SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico



MENU' PRIMAVERA ESTATE

Menù Nidi, Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado **A13 - Dieta priva di lattosio e proteine latte vaccino (PLV), frutta secca, legumi e uova**

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	**- Pasta integrale al pesto di zucchine *(nido pasta non integrale)***** - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**-Risotto alla milanese** - Petto di pollo - Pomodori** - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta *(nido pane e olio)*	**- Pasta al pesto di carote** - Pepite di pesce impanate senza uova** - Insalata *(nido insalata fine)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta aglio e olio** - Polpettine di tacchino di sola carne** - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta al pomodoro e melanzane** - Fettina di pollo al forno** - Insalata mista *(nido insalata fine)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*
	**- Pasta al pomodoro e basilico** - Polpette di pollo solo carne**** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta aglio e olio** - Pepite di pesce impanate senza uova**** - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti s.g. senza uova e senza lattosio)***	**- Risotto alle zucchine** - Fettina di pollo** - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido frutta)***	**- Pasta al pomodoro** - Prosciutto cotto certificato *(nido tacchino)*** - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pastina in brodo vegetale** - Pizza margherita senza mozzarella**** - Carote a bastoncino *(nido crema di verdura)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*
	**- Risotto all'olio** - Cotoletta di tacchino impanata senza uova**** - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido pane e marmellata)*	**- Pasta alla pizzaiola (pomodoro e aromi)** - Petto di pollo - Insalata *(nido tagliata fine)*** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta al ragù** - Pesce al forno** - Insalata *(nido tagliata fine)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Riso all'olio**** - Merluzzo in umido con pomodoro - Zucchine al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta al pesto** - Caprese: Pomodoro, Mozzarella (vegetale),** basilico *(nido mozzarella a dadini)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti s.g. senza uova e senza lattosio)***
	**- Riso all'olio** - Prosciutto cotto certificato *(nido tacchino)*** - Verdure gratinate - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido frutta)***	**- Pasta al pomodoro** - Pollo agli aromi** - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti s.g. senza uova e senza lattosio)***	**- Pasta alla pizzaiola** - Formaggio vegetale - Pomodori in insalata** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta al pomodoro** - Hamburger di vitellone di sola carne**** - Insalata *(nido tagliata fine)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)* ***Pane integrale (vedere contaminazioni)***	**- Gnocchi al pomodoro *(nido pasta al pomodoro)**** - **Fishburger con il suo panino ** *(nido: pane normale)*** - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*

*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola **vedere note allegate DATA INIZIO MENU': 7/4/2025 **ANNO SCOLASTICO 2024-2025**

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

NB:

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	• latte vaccino, latte adattato per l'infanzia, yogurt • formaggi di ogni genere, compresi grana e parmigiano • tortino o polpette di ricotta • Burro, panna, besciamella	• Latte di riso o avena • fettina di carne o di pesce prosciutto crudo o cotto garantito (*) • carne o pesce • olio extravergine di oliva
UOVA	• Uova • Frittata	• Carne o pesce o prosciutto crudo o cotto garantito(*)
CEREALI, PATATE E DOLCI	• Pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di formaggi (ricotta, grana/parmigiano, ecc.) o burro • Pasta all'uovo, lasagne, paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.) • Pasta/riso i cui sughi prevedano l'utilizzo di frutta secca (es pesto) • Pasta o primi con legumi (pisarei e fasò, pasta con fagioli, pasta con piselli, risotti, minestroni, passati di verdure, passato di legumi) • Cornflakes con frutta secca, biscotti, dolci, torte, creme, merendine, cioccolato, cacao, creme al cioccolato (Nutella), gelati, gianduia, ecc. • Pane multicereali, con semi, pane di soia, basi per pizza • Pizza (se contaminata con frutta secca o soia) • Panini dolci, pancarrè, fette biscottate con latte, pane al latte e prodotti da forno • torta o polpette di patate, purè, fecola di patate • biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini • cioccolato, cacao in polvere • gelati, panna montata, caramelle gommose • Pizza, farina e pan grattato contaminati con legumi (es. soia) e semi vari (es. sesamo)	• Pasta di semola, riso, senza formaggi e/o burro • Pasta di semola/riso, lasagne di pasta di semola senza besciamella e grana o pasta/riso al pomodoro o all'olio • Pizza non contaminata con solo pomodoro e prosciutto crudo o cotto garantito (*) • Pane comune, cracker, grissini, gallette di riso e fette biscottate senza latte o uova • polpetta di patate senza formaggio, patate lessate • biscotti speciali, prodotti da forno certificati senza latte/uova/yogurt/burro/cioccolato, yogurt o budini di soia • cacao puro • sorbetti alla frutta, granite, ghiaccioli, gelati alla frutta garantiti senza latte/uova, siero in polvere, caramello di solo zucchero

