

Checklist alimenti introdotti a casa

Asilo Nido — Comune di Venarotta

Gentili genitori,

prima dell'ingresso al nido vi chiediamo di compilare questa checklist indicando, per ciascun alimento, se è già stato introdotto a casa. Le informazioni sono utili al personale educativo e alla cucina per proporre al vostro bambino/a solo alimenti già sperimentati, in accordo con le indicazioni del pediatra e in sicurezza rispetto a eventuali intolleranze o allergie.

Nome e cognome del bambino/a: _____

Data di nascita: _____ Data compilazione: _____

Nota: per ogni alimento contrassegnato con "No", segnalate anche eventuali intolleranze, allergie note o motivi della mancata introduzione nella colonna Note.

Cereali, farine e derivati

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Pasta di semola	☐ Sì ☐ No	
Pasta integrale	☐ Sì ☐ No	
Pastina	☐ Sì ☐ No	
Riso	☐ Sì ☐ No	
Orzo (perlato)	☐ Sì ☐ No	
Semolino	☐ Sì ☐ No	
Farina	☐ Sì ☐ No	
Avena	☐ Sì ☐ No	
Mais	☐ Sì ☐ No	
Tapioca	☐ Sì ☐ No	
Gnocchi di semola	☐ Sì ☐ No	
Pane	☐ Sì ☐ No	
Pane semintegrale	☐ Sì ☐ No	
Pangrattato / mollica di pane	☐ Sì ☐ No	
Ciambellone (dolce da forno)	☐ Sì ☐ No	

Legumi

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Lenticchie	☐ Sì ☐ No	
Lenticchie rosse decorticate	☐ Sì ☐ No	
Ceci	☐ Sì ☐ No	
Fagioli	☐ Sì ☐ No	

Carne

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Pollo	☐ Sì ☐ No	
Tacchino	☐ Sì ☐ No	
Vitello	☐ Sì ☐ No	
Vitellone	☐ Sì ☐ No	
Manzo	☐ Sì ☐ No	
Roast beef di bovino	☐ Sì ☐ No	

Pesce

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Merluzzo	☐ Sì ☐ No	
Platessa	☐ Sì ☐ No	
Sogliola	☐ Sì ☐ No	
Coda di rospo / codine di rospo	☐ Sì ☐ No	

Uova e latticini

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Uovo (tuorlo)	☐ Sì ☐ No	
Uovo intero	☐ Sì ☐ No	
Parmigiano grattugiato	☐ Sì ☐ No	
Formaggio grana	☐ Sì ☐ No	
Caciotta	☐ Sì ☐ No	
Mozzarella	☐ Sì ☐ No	
Robiola	☐ Sì ☐ No	
Ricotta vaccina	☐ Sì ☐ No	
Latte	☐ Sì ☐ No	

Verdure

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Carote	☐ Sì ☐ No	

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Finocchi	☐ Sì ☐ No	
Spinaci	☐ Sì ☐ No	
Bietola / bietoline	☐ Sì ☐ No	
Broccoli	☐ Sì ☐ No	
Piselli	☐ Sì ☐ No	
Zucca	☐ Sì ☐ No	
Patate	☐ Sì ☐ No	
Sedano	☐ Sì ☐ No	
Cipolla	☐ Sì ☐ No	
Insalata	☐ Sì ☐ No	
Verdure miste / di stagione (generiche)	☐ Sì ☐ No	

Frutta

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Frutta fresca di stagione (varie tipologie, da introdurre singolarmente)	☐ Sì ☐ No	

Condimenti e altro

ALIMENTO	GIÀ INTRODOTTO A CASA?	NOTE (eventuali reazioni)
Olio extravergine di oliva	☐ Sì ☐ No	
Zafferano	☐ Sì ☐ No	
Erbe aromatiche	☐ Sì ☐ No	
Limone	☐ Sì ☐ No	
Brodo vegetale	☐ Sì ☐ No	

Firma del genitore/tutore: _____