



Menù Nidi, Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A0 - Dieta senza carne bovina priva di lattosio e proteine latte vaccino (PLV) e uova					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	- Pasta al pesto di zucchine** - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Riso alla milanese** - Crocchette rustiche (ceci e patate) - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>)	- Pasta aglio e olio** - Pepite di pesce impanate senza uova** - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta all'olio** - Polpette di tacchino di sola carne - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al pomodoro e melanzane** - Lenticchie in umido - Insalata mista (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Pasta pomodoro e basilico** - Polpette di pollo sola carne** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta aglio e olio** - Pesce gratinato al forno con maionese vegetale** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zucchero e biscotti speciali senza latte e senza uova</i>)	- Risotto alle zucchine** - Tortino di verdure - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta e fagioli** - Prosciutto cotto certificato (<i>nido pollo</i>) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pastina in brodo vegetale** - Carote a bastoncino - Pizza margherita senza mozzarella** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Riso/orzo/farro al pomodoro** - Fettina di tacchino - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)	- Pasta alla pizzaiola** - Tortino di verdure - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al ragù** - Sformato di lenticchie (ricetta vegana) - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Riso e piselli** - Merluzzo in umido con pomodoro - Zucchine al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta integrale al pomodoro** - Caprese: Pomodoro, Mozzarella (vegetale), basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza latte e senza uova</i>)
	- Riso all'olio** - Prosciutto cotto (<i>nido pollo</i>) - Verdure gratinate - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al pomodoro** - Tortino di verdure** - Carote julienne (<i>nido cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza latte e senza uova</i>)	- Pisarei e fasò** (<i>nido: pasta fagioli</i>) - Formaggio vegetale - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al pomodoro** - Crocchette rustiche (ricetta vegana) - Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) - <u>Pane integrale</u> (<i>nido pane NON integrale</i>)	- Gnocchi al pomodoro** (<i>pasta al nido</i>) - Fishburger con il suo panino con maionese vegetale** (<i>nido: pane normale</i>) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola **vedere note allegate *** CS: solo carne 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 grana e parmigiano - tortino o polpette di ricotta - Burro, panna, besciamella	- Latte di riso o di soia, yogurt di soia - 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(*) - Legumi - Frittata di ceci
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.) - Pizza - 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 gombose	- 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 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



	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 • 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	• Tutti
VERDURA	• Cucinate con l'impiego di latte o formaggi o burro o uovo	• Verdura cruda o cotta con olio
FRUTTA	• Succhi di frutta con latte o yogurt, • Mela (<i>se allergia crociata con uovo</i>)	• Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	• maionese, salse, burro, panna, besciamella • Pesto	• olio extravergine di oliva • tutti i sughi o condimenti che <u>non</u> contengano formaggi/uova
VARIE	• Dado da brodo • 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

NOTE:

*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.