



MENU' AUTUNNO INVERNO

Menù Nidi, Scuole dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado		A1 - DIETA SENZA UOVA			
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</li> <li>- Verza in insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza uova)</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>- Risotto alla parmigiana***</li> <li>- Polpettine al pomodoro</li> <li>- Carote al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pesto invernale***</li> <li>- Crocchette rustiche (ricettario vegano)***</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>- Tacchino al forno</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>- Risotto allo zafferano***</li> <li>- Tortino di verdura</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù***</li> <li>- Mozzarella (nido ricotta)</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>- Bocconcini di pollo</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 parmigiano***</li> <li>- Bocconcini di pollo/cosce alle erbe</li> <li>- Patate al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido latte e biscotti senza uova)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con orzo/farro/riso***</li> <li>- Pizza margherita</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>- Coppa e parmigiano reggiano (infanzia e nido parmigiano)</li> <li>- Carote al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido ciambella vegana o frutta)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto 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>- Provolone DOP (nido crescenza)</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 yogurt)</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>- Bocconcini di pollo</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>UOVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uovo</li> <li>• Frittata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parmigiano, carne o pesce</li> <li>• Mozzarella, carne o pesce</li> </ul>
<b>CEREALI</b>  <b>E</b>  <b>DOLCI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta all'uovo</li> <li>• Lasagne con pasta all'uovo,</li> <li>• paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.)</li> <li>• panini dolci, pancarrè, fette biscottate con uovo</li> <li>• biscotti con uovo, torte e prodotti di pasticceria</li> <li>• budini</li> <li>• *gelati, cono e cialde per gelati, caramelle gombose</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta di semola, riso, ecc.</li> <li>• Lasagne con pasta di semola</li> <li>• Pasta di semola riso, ecc.</li> <li>• Pane comune, cracker, grissini, gallette di riso, fette biscottate senza uovo</li> <li>• biscotti senza uovo, prodotti da forno certificati senza uovo</li> <li>• yogurt o yogurt speciale</li> <li>• *sorbetti alla frutta, ghiaccioli, gelati senza uovo cioccolato fondente o al latte</li> </ul>
<b>LATTE E DERIVATI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grana Padano (lisozima)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parmigiano</li> <li>• Latte vaccino, di riso, di capra, latti adattati per l'infanzia, yogurt, formaggi, panna</li> </ul>
<b>CARNE</b>  <b>E</b>  <b>PESCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ricotta, carne o pesce</li> <li>• polpetta di patate senza uovo</li> <li>• polpettine di carne senza uovo</li> <li>• fettina di carne con sola infarinatura</li> <li>• crocchette o cotolette di pesce senza uovo o filetto di pesce con sola infarinatura</li> <li>• fettina di carne</li> <li>• sformati/tortini/preparati a base di legumi senza uova</li> </ul>
<b>LEGUMI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutti i legumi tali e quali o in preparazioni che non prevedano uova o grana</li> </ul>
<b>VERDURA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Precucinate con l'impiego di uovo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutta la verdura fresca e cotta (senza aggiunta di grana)</li> </ul>

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>FRUTTA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mela (se allergia crociata)</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>• maionese, salse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• olio extravergine oliva, aceto, limone, maionese vegana.</li> </ul>
<b>VARIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• brodo istantaneo</li> <li>• surimi</li> <li>• ovomaltina</li> <li>• lecitina non specificata</li> <li>• coagulanti, emulsionanti, chiarificanti, agglomeranti</li> <li>• ovoalbumina, vitellina, globulina, livetina, lisozima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• brodo vegetale o di carne freschi</li> </ul>