

Dieta speciale: **B6** **DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – B6 – DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE
Primavera - Estate

<i>Menù Scuola Primaria e Secondaria di I° grado</i>					PRIMAVERA - ESTATE						
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta bianca senza grana Rotolo di frittata senza formaggio Pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta bianca senza olive e grana Hamburger di vitellone Carote julienne Merenda Frutta	Risotto primavera o con zucchine senza pomodoro e grana Caprese: pomodoro, mozzarella, basilico Merenda Latte biscotti speciali	Pasta all'olio e basilico senza grana Arrosto di fesa di tacchino al limone Insalata mista Merenda Frutta	Pasta alla ricotta senza pomodoro e grana Platessa al forno senza pangrattato e grana Fagiolini freschi o surgelati Merenda Frutta						
2	Pasta al ragù senza pomodoro o bianca senza grana Fettina di vitellone Zucchine al forno senza pangrattato e grana / Pinzimonio di verdura fresca o surgelata Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al peperone senza pomodoro / aglio e olio senza grana Fettina di tacchino Patate al forno Merenda Frutta	Minestrina* in passato di verdura senza pomodoro e grana Fettina di vitellone Insalata mista Merenda Latte biscotti speciali	Riso e salvia o con la zucca senza pomodoro e grana Bocconcini di pollo senza pangrattato Pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta bianca senza grana Frittata con verdure senza formaggio Carote julienne Merenda Frutta						
3	Riso bianco all'olio senza grana Arrosto di lonza Pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta al ragù senza pomodoro o bianca senza grana Fettina di pollo Insalata/ Pinzimonio di verdura fresca o surgelata Merenda Frutta	Minestrina di verdura con riso/pastina senza pomodoro e grana Fettina di vitellone carote / fagiolini freschi o surgelati Merenda Latte biscotti speciali	Pasta bianca senza grana Fettina/straccetti di tacchino al forno senza pangrattato Piselli freschi o surgelati al burro Merenda Latte biscotti speciali	Pasta all'olio e basilico senza grana Filetto di merluzzo Pomodori Merenda Frutta						
4	Pasta con zucchine/ piselli freschi o surgelati senza pomodoro e grana Fettina di vitellone Fantasia di ortaggi freschi o surgelati / melone Merenda Frutta	Riso all'olio /zucca/porri senza pomodoro e grana Cosce/anche di pollo al rosmarino Pomodoro Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta all'olio e basilico senza grana Hamburger di vitellone Peperonata Merenda Frutta	Passato di verdura con pastina* senza pomodoro e grana Fettina di tacchino Spinaci al burro Merenda Frutta	Pasta bianca senza grana Fettina di vitellone Insalata e carote Merenda Frutta						
5	Minestrina vegetale con pastina /orzo senza pomodoro e grana Rotolo di frittata senza formaggio Pomodoro Merenda Latte biscotti speciali	Pasta con melanzane senza pomodoro e grana Bocconcini di pollo alle erbe senza pangrattato Carote julienne Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta al burro e grana Arrosto di vitellone con verdure Piselli freschi o surgelati Merenda Frutta	Pasta all'olio e basilico senza grana Fettina di tacchino Insalata Merenda Frutta	Risotto allo zafferano senza grana Filetto di merluzzo o insalata di pesce con patate senza pomodoro Fagiolini freschi o surgelati e patate Merenda Frutta						
6	Pastina in brodo di carne/vegetale senza pomodoro e grana Bollito senza salsa rossa / Fettina di vitellone Zucchine al forno senza pangrattato e grana Merenda Frutta	Pasta bianca senza grana Fettina di pollo insalata Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta aglio e olio senza grana Sogliola/Platessa al forno senza pangrattato e grana Insalata mista Merenda Frutta	Pasta con zucca/zucchine senza pomodoro o riso all'olio senza grana Bocconcini senza pangrattato o scaloppine di pollo Pomodori Merenda Latte biscotti speciali	Pasta bianca senza grana 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: **B6** **DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – B6 – DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE
Autunno – Inverno

