



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA





Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale

Servizio Dietetico Tel.0523302204-Fax 0523302965



MENU' AUTUNNO INVERNO

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A4 - DIETA SENZA UOVA E PESCE					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio no formaggio**</li> <li>- Arrosto di vitellone</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> <p>PANE INTEGRALE (NO NIDI)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con pastina no uova no formaggio**</li> <li>- Pizza margherita</li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti speciali</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso all'olio no formaggio**</li> <li>- Fettina di pollo panata con maionese vegetale</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù di lenticchie no formaggio**</li> <li>- Prosciutto cotto</li> <li>- Carote al forno no formaggio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pesto invernale no formaggio**</li> <li>- Crocchette autunnali (ricettario vegano)</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto allo zafferano no formaggio**</li> <li>- Polpette di pollo (solo carne)</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pomodoro no formaggio**</li> <li>- Tortino di lenticchie (ricetta vegana)</li> <li>- Insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di legumi con riso no formaggio**</li> <li>- Tacchino al forno</li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù no formaggio**</li> <li>- Mozzarella (<i>nido dadini</i>)</li> <li>- Finocchi gratinati no formaggio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta e fagioli/ceci no formaggio**</li> <li>- Crocchette rustiche (ricettario vegano)</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pastina in brodo di carne no formaggio***</li> <li>- Bollito con salsa rossa</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta bianca olio no formaggio**</li> <li>- Bocconcini di pollo/cosce alle erbe</li> <li>- Patate al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti speciali</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con orzo/farro/riso no formaggio**</li> <li>- Pizza margherita</li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pisarei e fasò (<i>nido pasta e fagioli</i>) no formaggio**</li> <li>- Coppa e robiola (<i>nido e infanzia robiola</i>)</li> <li>- Carote al forno no formaggio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido ciambella</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla zucca no formaggio**</li> <li>- Falafel di ceci (ricetta vegana)</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta integrale con pomodoro e aromi (<i>nido pasta non integrale</i>) no formaggio**</li> <li>- Scaloppine di lonza al limone (<i>nido trito di vitellone</i>)</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù no formaggio**</li> <li>- Crescenza</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vellutata di piselli con crostini no formaggio**</li> <li>- Petto di pollo agli aromi al forno</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio no formaggio**</li> <li>- Hamburger vegetale (ricetta vegana)</li> <li>- Patate e carote lesse</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minestrina vegetale con riso no formaggio***</li> <li>- Tortino di lenticchie (ricetta vegana)</li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
<p>*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola      ** vedere note allegate</p> <p>***nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale con pasta al pomodoro/pasta all'olio</p> <p>DATA INIZIO MENU': 20/10/2025</p>					
ANNO SCOLASTICO 2025-2026					

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>UOVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uovo</li> <li>• Frittata</li> <li>• Grana</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parmigiano, carne</li> <li>• Mozzarella, carne</li> <li>• Legumi</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 con uovo o parti di esso</li> <li>• gelati, cono e cialde per gelati, caramelle gommosi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta di semola, riso, ecc.</li> <li>• Lasagne con pasta di semola (no uova)</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>• 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> <li>• Prodotti a base vegetale</li> </ul>
<b>CARNE</b>  <b>E</b>  <b>PESCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparati a base di carne che contengano uova (polpette, polpettoni ecc...)</li> <li>• Pesce fresco, surgelato o preparati che prevedano pesce (ad es. cotolette, sughi a base di pesce, fishburger ecc...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ricotta, carne</li> <li>• polpetta di patate senza uovo</li> <li>• polpettine di sola carne</li> <li>• fettina di carne 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
FRUTTA	<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>
CONDIMENTI	<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>
VARIE	<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>