING PANNA COTTA	BUFÉ DE SALATA – BALES DA CIOCE/VERZÖRA SALATBUFFET – KNÖDEL MIT SPECK/GEMÜSE BROCCOLI – CANEDERLI CON SPECK/VERDURE
JÖBIA DONNERSTAG GIOVEDÍ	IOGURT CUN FRÜC JOGHURT MIT FRÜCHTEN YOGURT CON FRUTTA	VERZÖRA CIALDA – GOLASC DE TACHIN CUN STRES WARMES GEMÜSE – TRUTHAHNGULASCH MIT SPÄTZLE VERDURA CALDA – GULASCH DI TACCHINO CON GNOCCHETTI
VĚNDRES FREITAG VENERDÍ	TURTA DE FURN KUCHEN TORTA	BUFÉ DE SALATA – GNOCH ALA ROMANA CUN SOSSA DE POMODORI SALATBUFFET – RÖMISCHE GRIESSNOCKEN MIT TOMATENSAUCE BUFFET D'INSALATA – GNOCCHI ALLA ROMANA CON SUGO AL POMODORO

	DANMISDÉ JAUSE MEREDA	MARĚNA MITTAGESSEN PRANZO
LÖNESC MONTAG LUNEDÍ	MACEDONIA OBSTALAT MACEDONIA	BUFÉ DE SALATA – PASTA CUN JAMBUN Y SOSSA DE CIAJÓ SALATBUFFET – NUDELN MIT SCHINKEN UND KÄSESAUCE BUFFET D'INSALATA – PASTA CON PROSCIUTTO E SALSA AL FORMAGGIO
DEDOLÖNESC DIENSTAG MARTEDÍ	ORDÖRA FRĚSCA FRISCHES OBST FRUTTA FRESCA	VERZÖRA CIALDA – CERN IMPANADA CUN SONI AJI WARMES GEMÜSE – WIENERSCHNITZEL MIT KARTOFFEL SALAT VERDURA CALDA – BISTECCA ALLA MILANESE CON INSALATA DI PATATE
DEDEMESALEDEMA MITTWOCH MERCOLEDÍ	PAN DA CIÖTE CUN CIAJÓ DA STRAIHĚ QUARKBROT MIT KÄSEAUFLAGE PANE AL QUARK CON FORMAGGIO SPALMABILE	BUFÉ DE SALATA – PĚSC TE FURN CUN SONI SALATBUFFET – FISCH IM OFEN MIT KARTOFFELN BROCCOLI – PESCE AL FORNO E PATATE
JÖBIA DONNERSTAG GIOVEDÍ	ORDÖRA FRĚSCA FRISCHES OBST FRUTTA FRESCA	CREMA DA VERZÖRA – PIZA GEMÜSECREMSUPPE – PIZZA VELLUTATA DI VERDURE – PIZZA
VĚNDRES FREITAG VENERDÍ	IOGURT CUN ORDÖRA JOGHURT MIT OBST YOGURT CON FRUTTA	BUFÉ DE SALATA – POLPETES DE MIÉ/FAJÓIS CUN SOSSA DE POMODORO SALATBUFFET – KLÖSSCHEN MIT KICHERERBSEN/HIRSE UND TOMATENSAUCE BUFFET D'INSALATA – POLPETTE DI MIGLIO/CECI CON SUGO AL POMODORO

5° edema
5° Woche
5° settimana

6° edema
6° Woche
6° settimana

	DANMISDÉ JAUSE MEREDA	MARĚNA MITTAGESSEN PRANZO
LÖNESC MONTAG LUNEDÍ	VERZÖRA CRÖA VERDURA CRUDA VERDURA CRUDA	BUFÉ DE SALATA – POZI CUN SALMUN SALATBUFFET – BANDNUDELN MIT LACHS BROCCOLI – TAGLIATELLE AL SALMONE
DEDOLÖNESC DIENSTAG MARTEDÍ	TURTA KUCHEN DOLCE	BUFÉ DE SALATA – BALOTES DA RUNI/SPINOT SALATBUFFET – KNÖDEL MIT ROHNEN/SPINAT BUFFET D'INSALATA – CANEDERLI CON RAPE ROSSE/SPINACI
DEDEMESALEDEMA MITTWOCH MERCOLEDÍ	"MOUSSE" MOUSSE MOUSSE	BUFÉ DE SALATA – CAJINCÍ BLANC SALATBUFFET – SCHLUTZKRAPPEN BUFFET D'INSALATA – MEZZELUNE
JÖBIA DONNERSTAG GIOVEDÍ	IOGURT CUN ORDÖRA JOGHURT MIT OBST YOGURT CON FRUTTA	VERZÖRA CIALDA – POLPĚTES CUN RIJI WARMES GEMÜSE – FLEISCHKLÖSSCHEN MIT REIS VERDURA CALDA – POLPETTE CON RISO
VĚNDRES FREITAG VENERDÍ	ORDÖRA FRĚSCA FRISCHES OBST FRUTTA FRESCA	JOPA DA PASTINA – "BRUSCHETTE" NUDEL SUPPE – BRUSCHETTE MINESTRA CON PASTINA – BRUSCHETTE



Ci che i mangi ion Meine Lieblingsspeise Il mio piatto preferito



"A me me sá bogn budin y tagliatelle."
Nina, 5 agn



*"I iss gonz gerne Kaiserschmarrn mit
Marmelade und Crafuncins"*
Isaak, 5 Jahre



*"A me piace la pasta ragù e i ravioli di
Hulk"*
Leonardo, 4 anni



"Ie é gën Karotten y Gurken"
David, 3 ani





Contat

Scolina La Pli

Str. La Pli 43

39033 Enneberg/La Pli/Pieve di Marebbe (BZ)

kg_lapli@schule.suedtirol.it