Menù Scuola Primaria e Secondaria di 1° grado					AUTUNNO - INVERNO
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta bianca senza olive e grana Fettina di vitellone Patate al forno Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta bianca senza grana Scaloppine/straccetti di tacchino al limone Verza Merenda Frutta	Pasta con ricotta e spinaci freschi o surgelati senza grana Filetto di merluzzo al forno senza pangrattato e pomodoro Insalata Merenda Latte biscotti speciali	Polenta/Pasta bianca senza grana Brasato/ trito di vitellone Lenticchie secche/Carote Merenda Frutta	Minestrina vegetale senza pomodoro e grana Fettina di pollo finocchi Merenda Frutta
2	Pastina in brodo di carne senza pomodoro e grana Bollito di vitellone affettato senza salsa rossa Verza Merenda Latte biscotti speciali	Pasta bianca senza grana Arrosto di lonza alla mela Purè Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta e fagioli freschi o surgelati senza pomodoro e grana Fettina di vitellone Carote julienne Merenda Frutta	Pasta aglio e olio senza grana Bocconcini di pollo alle erbe senza pangrattato Spinaci al burro Merenda Latte e biscotti speciali	Minestrina di verdura con pastina* senza pomodoro e grana Fettina di tacchino Finocchi Merenda Frutta
3	Pasta al ragù senza pomodoro e grana Fettina di vitellone Finocchi Merenda Latte biscotti speciali	Passato di verdura con pastina o riso senza pomodoro e grana Cosce/anche di pollo al rosmarino Carote julienne Merenda Frutta	Pasta con ricotta e spinaci freschi o surgelati senza grana Frittata al forno senza formaggio Insalata Merenda Frutta	Polenta/ Pasta bianca senza grana Spezzatino di vitellone con piselli freschi o surgelati in umido Merenda Latte e biscotti speciali	Riso all'olio o zucca senza pomodoro e grana Platessa al forno senza pangrattato e grana Patate al prezzemolo Merenda Frutta
4	Pasta bianca senza grana Rotolo di frittata senza formaggio Carote julienne Merenda Frutta	Pasta bianca senza grana Fettina di tacchino Insalata Merenda Tè e biscotti speciali	Risotto con zucca o all'olio senza pomodoro e grana Hamburger di vitellone senza salsa rossa Finocchi Merenda Frutta	Minestrina vegetale senza pomodoro e grana Arrosto o fettina di tacchino Verza o broccoletti gratinati senza pangrattato e grana Merenda Latte biscotti speciali	Pasta aglio olio/Pasta al sugo di pesce senza pomodoro e grana Fettina di vitellone Insalata mista Merenda Frutta
5	Pasta bianca senza grana Fettina di tacchino Erbette al burro Merenda Frutta	Passato di verdura con pastina* senza pomodoro e grana Fettina di vitellone Insalata mista Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta e piselli freschi o surgelati senza pomodoro e grana Scaloppina/bocconcini di pollo senza pangrattato agli agrumi Carote julienne Merenda Frutta	Risotto allo zafferano senza grana Fettina di vitellone Fagiolini freschi o surgelati Merenda Latte biscotti speciali	Pasta al burro senza grana Filetto di pesce al forno senza pangrattato e grana Patate al prezzemolo Merenda Frutta
6	Pasta con ricotta e zucca o spinaci senza pomodoro e grana Arrosto di lonza Piselli freschi o surgelati in umido Merenda Latte biscotti speciali	Pastina in brodo di carne senza pomodoro e grana Bollito di vitellone senza salsa rossa Finocchi Merenda Frutta	Pasta bianca senza grana Sogliola/platessa al forno senza pangrattato e grana Insalata mista Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta al ragù senza pomodoro e grana Ricotta/Crescenza* Carote julienne Merenda Frutta	Riso all'olio senza grana Frittata al forno senza formaggio 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.

Dieta speciale: **B6** **DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NELLA DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> Formaggi fermentati ed erborinati (gorgonzola, camembert, brie, rochefort, caprini, ecc) Formaggi stagionati (grana, parmigiano, emmenthal, ecc) yogurt Latte fermentato o cagliato Siero di latte 	<ul style="list-style-type: none"> Latte fresco UHT Formaggi freschi (es ricotta, crescenza, mozzarella)
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"> pasta o riso con sughi di funghi pasta o riso al pomodoro pizza, pane, focaccia, prodotti da 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"> pasta o riso in bianco o con sughi consentiti cereali elaborati e non lievitati (pasta, riso, farro, ecc) prodotti da forno speciali non lievitati o con lievitazione chimica patate
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> polpettone/ine o cotolette di carne o pesce carni e pesci affumicati crocchette o cotolette o bastoncini di pesce salsicce, prosciutti, insaccati, salumi 	<ul style="list-style-type: none"> Carne o pesce freschi o surgelati Polpette di carne o pesce con sola infarinatura Fettina di carne con sola infarinatura
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> funghi crauti Tortini e crocchette di verdure Torte salate con verdure Verdure gratinate 	<ul style="list-style-type: none"> Tutte eccetto quelle da evitare
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> Legumi in scatola 	<ul style="list-style-type: none"> Legumi freschi o surgelati
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> Succhi di frutta con yogurt aggiunto Frutta secca e alimenti che la contengono 	<ul style="list-style-type: none"> Tutta eccetto quella da evitare
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> Aceto e cibi che lo contengono Pesto Olio di semi Margarina Conserven, conserva di pomodoro 	<ul style="list-style-type: none"> Olio di oliva, ecc
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> Birra, vino Estratto di lievito Sidro Cibi conservati in scatola (olive, capperi, sott'aceti, sott'olio, ecc) 	

AVVERTENZE:

- Consumare i cibi in scatola subito dopo l'apertura
- Mangiare la frutta fresca subito dopo la preparazione
- Non assumere cibi avanzati
- Non consumare carne o pesce che siano conservati per più di 24 ore