

Dieta speciale: **B1** **DIETA CELIACHIA** _____
 Nome e Cognome: _____
 Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – B1 – DIETA CELIACHIA
Autunno - Inverno

<i>Menù Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado</i>			AUTUNNO – INVERNO		
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta speciale in bianco con olive Prosciutto crudo o cotto speciale Patate lesse o al forno Carote e fagiolini	Pasta speciale al pomodoro Scaloppine di tacchino con farina speciale al limone verza	Pasta speciale con ricotta spinaci Filetto di merluzzo /halibut al forno senza impanatura o con pangrattato speciale insalata	Polenta/pasta di mais o pasta speciale in bianco e Brasato/trito di vitellone Carote al forno	Minestrina vegetale con pastina speciale Patate duchessa o torta di patate senza Sfoglia o farina o pangrattato nell'impasto Carote Julienne
2	Pastina speciale in brodo di carne Bollito affettato verza	Pasta speciale alla pizzaiola Arrosto di lonza alla mela Purè	Pasta speciale e fagioli Crocchette o tortino di ricotta senza aggiunta di pangrattato spinaci al burro	Pasta speciale aglio e olio Bocconcini di pollo alle erbe fresche con farina speciale Carote julienne	Passato di verdura con pastina speciale Pizza margherita con base speciale senza glutine finocchi
3	Pasta speciale al ragù di vitellone Scaglie di Grana/provolone val Padana DOP Finocchi	Passato di verdura con crostini di pane speciale o pastina speciale Cosce/anche di pollo al rosmarino carote	Pasta speciale ricotta e spinaci Frittata al forno senza aggiunta di pangrattato o farina insalata	Polenta/pasta di mais o pasta speciale in bianco Spezzatino di vitellone con piselli in umido	Riso alla parmigiana o con la zucca Platessa gratinata con farina speciale o con pane speciale Patate al prezzemolo
4	Pasta speciale con pomodoro Rotolo di frittata al forno al formaggio Carote julienne	Pasta speciale e fagioli Prosciutto crudo Insalata	Risotto alla parmigiana Hamburger di sola carne(vitellone) Finocchi	Minestrina vegetale con pastina speciale Arrosto di tacchino Verza o broccoletti gratinati con pane speciale	Pasta speciale aglio olio o al sugo di pesce o Filetto di pesce o crocchette senza farina e pangrattato Insalata mista
5	Pasta speciale al pomodoro Sfornato di patate con prosciutto crudo o cotto speciale Erbette al burro	Passato di verdura con pastina speciale Pizza margherita con base speciale senza glutine Insalata mista	Pasta speciale con piselli Scaloppina/bocconcini di pollo agli agrumi con farina speciale Carote julienne	Risotto allo zafferano Hamburger di solo vitellone Fagiolini	Pasta speciale al burro Pesce al forno senza impanatura o gratinato con farina speciale o con pane speciale patate
6	Pasta speciale con ricotta e zucca o spinaci Arrosto di lonza Piselli in umido	Pastina speciale in brodo di carne Bollito Finocchi senza gratinatura o con pane speciale	Pasta speciale Pesce al forno senza gratinatura o con pane speciale Insalata mista	Lasagne con pasta speciale senza besciamella o pasta al ragù Ricotta o crescenza Carote julienne	Risotto alla parmigiana/ al pomodoro Frittata al forno Verza

ANNO SCOLASTICO 2011-2012

N.B. Usare sempre PASTA SPECIALE E PANE SPECIALE senza glutine al posto della pasta e del pane comune

Da impiegarsi nelle preparazioni: farina o pangrattato speciale senza glutine; salsa rossa preparata da prodotti freschi senza aggiunta farina/amido; purè preparato con patate lesse; pesto fresco di solo basilico e grana

Merende: Biscotti speciali senza glutine **al posto di** biscotti

Pane speciale senza glutine **al posto di** pane, marmellate e cioccolato con spiga sbarrata se concesso dal manuale, budino, ciambella, torta allo yogurt sostituiti con prodotti speciali

Yogurt naturale **al posto di** yogurt alla frutta

Base speciale senza glutine per la focaccia

Dieta speciale: **B1** **DIETA CELIACHIA**
 Nome e Cognome: _____
 Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – B1 – DIETA CELIACHIA
Primavera - Estate

