



# MENU' AUTUNNO INVERNO

<b>Menù Nidi, Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado</b>					
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 (nido frutta)</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(nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti speciali)</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 (nido insalata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</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 (nido yogurt)</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 (nido frutta)</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 (nido yogurt)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pomodoro no formaggio**</li> <li>- Tortino di lenticchie (ricetta vegana)</li> <li>- Insalata (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</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 (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù no formaggio**</li> <li>- Mozzarella (nido dadini)</li> <li>- Finocchi gratinati no formaggio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</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 (nido carote cotte)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e marmellata)</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 (nido frutta)</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 (nido latte e biscotti speciali)</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 (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pisarei e fasò (nido pasta e fagioli) no formaggio**</li> <li>- Coppa e robiola (nido e infanzia robiola)</li> <li>- Carote al forno no formaggio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido ciambella)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla zucca no formaggio**</li> <li>- Falafel di ceci (ricetta vegana)</li> <li>- Insalata (nido insalata tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta integrale con pomodoro e aromi (nido pasta non integrale) no formaggio**</li> <li>- Scaloppine di lonza al limone (nido trito di vitellone)</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e olio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù no formaggio**</li> <li>- Crescenza</li> <li>- Insalata (nido insalata tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</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 (nido carote cotte)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt)</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 (nido frutta)</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 (nido tagliata fine)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)</li> </ul>

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

\*\* vedere note allegate

\*\*\*nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale con pasta al pomodoro/pasta all'olio

DATA INIZIO MENU': 20/10/2025

ANNO SCOLASTICO 2025-2026

	<b>ALIMENTI DA EVITARE</b>	<b>SOSTITUZIONI CONSIGLIATE</b>
<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>	<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> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <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 gommose</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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparati a base di carne che contengano uova (polpettine, polpettoni ecc...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ricotta, carne</li> <li>• polpetta di patate senza uovo</li> </ul>
<b>E</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• polpettine di sola carne</li> <li>• fettina di carne con sola infarinatura</li> <li>• fettina di carne</li> </ul>
<b>PESCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <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>• 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>

	<b>ALIMENTI DA EVITARE</b>	<b>SOSTITUZIONI CONSIGLIATE</b>
<b>FRUTTA</b>	<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>
<b>CONDIMENTI</b>	<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>
<b>VARIE</b>	<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>