



MENU' AUTUNNO INVERNO

Menù Nidi, Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado		A 20 – DIETA SENZA MAIALE, SEMI, FRUTTA SECCA E LEGUMI			
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Arrosto di vitellone - Carote julienne (nido carote cotte) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) <p>PANE INTEGRALE (NO NIDI)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura senza legumi con pastina - Pizza margherita** - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (nido tè deidato senza zuccheri e biscotti senza contaminazioni di soia o sesamo o altri legumi o semi)** 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Pesce gratinato al forno - Insalata (nido insalata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla parmigiana - Fettina di pollo impanata*** - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt**) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto invernale** - Torta di patate*** - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdure (no fagiolini) con riso** - Polpettone ricotta e tacchino - Verza in insalata (nido tagliata sottile) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Gnocchi/chicche al pomodoro (nido pasta al pomodoro)** - Fishburger con il suo panino senza maionese (nido panino normale) - Finocchi gratinati - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto allo zafferano - Ricotta - Patate al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt)** 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al ragù e basilico - Mozzarella (nido ricotta) - Insalata (nido tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Frittata al forno con verdure** - Carote julienne (nido carote cotte) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e marmellata)**
	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina in brodo di carne*** - Bollito con salsa rossa - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta olio e grana - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe - Patate al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido latte e biscotti senza contaminazioni di soia o sesamo o altri legumi o semi)** 	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdure (no fagiolini) con orzo/farro/riso** - Pizza margherita** - Verza in insalata (nido tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - grana padano - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido ciambella con prodotti non contaminati con soia o sesamo o altri legumi o semi)** 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla zucca** - Bocconcini di pesce impanati senza maionese*** - Insalata (nido insalata tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta integrale al pomodoro e aromi (nido pasta non integrale) - Scaloppine di vitellone al limone** - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido pane e olio)** 	<ul style="list-style-type: none"> - Lasagne alla bolognese** - Provolone DOP (nido crescita) - Insalata (nido insalata tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo vegetale con crostini - Petto di pollo agli aromi al forno - Carote julienne (nido carote cotte) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt)** 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Merluzzo pomodoro - Patate e carote lesse - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrina vegetale con riso*** - Polpettone di spinaci e ricotta - Verza in insalata (nido tagliata fine) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
<p>*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola ** vedere note allegate ***nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale con pasta al pomodoro/pasta all'olio</p>					
DATA INIZIO MENU': 21/10/2024				ANNO SCOLASTICO 2024-2025	

Il responsabile del procedimento
File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa
e.mail : a.contini@ausl.pc.it – www.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> • Yogurt con muesli e/o frutta secca • formaggi con noci o altra frutta secca (es: gorgonzola con le noci) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti concessi
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • Frittata con verdure già pronta 	<ul style="list-style-type: none"> • Uova • Frittata
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> • 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, minestrone, 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 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta di semola, riso, cereali con sughi di pomodoro o in bianco, pisarei al pomodoro • Biscotti speciali e/o altri snack garantiti senza frutta secca/soia/semi, cacao puro • ghiaccioli, granite, sorbetti che non contengano addensanti (es amido) • pane comune (verificare contaminazioni se pane integrale)
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> • Mortadella • Polpette primavera, tortino e frittata di verdure, carni o secondi con aggiunta di legumi 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti i secondi che non prevedono l'utilizzo di legumi
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdure

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa
e.mail : a.contini@ausl.pc.it – www.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> • Tortini di verdure, crocchette di verdure, verdure miste 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura cruda o cotta
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta secca: noci, nocciole, arachidi, noci di cocco, burro di arachidi, pinoli, pistacchi, mandorle, castagne, dolce di castagne, macadamia, pecan, ecc 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Olio di semi di arachidi, oli di semi vari, oli di semi di girasole, oli di mais, oli di soia 	<ul style="list-style-type: none"> • Burro, olio extravergine di oliva, aceto, limone, spezie
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Semi vari: zucca, vinacciolo, girasole, ricino, senape, pecan, macadamia • Sesamo, semi di papavero e alimenti che li contengono (grissini, pane, cracker) <p>La soia può essere contenuta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • brodo vegetale o di pesce

NB:

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.

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa
e.mail : a.contini@ausl.pc.it – www.ausl.pc.it

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775
Codice fiscale 91002500337
PEC contatinfo@pec.ausl.pc.it
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it