



Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A 23- SENZA POLLO, TACCHINO E PESCE					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Arrosto di vitellone - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) <p><u>pane integrale</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura con pastina - Pizza margherita - Verza cruda (nido tagliata fine) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla parmigiana - Crocchette primavera - Insalata (nido insalata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - pasta al ragù di lenticchie - frittata al forno - Carote cotte - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto invernale - Torta di patate - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto allo zafferano - Certosa - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt) 	<ul style="list-style-type: none"> - Gnocchi/chicche al pomodoro (nido pasta al pomodoro) - Crocchette autunnali - Insalata - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di legumi con riso - Prosciutto cotto certificato - Verza cruda (nido tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al ragù - Mozzarella (nido a dadini) - finocchi gratinati - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta e fagioli/ceci (nido pasta e fagioli/ceci frullati) - Frittata al forno con verdure - Carote julienne (nido carote cotte) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e marmellata)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina in brodo di carne** - Bollito con salsa rossa - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta bianca olio e grana - fettina di vitellone - Patate al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido latte e biscotti) 	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura con orzo/farro/riso - Pizza margherita - Verza cruda (nido tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pisarei e fasò (nido pasta e fagioli) - Coppa e robiola (infanzia e nido robiola) - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido ciambella) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla zucca - Tortino di lenticchie - Insalata (nido insalata tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta integrale con pomodoro e aromi (nido pasta non integrale) - Scaloppine di lonza al limone (nido trito di vitellone) - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e olio) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lasagne alla bolognese - Crescenza - Insalata (nido insalata tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Vellutata di piselli con crostini - Schiacciata di zucchine - Carote julienne (nido carote cotte) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - uova strapazzate - Patate e carote lesse - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) <p>PANE INTEGRALE</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrina vegetale con riso** - Polpettone di spinaci e ricotta - Verza cruda (nido tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)

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

**nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale e la pastina in brodo di carne con pasta al pomodoro/pasta all'olio

DATA INIZIO MENU': 20/10/2025

ANNO SCOLASTICO 2025-2026

MENU' AUTUNNO INVERNO

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> • Latte addizionato di omega 3 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti concessi
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • Nessuno 	<ul style="list-style-type: none"> • Uova • Frittata
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di pesce 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta di semola, riso, con altri condimenti senza pesce nella preparazione
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> • Crocchette, cotolette di pesce • Filetti di pesce • Acciuga, aringa, branzino, carpa, luccio, merluzzo, nasello, platessa, pesce azzurro, pesce gatto, pesce spada, salmone, sardina, sgombero, sogliola, storione, tonno, trota, ecc • Caviale, bottarga • Nel caso di intolleranza anche a crostacei evitare: aragoste, astici, gamberi-gamberetti, granchi, ecc. • Molluschi evitare: bivalvi (es vongole, cozze, ecc.), calamari, capesante, ostriche, polpo/piovra • Pollo tacchino e derivati 	<ul style="list-style-type: none"> • formaggi o uova o prosciutto crudo o cotto • Preparazioni vegane • Vitellone, bovino, maiale
LEGUMI		<ul style="list-style-type: none"> • Tutti i legumi freschi, surgelati o secchi
VERDURA		<ul style="list-style-type: none"> • Verdura fresca o surgelata, cruda o cotta
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Salsa Worchester, pasta di acciughe, bottarga • Olio di fegato di merluzzo, olio di pesce 	<ul style="list-style-type: none"> • olio extravergine di oliva, aceto, limone • tutti i sughi o condimenti che <u>non</u> contengano pesce
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Dado da brodo a base di pesce • Alimenti fritti (patatine, verdure in pastella, ecc) di cui non si abbia la certezza che siano stati fritti in olio dedicato (ad es: nei ristoranti che utilizzano lo stesso olio anche per la frittura di pesce) 	<ul style="list-style-type: none"> • brodo vegetale o di carne