<i>Menù Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado</i>					PRIMAVERA ESTATE
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta speciale al pomodoro Rotolo di frittata senza pangrattato Pomodori	Pasta speciale con olive Hamburger di vitellone Carote Julienne	Risotto primavera con zucchini Caprese: Pomodoro, mozzarella, basilico	Pasta speciale in bianco all'olio o con basilico e grana Arrosto di tacchino al limone Insalata mista	Pasta speciale con pomodoro e ricotta Platessa gratinata Fagiolini
2	Pasta speciale al ragù Formaggi /tortino di ricotta senza pangrattato/ farina o con pan grattato speciale Zucchini al forno	Pasta speciale al sugo con peperone/aglio e olio Prosciutto crudo e melone o patate al forno (in primavera)	Pastina speciale in passato di verdura Pizza margherita con base speciale senza glutine	Riso e salvia o con la zucca Bocconcini di pollo con pan grattato o farina speciale o senza impanatura o infarinatura Pomodori	Pasta speciale al pomodoro Frittata con verdure senza pangrattato farina Carote Julienne
3	Risotto alla parmigiana Arrosto di lonza pomodori	Pasta speciale al ragù o lasagne i con pasta speciale e besciamella con farina speciale Scaglie di Grana Insalata/pinzimonio di verdura	Minestra di verdure con riso/ pastina speciale Patate duchessa o torta di patate senza sfoglia, pangrattato o farina nell'impasto Carote/fagiolini	Pasta speciale alla pizzaiola Cotoletta di tacchino con pan grattato speciale o con farina speciale spinaci al burro	Pasta speciale con basilico grana o pesto speciale Filetto di merluzzo con pan grattato o con farina speciale o senza impanatura Pomodori
4	Pasta speciale con zucchini Formaggi/Prosciutto crudo e melone o carote (primavera)	Risotto porri/zucca/parmigiana Cosce/ anche di pollo al rosmarino Pomodori	Pasta speciale pomodoro e basilico Hamburger di vitellone Peperonata	Passato di verdura con pastina speciale Pizza margherita con base speciale senza glutine Spinaci	Pasta speciale al sugo pomodoro/pesce Crocchette di pesce/verdura senza farina o pangrattato nell'impasto Insalata e carote
5	Minestrina vegetale con pastina speciale Rotolo di frittata senza pangrattato Pomodori	Pasta speciale al pomodoro con melanzane Bocconcini di pollo senza infarinatura o con farina speciale alle erbe Carote julienne	Pasta speciale burro e grana Arrosto di vitellone con verdure piselli	Pasta speciale in bianco o lasagne i con pasta speciale e besciamella con farina speciale al pesto speciale formaggi Insalata	Risotto allo zafferano Filetto di merluzzo senza impanatura o infarinatura o con farina/pangrattato speciale o insalata di pesce con patate Fagiolini e patate
6	Pastina speciale in brodo di carne Bollito Zucchini al forno	Pasta speciale e fagioli Grana padano insalata	Pasta speciale aglio olio Sogliola/platessa gratinata senza pane o con pan grattato speciale Insalata mista	Pasta speciale con zucca o zucchini Bocconcini/scaloppine senza o con farina/pangrattato speciale Pomodori	Pasta speciale al pomodoro. Sformato di patate senza sfoglia pangrattato, farina nell'impasto al prosciutto cotto speciale Carote julienne

ANNO SCOLASTICO 2011-2012

N.B. Usare sempre PASTA SPECIALE E PANE SPECIALE senza glutine al posto della pasta e del pane comune

Da impiegarsi nelle preparazioni: farina o pangrattato speciale senza glutine; salsa rossa preparata da prodotti freschi senza aggiunta farina/amido; purè preparato con patate lesse; pesto fresco di solo basilico e grana

Merende: Biscotti speciali senza glutine **al posto di** biscotti
 Pane speciale senza glutine **al posto di** pane, marmellate e cioccolato con spiga sbarrata se concesso dal manuale, budino, ciambella, torta allo yogurt sostituiti con prodotti speciali
 Yogurt naturale **al posto di** yogurt alla frutta
 Base speciale senza glutine per la focaccia

