



MENU' AUTUNNO INVERNO

Menù Nidi, Scuole dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A15 - DIETA IPOLIPIDICA					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Arrosto di vitellone - Fagiolini all'olio - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) <p>PANE INTEGRALE (NO NIDI)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura con pastina senza formaggio - Pizza margherita - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deinato senza zuccheri e biscotti secchi no frollini</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro senza formaggio - Pesce olio e limone - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Riso all'olio senza formaggio - Polpettine al pomodoro - Carote al forno (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt magro</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto invernale senza formaggio (<i>nido pasta non integrale</i>) - Torta di patate senza formaggio - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura con riso senza formaggio - Polpette tacchino solo carne - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Gnocchi/chicche al pomodoro senza formaggio (<i>nido pasta al pomodoro</i>) - Pesce olio e limone - Finocchi all'olio - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto allo zafferano senza formaggio e burro - Tortino di verdura senza formaggio - Fagiolini all'olio - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt magro</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al ragù e basilico senza formaggio - Ricotta - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta e fagioli/ceci senza formaggio - Frittata al forno con verdure senza formaggio - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina in brodo di carne* senza formaggio - Bollito in salsa rossa - Fagiolini all'olio - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta bianca aglio e olio - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe senza pelle - Patate al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti secchi no frollini</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura con orzo/farro/riso*** senza formaggio - Pizza margherita - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pisarei e fasò senza formaggio (<i>nido pasta e fagioli</i>) - Prosciutto cotto privato del grasso visibile - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt magro</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla zucca senza formaggio - Bocconcini di pesce olio, limone e prezzemolo - Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta integrale con ragù di lenticchie senza formaggio (<i>nido pasta non integrale</i>) - Fettina di lonza al limone (<i>nido fettina di vitellone</i>) - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro senza formaggio - Ricotta - Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Vellutata di piselli con crostini senza formaggio - Petto di pollo agli aromi al forno - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt magro</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Merluzzo al pomodoro - Patate e carote lesse - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrina vegetale senza formaggio** - Polpettone di spinaci e ricotta senza formaggio - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
<p>*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 ***nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale con pasta al pomodoro/pasta all'olio</p>					
DATA INIZIO MENU': 21/10/2024			ANNO SCOLASTICO 2024-2025		

Il responsabile del procedimento
File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa
e.mail : a.contini@ausl.pc.it – www.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> • latte vaccino intero, yogurt intero • formaggi sia freschi che stagionati ad eccezione dei permessi • formaggini 	<ul style="list-style-type: none"> • Latte parzialmente scremato • Yogurt magro alla frutta 0,1% di grassi • Altri derivati del latte all' 0,1% di grassi • Fiocchi di latte magro (0,1% di grassi), ricotta light, philadelphia light, mozzarella light...
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • Burro, panna, besciamella, margarina, mascarpone • Frittata con formaggio e latte 	<ul style="list-style-type: none"> • Frittata al forno semplice senza formaggio e latte
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di formaggi o burro • Lasagne, paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.), pasta all'uovo • Panini dolci o conditi (es. all'olio, al latte, con noci e olive), pancarrè, crackers o grissini contenenti formaggio o altri ingredienti vietati (es. semi di sesamo) • Tortini e polpettoni con formaggio e burro • biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini • cioccolato, cacao in polvere • gelati, panna montata, caramelle gommose 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta di semola, riso o altri cereali senza formaggi o burro • Lasagne senza besciamella e formaggio o pasta/riso al pomodoro o all'olio • Pizza margherita • Pane comune non condito, cracker, grissini e fette biscottate senza grassi • polpette di patate senza formaggio, patate lessate o al forno • biscotti secchi

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa
e.mail : a.contini@ausl.pc.it – www.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> • Prosciutto cotto non certificati/insaccati/salsicce/salami/coppa • polpettone/ine di carne se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) • Hamburger se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) 	<ul style="list-style-type: none"> • prosciutto crudo o cotto privati del grasso visibile • polpettine di carne con sola carne • hamburger con carne trita fresca senza aggiunta di impasti che possono contenere latte, derivati o siero • carne o pesce magri senza pelle
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> • nessuno 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti senza aggiunti di condimento
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> • Cucinate con l'impiego di latte o formaggi o burro 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura cruda o cotta con olio
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta secca, avocado, cocco, succhi di frutta con aggiunta di latte o yogurt 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Salse a base di formaggio, burro, panna, besciamella, maionese 	<ul style="list-style-type: none"> • olio extravergine di oliva come da indicazioni specifiche (rispettare le quantità specifiche per età indicate nelle tabelle apposite)
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Dado da brodo • Pesto, maionese e besciamella e tutte le altre salse in generale • Condimenti per i primi piatti elaborati come ad esempio con salumi/formaggi/panna/uova ecc... 	<ul style="list-style-type: none"> • brodo vegetale o di carne consentita freschi • tutti i sughi o condimenti permessi che <u>non</u> contengano formaggi o burro

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa
e.mail : a.contini@ausl.pc.it – www.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it