







<i>Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado</i>		<b>A9 – DIETA PER FAVISMO</b>			
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pesto di zucchine - Bocconcini 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>- <b>Crocchette rustiche (ceci e patate)**</b></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>- Pepite di pesce impanate</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>- Pomodori</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta pomodoro e melanzane</li> <li>- Patate duchessa</li> <li>- Insalata mista (<i>nido tagliata sottile</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pomodoro e basilico</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 al forno 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>- Ratatouille di verdura</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta e fagioli</li> <li>- Sformato di formaggio, patate e prosciutto (<i>nido no prosciutto</i>)</li> <li>- Pomodori</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</li> <li>- Pizza margherita</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orzo/farro/riso al pomodoro</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>- Pasta alla pizzaiola</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>- Pasta al ragù</li> <li>- Torta di patate</li> <li>- Insalata (<i>al 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>- <b>Riso all'olio</b></li> <li>- Merluzzo in umido con pomodoro</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>- Caprese: Pomodoro, Mozzarella, basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>)</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 (<i>nido petto di pollo</i>)</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>- Pasta ricotta e pomodoro</li> <li>- Tortino di verdura</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pisarei e fasò (<i>nido pasta e fagioli</i>)</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 tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> <li><b>Pane integrale</b> (<i>nido pane NON integrale</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gnocchi al pomodoro (<i>nido pasta al pomodoro</i>)</li> <li>- Fishburger con il suo panino con maionese vegetale (<i>nido pane normale</i>)</li> <li>- Pomodori</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

**ANNO SCOLASTICO 2024-2025**

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

**ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NEL FAVISMO**

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>LEGUMI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fave</li> <li>• Piselli, piselli in umido</li> <li>• Passato di legumi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutti tranne quelli da evitare</li> </ul>
<b>VERDURA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestrone, passato di verdure</li> <li>• Tortini e crocchette di verdure</li> <li>• Verdure miste</li> <li>• Torte salate con verdure miste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minestrone, passati e verdure senza fave o piselli</li> <li>• Torte salate con verdure ad eccezione di quelle con fave o piselli</li> </ul>
<b>LATTE E DERIVATI</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Latte e derivati</li> <li>• Formaggi</li> </ul>
<b>UOVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frittata di verdure</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uova</li> <li>• frittata semplice</li> </ul>
<b>CEREALI, PATATE  E  DOLCI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta con piselli, pasta risotti alle verdure miste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta o riso senza conditi con sughi privi di fave e/o piselli (al pomodoro, in bianco, ecc)</li> </ul>
<b>CARNE E PESCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Insalata di pollo</li> <li>• Spezzatino con piselli</li> <li>• Polpette primavera, tortino, carni in umido e/o con aggiunta di legumi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Carne o pesce senza aggiunta di alimenti da evitare</li> </ul>
<b>FRUTTA</b>		<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>• Sugo di verdure</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sughi di verdure senza fave e/o piselli</li> </ul>
<b>VARIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alcuni farmaci (ad esempio sulfamidici, salicilici, chinidina, menadione, ecc.) che agiscono da "fattori scatenanti"</li> <li>• <i>Verbena Hybrida</i></li> </ul>	