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CARNE E PESCE	• Prosciutto cotto/insaccati/salsicce/salami con caseinati o lattosio, lattoalbumina, polveri di latte • polpettone/ine, cotolette di carne • Mortadella • Polpette primavera, tortino e frittata di verdure, carni o secondi con aggiunta di legumi • Hamburger di vitellone • Crocchette, cotolette di pesce	• prosciutto crudo o cotto garantito (*) • polpettine di carne senza formaggi/uova/latte o fettina di carne con sola infarinatura • hamburger di vitellone con carne trita fresca senza aggiunta di impasti che possano contenere latte o derivati o siero • filetto di pesce con sola infarinatura
LEGUMI	• legumi conservati in scatola • Soia e derivati (tofu, budini yogurt e gelati di soia, latte di soia, salsa di soia, salsa Worcester, tempeh, miso, natto, spaghetti di soia, ecc.) • Fagioli, lenticchie, fave, ceci, soia, lupino, fagiolini, piselli	• Nessun legume
VERDURA	• Cucinate con l'impiego di latte o formaggi o burro o uovo • Tortini di verdure, crocchette di verdure, verdure miste	• Verdura cruda o cotta con olio
FRUTTA	• Succhi di frutta con latte o yogurt, • Mela (*se allergia crociata con uovo*) • Frutta secca: noci, nocciole, arachidi, noci di cocco, burro di arachidi, pinoli, pistacchi, mandorle, castagne, dolce di castagne, macadamia, pecan, ecc.	• Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CONDIMENTI	• maionese, salse, burro, panna, besciamella • Pesto • Olio di semi di arachidi, oli di semi vari, oli di semi di girasole, oli di mais, oli di soia	• olio extravergine di oliva • tutti i sughi o condimenti che non contengano formaggi/uova e PLV e lattosio e non contaminati da soia e frutta secca
VARIE	• Dado da brodo • Semi vari: zucca, vinacciolo, girasole, ricino, senape, pecan, macadamia • Sesamo, semi di papavero e alimenti che li contengono (grissini, pane, cracker) La soia può essere contenuta: • Dado da brodo vegetale, • gelatina vegetale, • amido vegetale, • alimenti con la dicitura "proteine vegetali idrolizzate" • Caglio di germogli di soia • lecitina • addensanti di proteine vegetali • Polveri pronte per la prima colazione • Alimenti con la dicitura: caseina o caseinato, lattoalbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio, lecitina non specificata, coagulanti, emulsionanti, chiarificanti, agglomeranti, ovoalbumina, vitellina, globulina, livetina, lisozima	• brodo vegetale o di carne consentita freschi • cacao puro

*LEGGERE ATTENTAMENTE LE ETICHETTE DEI CIBI CONFEZIONATI PER CONTROLLARE CHE NON VI SIANO TRACCE DI SOIA, FRUTTA SECCA O SEMI (vedere anche le diciture sopraindicate).

ALIMENTI CHE SULLA CONFEZIONE PORTANO ANCHE LA DICITURA:

- **"*PRODOTTO IN STABILIMENTI IN CUI SI UTILIZZANO NOCI O NOCCIOLE O FRUTTA SECCA O SOIA*"**
- **"PUO' CONTENERE TRACCE DI *NOCI O NOCCIOLE O FRUTTA SECCA O SOIA*"**

TALI ALIMENTI VANNO EVITATI.