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 **A18– DIETA PER CELIACHIA, UOVA E LATTOSIO E PLV**

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	**- Pasta s.g. al pesto di zucchine senza formaggio**** **- Bocconcini di pollo/cosce alle erbe**** - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Risotto alla milanese senza formaggio**** **- Crocchette primavera (ricetta vegana)** - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido pane s.g. e olio)***	**- Pasta s.g. al pesto di carote senza formaggio**** **- Pepite di pesce impanate** con maionese vegana** - Insalata *(nido insalata fine)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta s.g. olio**** **- Fettina di tacchino**** - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido yogurt vegetale o frutta)***	- **Pasta s.g. pomodoro e melanzane**** - **Lenticchie in umido**** - Insalata - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*
	**- Pasta s.g. al pomodoro e basilico senza formaggio**** **- Fettina di pollo**** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta s.g. aglio e olio**** **- Pesce gratinato con maionese vegana**** - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido latte e biscotti s.g.)***	- **Risotto alle zucchine senza formaggio**** - **Tortino di verdure**** - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido yogurt vegetale o frutta)***	**- Pasta s.g. e fagioli**** **- Prosciutto cotto certificato** *(nido tacchino)*** - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Riso in brodo vegetale senza formaggio**** - Carote a bastoncino (nido cotte) - **Pizza margherita s.g. e senza formaggio**** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*
	- **Risotto al pomodoro e basilico senza formaggio**** - **Cotoletta di tacchino**** - Carote julienne *(nido carote cotte)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido pane s.g.e marmellata)***	- **Pasta s.g. alla pizzaiola (pomodoro e aromi)**** - **Tortino di verdure**** - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta s.g. al ragù senza formaggio**** **- Fagioli in umido** - Insalata - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Riso e piselli senza formaggio**** - Merluzzo in umido con pomodoro - Zucchine al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	- **Pasta s.g. al pomodoro senza formaggio**** - 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 senza formaggio**** - **Prosciutto cotto certificato *(nido petto di pollo)*** - **Verdure lessate**** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido frutta)***	- **Pasta s.g. al pomodoro**** **- Tortino di verdure**** - Carote julienne *(nido cotte)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta ***(nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti s.g. senza uova e senza lattosio)***	- **Pasta s.g. e fagioli senza formaggio**** - **Formaggio vegetale** - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	**- Pasta s.g. al pomodoro senza formaggio**** - **Hamburger di vitellone di sola carne**** - Insalata *(nido insalata fine)* - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta *(nido frutta)*	- **Pasta s.g. al pomodoro senza formaggio**** **- Fishburger con il suo panino s.g. con maionese vegetale**** - 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

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	• latte vaccino, latte adattato per l'infanzia, yogurt • formaggi di ogni genere compresi parmigiano e grana • tutte le preparazioni che richiedono ricotta o formaggio se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) • Burro, panna, besciamella	• Latte di riso o di soia • Yogurt di soia
UOVA	• Frittata con aggiunta di farinacei • Frittata con latte e formaggio • Crèpes	• Uova, frittata di uova fresche senza aggiunta di farinacei e formaggio o latte
CEREALI, PATATE E DOLCI	• Pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di formaggi o burro • Lasagne, paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.) • Pizza con formaggio • Panini dolci, pancarrè, fette biscottate con latte, pane al latte e prodotti da forno • torta o polpette di patate, purè se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) • biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini • cioccolato, cacao in polvere • gelati, panna montata, caramelle gommose • Farine, semolini e fiocchi di: grano – frumento, orzo, segale, avena, malto • Triticale, 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	• Pasta senza glutine, riso, senza formaggi o burro • Lasagne senza glutine senza besciamella e formaggio o pasta/riso al pomodoro o all'olio • Pizza senza glutine con solo pomodoro e prosciutto crudo o cotto garantito (*) • Pane senza glutine , cracker senza glutine, grissini senza glutine, gallette di riso e fette biscottate senza latte e glutine • polpette di patate senza formaggio, patate lessate • biscotti speciali, prodotti da forno certificati senza latte/yogurt/burro/cioccolato, yogurt o budini di soia • cacao puro • sorbetti alla frutta, granite, ghiaccioli, gelati alla frutta garantiti s senza latte o siero in polvere, caramello di solo zucchero, meringhe

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

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CARNE E PESCE	• 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, arrosti, ripieni • polpettone/ine o cotolette di carne o pesce • crocchette/polpette di pesce o pesce con infarinatura/impanatura • alimenti liofilizzati e omogeneizzati • Prosciutto cotto non certificati/insaccati/salsicce/salami/coppa • polpettone/ine di carne se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) • Hamburger se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale) crocchette di pesce se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. latte vegetale)	• 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 impanatura e/o infarinatura • pesce senza impanatura o infarinatura • alimenti liofilizzati o omogeneizzati senza glutine e lattosio
LEGUMI	• legumi conservati in scatola • seitan, bulgur e hamburger vegetali	• Tutti freschi o secchi
VERDURA	• Verdure gratinate, tortini di verdure • Verdure precotte surgelate	• Verdura cruda o cotta senza pan grattato o farine vietate
FRUTTA	• Fichi secchi e altra frutta secca infarinata • Marron glacès • Marmellata di castagne • Succhi di frutta con latte o yogurt	• Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta • Frutta sciroppata, frutta secca, castagne
CONDIMENTI	• 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 • Salse a base di formaggio, burro, panna, besciamella, maionese (tranne quella vegetale)	• olio extravergine di oliva, burro, olio di semi di mais, olio di semi di girasole, olio di semi di arachide, olio di soia
PREPARAZIONI ELABORATE (ES. CROCCHETTE, VERDURE GRATINATE, TORTINI VARIE, BOCCONCINI…)	• Farine non permesse, pangrattato e simili • Dado da brodo • Polveri pronte per la prima colazione • Pesto con formaggio • Alimenti con la dicitura: caseina o caseinato, lattoalbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio	• Farine permesse

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

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

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**

*Leggere sempre bene le etichette per verificare che non ci siano ingredienti proibiti, nel dubbio evitare di utilizzare l'alimento in questione prima di aver chiesto conferma.