



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"> - 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"> - Risotto alla milanese - Crocchette rustiche (ceci e patate) - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto di carote e ricotta - Pepite di pollo impanate - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta olio e grana - Ricotta - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</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 di sola carne** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Schiacciata di zucchine (ricettario vegano) - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido biscotti speciali</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alle zucchine - Ricotta - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta e fagioli - Prosciutto cotto (nido tacchino) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta in brodo vegetale - Carote a bastoncino - Pizza margherita - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Orzo/farro/riso al pomodoro e basilico - Cotoletta di tacchino al forno senza uova** - 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 (aromi e pomodoro) - Tortino di verdure - 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 - Petto di pollo al forno - Zucchine al forno (no grana)** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta integrale al pesto - Caprese: Pomodoro, Mozzarella, basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti speciali</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla parmigiana - Prosciutto cotto (<i>nido pollo</i>) - Verdure gratinate (no grana)** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta ricotta e pomodoro - Tortino di verdure** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti speciali</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pisarei e fasò (<i>nido: pasta fagioli</i>)** - Provolone DOP (<i>nido certosa</i>) - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto - Hamburger di vitellone di sola carne - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) <p>Pane integrale (<i>nido pane NON integrale</i>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gnocchi al pomodoro (<i>nido pasta al pomodoro</i>) - Hummus di ceci - 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



	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • Uovo • Frittata 	<ul style="list-style-type: none"> • Parmigiano, carne o pesce • Mozzarella, carne o pesce
CEREALI E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta all'uovo • Lasagne con pasta all'uovo, • paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.) • panini dolci, pancarrè, fette biscottate con uovo • biscotti con uovo, torte e prodotti di pasticceria • budini • *gelati, cono e cialde per gelati, caramelle gomOSE 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta di semola, riso, ecc. • Lasagne con pasta di semola • Pasta di semola riso, ecc. • Pane comune, cracker, grissini, gallette di riso, fette biscottate senza uovo • biscotti senza uovo, prodotti da forno certificati senza uovo • yogurt o yogurt speciale • *sorbetti alla frutta, ghiaccioli, gelati senza uovo cioccolato fondente o al latte
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> • Grana Padano (lisozima) 	<ul style="list-style-type: none"> • Parmigiano • Latte vaccino, di riso, di capra, latti adattati per l'infanzia, yogurt, formaggi, panna
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> • Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana • Tutto il pesce (inclusi crostacei e molluschi) 	<ul style="list-style-type: none"> • ricotta, carne • polpetta di patate senza uovo • polpettine di carne senza uovo • fettina di carne con sola infarinatura • crocchette senza uovo con sola infarinatura • fettina di carne • sformati/tortini/preparati a base di legumi senza uova
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> • Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti i legumi tali e quali o in preparazioni che non prevedano uova o grana
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> • Precucinate con l'impiego di uovo 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutta la verdura fresca e cotta (senza aggiunta di grana)



	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> Mela (se allergia crociata) 	<ul style="list-style-type: none"> Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> maionese, salse 	<ul style="list-style-type: none"> olio extravergine oliva, aceto, limone, maionese vegana.
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> brodo istantaneo surimi ovomaltina lecitina non specificata coagulanti, emulsionanti, chiarificanti, agglomeranti ovoalbumina, vitellina, globulina, livetina, lisozima 	<ul style="list-style-type: none"> brodo vegetale o di carne freschi

NOTE:

- Non effettuare impanatura né impasti con uova
- Non usare grana perché contiene lisozima
- Non viene utilizzare pasta all'uovo nel menù
- Le verdure indicate possono essere sostituite con altre
- I contorni sono conditi solo con olio extravergine
- Leggere sempre le etichette