

Dieta speciale: **B4** **DIETA PRIVA DI LIEVITI**
 Nome e Cognome: _____
 Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – B4 – DIETA PRIVA DI LIEVITI
Primavera - Estate

Menù Scuola Primaria e Secondaria di I° grado			PRIMAVERA - ESTATE		
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta al pomodoro Rotolo di frittata senza formaggio Pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta con olive Hamburger di vitellone Carote julienne Merenda Frutta	Risotto primavera o con zucchine Caprese: pomodoro, mozzarella, basilico Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al pomodoro Arrosto di fesa di tacchino al limone Insalata mista Merenda Frutta	Pasta al pomodoro e ricotta Platessa al forno senza pangrattato Fagiolini Merenda Frutta
2	Pasta al ragù Formaggi Zucchine al forno senza pangrattato / Pinzimonio di verdura Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al peperone/ aglio e olio Prosciutto crudo e melone o patate al forno (in primavera) Merenda Frutta	Minestrina* in passato di verdura Fettina di vitellone Insalata mista Merenda Latte biscotti speciali	Riso e salvia o con la zucca Bocconcini di pollo senza pangrattato Pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta/gnocchi al pomodoro Frittata con verdure preparata senza formaggio Carote julienne Merenda Frutta
3	Riso in bianco Arrosto di lonza pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Lasagne alla bolognese senza parmigiano crescenza* Insalata/ Pinzimonio di verdura Merenda Frutta	Minestra di verdure con riso/pastina Fettina di vitellone carote /fagiolini Merenda Latte biscotti speciali	Pasta alla pizzaiola Fettina/straccetti di tacchino al forno senza pangrattato Piselli al burro Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al pomodoro o in bianco Filetto di merluzzo Pomodori Merenda Frutta
4	Pasta con zucchine/piselli Ricotta/prosciutto crudo Fantasia di ortaggi/melone Merenda Frutta	Risotto/zucca/porri o in bianco Cosce/anche di pollo al rosmarino Pomodoro Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta pomodoro e basilico Hamburger di vitellone Peperonata Merenda Frutta	Passato di verdura con pastina* Fettina di tacchino Spinaci al burro Merenda Frutta	Pasta al sugo di pomodoro/pesce Fettina di vitellone Insalata e carote Merenda Frutta
5	Minestrina vegetale con pastina /orzo Rotolo di frittata senza parmigiano Pomodoro Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al pomodoro con melanzane Bocconcini di pollo alle erbe senza pangrattato Carote julienne Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta al burro senza grana Arrosto di vitellone con verdure Piselli Merenda Frutta	Lasagne al ragù senza parmigiano Formaggi misti* Insalata Merenda Frutta	Risotto allo zafferano Filetto di merluzzo o insalata di pesce con patate Fagiolini e patate Merenda Frutta
6	Pastina in brodo di carne/vegetale Bollito con salsa rossa/ Fettina di vitellone Zucchine al forno senza pangrattato Merenda Frutta	Pasta e fagioli Ricotta insalata Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta aglio e olio Sogliola/Platessa al forno senza pangrattato Insalata mista Merenda Frutta	Pasta con zucca/zucchine o riso in bianco Bocconcini senza pangrattato o scaloppine di pollo Pomodori Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al pomodoro Fettina di vitellone Carote julienne Merenda Frutta
ANNO SCOLASTICO	DATA INIZIO MENU'	SETTIMANA MENU'	DATA FINE MENU'	SETTIMANA MENU'	
2011 – 2012					

NOTE

- le porzioni vengono dimezzate perché associati a piatti "unici"
- non viene impiegata pasta all'uovo nel menù
- le verdure indicate possono essere sostituite con altre
- i contorni sono conditi solo con olio extravergine

NON AGGIUNGERE GRANA, PARMIGIANO

NO PANE: si può sostituire con prodotti speciali non lievitati o con lievitazione chimica

La frutta su richiesta della scuola è servita a metà mattina alle classi del tempo pieno ed alla scuola di infanzia, a fine pasto alle classi a modulo e secondarie di 1° grado; la merenda è distribuita ai frequentanti la scuola dell'infanzia. Il menù può subire variazioni, la cui comunicazione viene affissa presso la mensa.

Dieta speciale: **B4** **DIETA PRIVA DI LIEVITI**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – B4 – DIETA PRIVA DI LIEVITI
Autunno - Inverno

