







MENU' PRIMAVERA ESTATE

<b>Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado</b>					
<b>A7 - DIETA PRIVA DI POMODORO</b>					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pesto di zucchine</li> <li>- Boccoccini di pollo/cosce alle erbe</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla Milanese</li> <li>- Crocchette primavera</li> <li>- Fagiolini</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 pesto di carote e ricotta</li> <li>- Polpettone di ricotta e tacchino</li> <li>- Pepite di pesce impanate 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 olio e grana</li> <li>- Polpettone di ricotta e tacchino</li> <li>- <b>Piselli all'olio e aromi</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pasta alle melanzane**</b></li> <li>- Patate duchessa</li> <li>- <b>Insalata (<i>nido insalata fine</i>)**</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pasta al basilico**</b></li> <li>- Polpette di pollo</li> <li>- Zucchine</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio</li> <li>- Pesce gratinato con maionese vegetale</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido ciambella</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alle zucchine</li> <li>- Polpettone di ricotta e spinaci</li> <li>- <b>Insalata (<i>nido insalata fine</i>)**</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pasta e fagioli senza pomodoro**</b></li> <li>- Sformato di formaggio, patate e prosciutto</li> <li>- Fagiolini</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pastina in brodo vegetale</li> <li>- Carote a bastoncino (<i>nido cotte</i>)</li> <li>- <b>Pizza margherita senza pomodoro**</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Riso agli aromi**</b></li> <li>- Cotoletta di tacchino</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>- <b>Pasta aglio e olio**</b></li> <li>- Frittata al forno</li> <li>- Fagiolini</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pasta al ragù senza pomodoro**</b></li> <li>- Torta di patate</li> <li>- <b>Insalata</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso e piselli</li> <li>- <b>Merluzzo olio e limone**</b></li> <li>- Zucchine al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta integrale al pesto</li> <li>- <b>Mozzarella (<i>nido mozzarella a dadini</i>)</b></li> <li>- <b>Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)**</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla parmigiana</li> <li>- Prosciutto cotto certificato</li> <li>- Verdure gratinate</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pasta alla ricotta**</b></li> <li>- Tortino di verdure</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)**</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deinateo senza zuccheri e biscotti</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pisarei e fasò senza pomodoro (<i>nido: pasta fagioli</i>)**</b></li> <li>- Provolone DOP (<i>nido certosa</i>)</li> <li>- Fagiolini</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pesto</li> <li>- Hamburger di vitellone</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)**</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> <li>- <b>Pane integrale (<i>nido pane NON integrale</i>)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gnocchi olio e grana**</b></li> <li>- Fishburger con il suo panino con maionese vegetale (<i>nido: pane normale</i>)</li> <li>- <b>Fagiolini</b></li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola		**vedere note allegate		DATA INIZIO MENU': 7/4/2025	
<b>ANNO SCOLASTICO 2024-2025</b>					

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> <li>nessuno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tutti concessi</li> </ul>
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nessuno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uova</li> <li>Frittata</li> </ul>
CEREALI, PATATE  E  DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pasta/riso i cui sughi prevedano l'utilizzo di pomodoro</li> <li>Pasta al ragù o al pomodoro, pasta e fagioli con pomodoro, pisarei e fasò con pomodoro, gnocchi al pomodoro</li> <li>Lasagne</li> <li>Pizza con pomodoro</li> <li>Cracker/schiacciatine/sostituti del pane al gusto pomodoro</li> <li>Patatine in busta al "gusto pomodoro"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sughi in bianco o senza pomodoro, brodo vegetale</li> <li>Pasta al ragù bianco o all'olio</li> <li>Pisarei e fasò senza pomodoro</li> <li>Gnocchi senza pomodoro</li>   <li>Lasagne senza pomodoro</li> <li>Pizza bianca senza pomodoro</li> <li>Pane comune, cracker, grissini, snack in generale, senza pomodoro</li> </ul>
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spezzatino in umido</li> <li>Pesce al pomodoro in umido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spezzatino senza pomodoro</li> <li>Carne, pesce, formaggi, salumi</li> <li>Pesce senza pomodoro</li> </ul>
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passato di legumi</li>   <li>Piselli in umido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Passato/minestrone/brodo di verdure senza pomodoro</li> <li>Piselli senza pomodoro</li> </ul>
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pomodori crudi e cotti</li> <li>Minestrone</li> <li>Passato di verdure/brodo vegetale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verdura cruda o cotta tranne quella da evitare</li> <li>Minestrone o brodo vegetale o passato senza pomodoro</li> </ul>

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>FRUTTA</b>		• Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
<b>CONDIMENTI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ketchup</li> <li>• Salsa rosa</li> </ul>	• Burro, olio extravergine di oliva, aceto, limone, spezie
<b>VARIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dado da brodo di carne</li> <li>• Alimenti con collagene e/o gelatine alimentari</li> </ul>	• brodo vegetale o di pesce