Dieta speciale: **B1** **DIETA CELIACHIA**
 Nome e Cognome: _____
 Scuola: _____

ALIMENTI PERMESSI E PROIBITI NELLA CELIACHIA

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> • Latte con orzo e farine latte per l'infanzia con farine proibite • Formaggi fusi (formaggi a fette e formaggini) e spalmabili (tipo Philadelphia) • Besciamella • Yogurt al malto e cereali 	<ul style="list-style-type: none"> • Latte, panna • Ricotta, mozzarella, crescenza, montasio, grana padano, parmigiano, emmenthal, ecc ad eccezione di quelli da evitare • Besciamella con farina senza glutine • Yogurt alla frutta o al naturale
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • Frittata con aggiunta di farinacei • Crêpes 	<ul style="list-style-type: none"> • Uova, frittata di uova fresche senza aggiunta di farinacei
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> • Farine, semolini e fiocchi di: grano – frumento, orzo, segale, avena, malto • Criticale, kamut, orzo, segale, avena • Fiocchi di riso e mais con malto • Crusca, amido di frumento • Pasta di semola, pasta all'uovo, lasagne, gnocchi, semolino, farro, kamut • paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.), pisarei • pizzocheri, polenta taragna • farine arricchite, germe di grano • pizza • Pane, cracker, grissini, fette biscottate, focaccia, pizzetta, prodotti da forno in generale, pangrattato, pancarrè, toast, piadine • Malto, cereali maltati, malto di frumento, di orzo, amido modificato • torta o polpette di patate, purè in fiocchi, patatine fritte confezionate • biscotti, wafer, torte e prodotti di pasticceria, budini, porridge, marzapane • cioccolato, cacao in polvere, crema spalmabile • gelati, panna montata, caramelle gommose, mousse 	<ul style="list-style-type: none"> • Farina di mais, polenta, farina di e amido riso, farina di soia, amido di mais (maizena), riso soffiato, popcorn, fiocchi di mais, farina e fiocchi di tapioca, miglio e farina, farina di grano saraceno • Riso, pasta di riso, pasta di mais, pasta e farina dietetiche prive di glutine • Pizza o focaccia con base per pizza speciale senza glutine • Pane, cracker, grissini e altri farinacei da forno esclusivamente preparati con farine permesse • patate, fecola di patate • cacao purissimo, miele, zucchero • biscotti, dolci, torte preparati con gli ingredienti consentiti
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> • Insaccati e salumi crudi o cotti e/o con amido modificato (Prosciutto cotto, mortadella, coppa, salame, salsicce, salami, wurstel, • carne in scatola, hamburger vegetali • hamburger, arrostiti, ripieni • polpettone/ine o cotolette di carne o pesce • crocchette/polpette di pesce o pesce con infarinatura/impanatura • alimenti liofilizzati e omogeneizzati 	<ul style="list-style-type: none"> • prosciutto crudo o cotto garantito (*), bresaola • tutti i tipi di carne, pollame, pesce, uova freschi o surgelati senza additivi farinacei • fettina di carne o pesce senza panatura e/o infarinatura • pesce senza panatura o infarinatura • alimenti liofilizzati o omogeneizzati senza glutine
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> • legumi conservati in scatola • seitan, bulgur e hamburger vegetali 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti freschi o secchi
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> • Verdure gratinate, tortini di verdure • Verdure precotte surgelate 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura cruda o cotta senza pan grattato o farine vietate
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> • Fichi secchi e altra frutta secca infarinata • Marron glacès • Marmellata di castagne 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta • Frutta sciropata, frutta secca, castagne

% SEGUE

Dieta speciale: B1 <input type="checkbox"/> DIETA CELIACHIA
Nome e Cognome: _____
Scuola: _____

% ALIMENTI PERMESSI E PROIBITI NELLA CELIACHIA

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Olio di germe di grano, oli di semi vari • Margarina a composizione non definita, burro light • Aceto balsamico o aromatizzato • Pesto, salse (maionese, senape, ecc), besciamella, sughi pronti, pasta d'acciughe 	<ul style="list-style-type: none"> • olio extravergine di oliva, burro, olio di semi di mais, olio di semi di girasole, olio di semi di arachide, olio di soia • besciamella con farina speciale
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Dado da brodo, aromi misti, curry • Polveri pronte per la prima colazione, zucchero a velo • Livito in polvere, lievito madre • Alimenti liofilizzati • Birra, whisky, scotch • Caffè solubile, orzo, surrogati del caffè con orzo e malto • Caffè o altre bevande preparate da macchine ad uso promiscuo con orzo • Bevande solubili e bevande dei distributori automatici 	<ul style="list-style-type: none"> • brodo vegetale o di carne freschi • cacao purissimo • vino, spumante • tè, caffè preparato in strumenti dedicati • bevande frizzanti

(*) Prosciutto cotto garantito senza glutine e senza aggiunta di amido modificato

NB:

LEGGERE ATTENTAMENTE LE ETICHETTE DEGLI ALIMENTI CONFEZIONATI PER CONTROLLARE CHE NON VI SIANO INGREDIENTI DA EVITARE oppure CON DICITURA: glutine, malto d'orzo, maltodestrine, farina di cereali maltati, amido gelatinizzato/vegetale/modificato, proteine vegetali idrolisate (albumine, globulina, gliadine, glutine), addensante vegetale, glutammato.

EVITARE TUTTI GLI ALIMENTI DI CUI NON SI CONOSCA ESATTAMENTE LA COMPOSIZIONE.