



MENU' PRIMAVERA ESTATE

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A24 - Dieta per celiachia, priva di lattosio e proteine latte vaccino (PLV), no carne					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta senza glutine al pesto di zucchine e senza formaggio** - pesce al forno - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla milanese (no grana, no burro, SG) - Crocchette primavera (ricetta vegana) - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane SG e olio</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG al sugo di carote e senza formaggio** - Pepite di pesce impanate con farina senza glutine con maionese vegetale - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG all'olio** - pesce in umido - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido: yogurt di soia SG/frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG 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 SG pomodoro e basilico** - pesce al forno - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG aglio e olio** - Filetto di pesce al forno con maionese vegetale - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido ciambella con farina senza glutine, no latte, no burro, no yogurt oppure tè senza zucchero deteinato e biscotti SG e S/latte</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alle zucchine** - Frittata** - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt alla soia</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG e fagioli** - cannellini agli aromi - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina SG in brodo veget** - Carote a bastoncino (<i>nido crema di verdura</i>) - Pizza margherita senza mozzarella e senza glutine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Riso SG pomodoro e basilico** - pesce al forno - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane s.g. e marmellata</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG alla pizzaiola** (pomodoro e aromi) - Frittata al forno** - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG al pomodoro - Torta di patate (no grana, pangrattato SG) - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Riso e piselli SG** - Merluzzo in umido con pomodoro - Zucchine al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG al pesto (no grana) - Caprese: Pomodoro, Mozzarella (vegetale), basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>) - Pomodori conditi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti s.g. e senza lattosio</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Riso SG all'olio** - pesce al forno - Verdure gratinate con farina SG - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt vegetale/frutta</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>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti s.g. e senza lattosio</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG e fagioli** - frittata - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG al pesto (no grana) - pesce gratinato - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido: frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta SG al pomodoro (o gnocchi SG) - Fishburger SG** con maionese vegetale - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)

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

**vedere note allegate

SG: senza glutine

DATA INIZIO MENU': 07/4/2025

ANNO SCOLASTICO 2024-2025

	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) • Latte con orzo e farine latte per l'infanzia con farine proibite • Formaggi fusi (formaggi a fette e formaggini) e spalmabili (tipo Philadelphia) • Besciamella • Yogurt al malto e cereali • Burro, panna 	<ul style="list-style-type: none"> • Latte di riso o di soia • Yogurt di soia
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • 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 • 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) • biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini • cioccolato, cacao in polvere • gelati, panna montata, caramelle gomgnose • Farine, semolini e fiocchi di: grano – frumento, orzo, segale, avena, malto • Triticale, kamut, orzo, segale, avena • Fiocchi di riso e mais con malto • Crusca, amido di frumento • Pasta di semola, pasta all'uovo, lasagne, gnocchi, semolino, farro, kamut • paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.), pisarei • pizzocheri, polenta taragna • farine arricchite, germe di grano • pizza • Pane, cracker, grissini, fette biscottate, focaccia, pizze, prodotti da forno in generale, pangrattato, pancarrè, toast, piadine • Malto, cereali maltati, malto di frumento, di orzo, amido modificato • torta o polpette di patate, purè in fiocchi, patatine fritte confezionate • biscotti, wafer, torte e prodotti di pasticceria, budini, porridge, marzapane • cioccolato, cacao in polvere, crema spalmabile • gelati, panna montata, caramelle gomgnose, mousse 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta senza glutine, riso, senza formaggi o burro • Lasagne senza glutine senza besciamella e formaggio o pasta/riso al pomodoro o all'olio • Pizza senza glutine con solo pomodoro e prosciutto crudo o cotto garantito (*) • Pane senza glutine, cracker senza glutine, grissini senza glutine, gallette di riso e fette biscottate senza latte e glutine • 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 s • senza latte o siero in polvere, caramello di solo zucchero, meringhe

	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) • Insaccati e salumi crudi o cotti e/o con amido modificato (Prosciutto cotto, mortadella, coppa, salame, salsicce, salami, wurstel, • carne in scatola, hamburger vegetali • hamburger, arrosti, ripieni • polpettone/ine o cotolette di carne o pesce • crocchette/polpette di pesce o pesce con infarinatura/impanatura <ul style="list-style-type: none"> • alimenti liofilizzati e omogeneizzati • tutti i tipi di carne 	<ul style="list-style-type: none"> • pesce impanato con pane senza glutine
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) • Olio di germe di grano, oli di semi vari • Margarina a composizione non definita, burro light • Aceto balsamico o aromatizzato <ul style="list-style-type: none"> • Pesto, salse (maionese, senape, ecc), besciamella, sughi pronti, pasta d'acciughe 	<ul style="list-style-type: none"> • olio extravergine di oliva • maionese vegetale

<p>VARIE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pesto con formaggio • Alimenti con la dicitura: caseina o caseinato, lattoalbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio • Dado da brodo, aromi misti, curry • Polveri pronte per la prima colazione, zucchero a velo • Lievito in polvere, lievito madre • Alimenti liofilizzati • Birra, whisky, scotch • Caffè solubile, orzo, surrogati del caffè con orzo e malto • Caffè o altre bevande preparate da macchine ad uso promiscuo con orzo • Bevande solubili e bevande dei distributori automatici 	<ul style="list-style-type: none"> • brodo vegetale o di carne consentita freschi • cacao puro • tutti i sughi o condimenti che <u>non</u> contengano formaggi
---------------------	---	---