Menù Scuola Primaria e Secondaria di I° grado					AUTUNNO - INVERNO
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta in bianco con olive Prosciutto crudo o cotto Patate al forno Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta al pomodoro Scaloppine/straccetti di tacchino al limone Verza Merenda Frutta	Pasta con ricotta e spinaci Filetto di merluzzo al forno senza pangrattato /pizzaiola Insalata Merenda Latte biscotti speciali	Polenta/Pasta bianca Brasato/ trito di vitellone Lenticchie/Carote Merenda Frutta	Minestrina vegetale Fettina di pollo finocchi Merenda Frutta
2	Pastina in brodo di carne Bollito di vitellone affettato Verza Merenda Latte biscotti speciali	Pasta alla pizzaiola Arrosto di lonza alla mela Purè Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta e fagioli Fettina di vitellone Carote julienne Merenda Frutta	Pasta aglio e olio Bocconcini di pollo alle erbe senza pangrattato Spinaci al burro Merenda Latte e biscotti speciali	Minestrina di verdura con pastina* Fettina di tacchino Finocchi Merenda Frutta
3	Pasta al ragù di vitellone Crescenza o mozzarella Finocchi Merenda Latte biscotti speciali	Passato di verdura con pasta o riso Cosce/anche di pollo al rosmarino Carote julienne Merenda Frutta	Pasta ricotta e spinaci Frittata al forno senza parmigiano Insalata Merenda Frutta	Polenta/ Pasta bianca Spezzatino di vitellone con piselli in umido Merenda Latte e biscotti speciali	Riso in bianco o con zucca Plattessa al forno senza pangrattato Patate al prezzemolo Merenda Frutta
4	Pasta al pomodoro Rotolo di frittata senza formaggio Carote julienne Merenda Frutta	Pasta e fagioli Coppa piacentina/ Formaggi freschi * Insalata Merenda Tè e biscotti speciali	Risotto con zucca o in bianco Hamburger di vitellone con salsa rossa Finocchi Merenda Frutta	Minestrina vegetale Arrosto o fettina di tacchino Verza o broccoletti gratinati senza pangrattato Merenda Latte biscotti speciali	Pasta aglio olio/Pasta al sugo di pesce Fettina di vitellone Insalata mista Merenda Frutta
5	Pasta al pomodoro Fettina di tacchino Erbette al burro Merenda Frutta	Passato di verdura con pastina* Fettina di vitellone Insalata mista Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta e piselli Scaloppina/bocconcini di pollo senza pangrattato agli agrumi Carote julienne Merenda Frutta	Risotto allo zafferano Fettina di vitellone Fagiolini Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al burro Filetto di pesce al forno senza pangrattato Patate al prezzemolo Merenda Frutta
6	Pasta con ricotta e zucca o spinaci Arrosto di lonza Piselli in umido Merenda Latte biscotti speciali	Pastina in brodo di carne Bollito di vitellone con salsa rossa o verde Finocchi Merenda Frutta	Pasta bianca Sogliola/plattessa al forno senza pangrattato Insalata mista Merenda Tè e biscotti speciali	Lasagne alla bolognese senza besciamella e parmigiano Ricotta/Crescenza* Carote julienne Merenda Frutta	Risotto al pomodoro/ in bianco Frittata al forno senza parmigiano Verza Merenda Latte biscotti speciali
ANNO SCOLASTICO		DATA INIZIO MENU'	SETTIMANA MENU'	DATA FINE MENU'	SETTIMANA MENU'
2011 – 2012					

NOTE:

- le porzioni vengono dimezzate perché associati a piatti "unici"
- non viene impiegata pasta all'uovo nel menù
- le verdure indicate possono essere sostituite con altre
- i contorni sono conditi solo con olio extravergine

NON AGGIUNGERE GRANA, PARMIGIANO

NO PANE: si può sostituire con prodotti speciali non lievitati o con lievitazione chimica

La frutta su richiesta della scuola è servita a metà mattina alle classi del tempo pieno ed alla scuola di infanzia, a fine pasto alle classi a modulo e secondarie di 1° grado; la merenda è distribuita ai frequentanti la scuola dell'infanzia. Il menù può subire variazioni, la cui comunicazione viene affissa presso la mensa.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale

Servizio Dietetico Aziendale

Tel. 0523 302204 - Fax 0523 302965

Dieta speciale: **B4** **DIETA PRIVA DI LIEVITI**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NELLA DIETA PRIVA DI LIEVITI

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none">• yogurt• Formaggi fermentati (gorgonzola, camembert, brie, rochefort, caprini, ecc)• Latte fermentato	<ul style="list-style-type: none">• Latte• Formaggi freschi (es ricotta)
UOVA	<ul style="list-style-type: none">• frittata	<ul style="list-style-type: none">• uova• frittata senza formaggio
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none">• pane• pizza, focaccia, prodotti d forno• ciambelle, torte, biscotti, dolci contenenti lievito di birra• prodotti da forno a lievitazione naturale (pane, pancarrè, tortine, merendine, pan di spagna, cracker, fette biscottate, grissini, schiacciatine ecc• cibi impanati e/o con aggiunta di pan grattato • crocchette di patate	<ul style="list-style-type: none">• prodotti da forno speciali non lievitati o con lievitazione chimica• cereali elaborati non lievitati (pasta, riso, farro, ecc)
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none">• polpettone/ine di carne• cotoletta di carne• crocchette o cotolette di pesce• Polpette o bastoncini di pesce	<ul style="list-style-type: none">• Carne• polpettine di carne o pesce con sola infarinatura• fettina di carne con sola infarinatura
VERDURA	<ul style="list-style-type: none">• Tortini e crocchette di verdure• Torte salate con verdure• Verdure gratinate	<ul style="list-style-type: none">• Tutte eccetto quelle da evitare
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none">• Succhi di frutta con yogurt aggiunto	<ul style="list-style-type: none">• Tutta eccetto quella da evitare
VARIE	<ul style="list-style-type: none">• Birra• Estratto di lievito	