







SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza  
Direzione Assistenziale  
Servizio Dietetico Tel.0523302204-Fax 0523302965



MENU' AUTUNNO INVERNO

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado		DIETA SPECIALE A - Senza lattosio e proteine del latte			
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio***</li> <li>- Arrosto di vitellone</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul> <p><b>PANE INTEGRALE (no nidi)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con pastina***</li> <li>- Pizza margherita senza mozzarella***</li> <li>- Verza in insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti speciali)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pomodoro***</li> <li>- Pesce gratinato al forno con maionese vegetale</li> <li>- Insalata (nido insalata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso all'olio***</li> <li>- Polpettine al pomodoro</li> <li>- Carote al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta agli spinaci***</li> <li>- Fettina di pollo agli aromi</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con riso***</li> <li>- Fettina di tacchino</li> <li>- Verza in insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gnocchi/chicche al pomodoro***</li> <li>- Fishburger con il suo panino con maionese vegetale (nido panino normale)</li> <li>- Finocchi gratinati</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso allo zafferano***</li> <li>- Tortino di verdura</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù***</li> <li>- Fettina di pollo agli aromi</li> <li>- Insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta e fagioli/ceci***</li> <li>- Frittata al forno con verdure***</li> <li>- Carote julienne (nido carote cotte)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e marmellata)</li> </ul> 
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pastina in brodo di carne**</li> <li>- Bollito con salsa rossa</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta bianca olio e aglio***</li> <li>- Bocconcini di pollo/cosce alle erbe</li> <li>- Patate al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido tè non zuccherato e biscotti speciali)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con orzo/farro/riso***</li> <li>- Pizza margherita senza mozzarella</li> <li>- Verza in insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pisarei e fasò (nido pasta e fagioli)</li> <li>- Coppia (infanzia e nido bocconcini di pollo)</li> <li>- Carote al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso alla zucca***</li> <li>- Bocconcini di pesce impanati con maionese vegetale</li> <li>- Insalata (nido insalata tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta integrale con pomodoro e aromi*** (nido pasta non integrale)</li> <li>- Scaloppine di lonza al limone (nido scaloppina di vitellone)</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e olio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù***</li> <li>- Bocconcini di pesce al forno</li> <li>- Insalata (nido insalata tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vellutata di piselli con crostini***</li> <li>- Petto di pollo agli aromi al forno</li> <li>- Carote julienne (nido carote cotte)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio***</li> <li>- Merluzzo pomodoro</li> <li>- Patate e carote lesse</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minestrina vegetale con riso**</li> <li>- Frittata al forno***</li> <li>- Verza in insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>

\*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola

\*\*nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale con pasta al pomodoro/pasta all'olio

\*\*\* vedere note allegate

DATA INIZIO MENU': 21/10/2024

ANNO SCOLASTICO 2024-2025

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>LATTE E DERIVATI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• latte vaccino, latte adattato per l'infanzia, yogurt</li> <li>• formaggi di ogni genere compresi parmigiano e grana</li> <li>• tutte le preparazioni che richiedono ricotta o formaggio se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale)</li>   <li>• Burro, panna, besciamella</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latte di riso o di soia</li> <li>• Yogurt di soia</li>   <li>• olio extravergine di oliva</li> </ul>
<b>UOVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frittata con formaggio e latte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frittata senza formaggio e latte</li> </ul>
<b>CEREALI, PATATE  E  DOLCI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di formaggi o burro</li> <li>• Lasagne, paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.)</li> <li>• Pizza con formaggio</li>   <li>• Panini dolci, pancarrè, fette biscottate con latte, pane al latte e prodotti da forno</li> <li>• torta o polpette di patate, purè se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale)</li>   <li>• biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini</li>   <li>• cioccolato, cacao in polvere</li> <li>• gelati, panna montata, caramelle gomOSE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta di semola, riso, senza formaggi o burro</li>   <li>• Lasagne senza besciamella e formaggio o pasta/riso al pomodoro o all'olio</li> <li>• Pizza con solo pomodoro e prosciutto crudo o cotto garantito (*)</li> <li>• Pane comune, cracker, grissini, gallette di riso e fette biscottate senza latte</li> <li>• polpette di patate senza formaggio, patate lessate</li> <li>• biscotti speciali, prodotti da forno certificati senza latte/yogurt/burro/ciocolato, yogurt o budini di soia</li> <li>• cacao puro</li> <li>• sorbetti alla frutta, granite, ghiaccioli, gelati alla frutta garantiti senza latte o siero in polvere, caramello di solo zucchero, meringhe</li> </ul>

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>CARNE E PESCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prosciutto cotto non certificati/insaccati/salsicce/salami/coppa</li> <li>• polpettone/ine di carne se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale)</li> <li>• Hamburger se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale)</li>   <li>• crocchette di pesce se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prosciutto crudo o cotto garantito (*)</li>   <li>• polpettine di carne senza formaggi e latte</li> <li>• hamburger con carne trita fresca senza aggiunta di impasti che possono contenere latte, derivati o siero</li> <li>• carne o pesce o salumi consentiti</li>   <li>• crocchette di pesce senza formaggio o filetto di pesce</li> </ul>
<b>LEGUMI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• legumi conservati in scatola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutti</li> </ul>
<b>VERDURA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cucinate con l'impiego di latte o formaggi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdura cruda o cotta con olio</li> </ul>
<b>FRUTTA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Succhi di frutta con latte o yogurt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta</li> </ul>
<b>CONDIMENTI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salse a base di formaggio, burro, panna, besciamella, maionese (tranne quella vegetale)</li> <li>• Dado da brodo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• olio extravergine di oliva</li> <li>• maionese vegetale</li> </ul>
<b>VARIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Polveri pronte per la prima colazione</li> <li>• Pesto con formaggio</li> <li>• Alimenti con la dicitura: caseina o caseinato, lattoalbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• brodo vegetale o di carne consentita freschi</li> <li>• cacao puro</li> <li>• tutti i sughi o condimenti che <u>non</u> contengano formaggi</li> </ul>

\*Leggere sempre bene le etichette per verificare che non ci siano ingredienti proibiti, nel dubbio evitare di utilizzare l'alimento in questione prima di aver chiesto conferma.