







MENU' PRIMAVERA ESTATE

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado		A - Dieta priva di lattosio e proteine latte vaccino (PLV)			
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto di zucchine** - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Riso all'olio** - Crocchette rustiche (ceci e patate) ricetta vegana - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>pane e olio</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio** - Pepite di pesce impanate con maionese vegetale - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro** - Polpettine di tacchino di sola carne** - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta/yogurt vegetale</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta pomodoro e melanzane** - Lenticchie in umido - Insalata mista (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta pomodoro e basilico** - Polpette di pollo sola carne** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio** - Pesce gratinato al forno con maionese vegana - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>tè deteinato senza zucchero e nido biscotti senza latte e burro</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alle zucchine** - Uova strapazzate** - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta/yogurt vegetale</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta e fagioli** - Prosciutto cotto** (nido petto di pollo) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina in brodo vegetale** - Carote a bastoncino - Pizza margherita con formaggio vegetale** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Orzo/farro/riso al pomodoro e basilico** - Cotoletta di tacchino** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta alla pizzaiola** - Frittata al forno senza formaggio e latte** - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al ragù** - Sformato di lenticchie**(ricetta vegana) - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Riso e piselli** - Merluzzo in umido con pomodoro - Zucchine al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta integrale al pesto** - Caprese: Pomodoro, Mozzarella (vegetale), basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>tè deteinato senza zucchero e biscotti senza latte e burro</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Riso all'olio** - Prosciutto cotto (nido tacchino) - Verdure gratinate - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta/yogurt vegetale</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro** - Tortino di verdure** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>tè deteinato senza zucchero e biscotti senza latte e burro</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pisarei e fasò (nido: pasta fagioli)** - Formaggio vegetale - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro** - Hamburger di vitellone sola carne - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) - Pane integrale (nido pane NON integrale) 	<ul style="list-style-type: none"> - Gnocchi al pomodoro** - Fishburger con il suo panino con maionese vegetale** (<i>nido: pane normale</i>) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)

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

**vedere note allegate

DATA INIZIO MENU': 7/4/2025

ANNO SCOLASTICO 2024-2025

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

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

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) • crocchette di pesce se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) 	<ul style="list-style-type: none"> • prosciutto crudo o cotto garantito (*) • polpettine di carne senza formaggi e latte • hamburger con carne trita fresca senza aggiunta di impasti che possono contenere latte, derivati o siero • carne o pesce o salumi consentiti • crocchette di pesce senza formaggio o filetto di pesce
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> • legumi conservati in scatola 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> • Cucinate con l'impiego di latte o formaggi 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura cruda o cotta con olio
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> • Succhi di frutta con 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 (tranne quella vegetale) • Dado da brodo 	<ul style="list-style-type: none"> • olio extravergine di oliva • maionese vegetale • brodo vegetale o di carne consentita freschi • cacao puro • tutti i sughi o condimenti che <u>non</u> contengano formaggi
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Polveri pronte per la prima colazione • Pesto con formaggio • Alimenti con la dicitura: caseina o caseinato, lattealbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio 	

NOTE:

*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.