



Menù Nidi, Scuole dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A10 - DIETA SENZA LIEVITI E MUFFE					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	- Pasta al pesto di zucchine senza grana** - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe no farina** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Risotto all'olio senza grana** - Petto di pollo - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al pesto di carote e ricotta senza grana** - Pepite di pesce impanate** - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta olio senza grana** - Ricotta - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta alle melanzane senza grana e pomodoro** - Uova strapazzate - Insalata mista (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Pasta al basilico senza pomodoro e grana** - Polpettine di pollo sola carne** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta aglio e olio senza grana** - Pesce al forno gratinato** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Risotto alle zucchine senza grana** - Ricotta - Insalata - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta fagioli senza pomodoro e grana** - Uova strapazzate - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pastina in brodo vegetale** - Carote a bastoncino - Pizza margherita senza pomodoro - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Risotto all'olio senza grana** - Fesa di tacchino al forno** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta all'olio senza grana** - Frittata senza formaggio** - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta all'olio senza grana** - Fettina di pollo - Insalata - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Riso e piselli senza grana** - Merluzzo in bianco olio e limone - Zucchine al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al basilico e olio** - Caprese: pomodoro e mozzarella (<i>nido mozzarella a cubetti</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Riso all'olio senza grana** - Uova strapazzate - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta all'olio senza grana** - Petto di pollo - Carote julienne (<i>nido cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pisarei e fasò senza pomodoro e grana** (<i>nido: pasta fagioli</i>) - Ricotta - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta all'olio senza grana** - Hamburger di vitellone di sola carne** - Insalata - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta bianca alle olive senza grana** - Fishburger con panino speciale** - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola **vedere note allegate NON AGGIUNGERE: GRANA, PARMIGIANO NO PANE; si può sostituire con prodotti speciali non lievitati o con lievitazione chimica					
			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

ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NELLA DIETA PRIVA DI LIEVITI E MUFFE

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	- Formaggi fermentati ed erborinati (gorgonzola, camembert, brie, rochefort, caprini, ecc) - Formaggi stagionati (grana, parmigiano, emmenthal, ecc) - yogurt - Latte fermentato o cagliato - Siero di latte	- Latte fresco UHT - Formaggi freschi (es ricotta, crescenza, mozzarella)
UOVA	frittata	- Uova - Frittata senza formaggio
CEREALI, PATATE E DOLCI	- pasta o riso con sughi di funghi - pasta o riso al pomodoro - pizza, pane, focaccia, prodotti da forno - ciambelle, torte, biscotti, dolci contenenti lievito di birra - prodotti da forno a lievitazione naturale (pane, pancarrè, tortine, merendine, pan di spagna, cracker, fette biscottate, grissini, schiacciatine ecc - cibi impanati e/o con aggiunta di pan grattato - crocchette di patate	- pasta o riso in bianco o con sughi consentiti - cereali elaborati e non lievitati (pasta, riso, farro, ecc) - prodotti da forno speciali non lievitati o con lievitazione chimica - patate
CARNE E PESCE	- polpettone/ine o cotolette di carne o pesce - carni e pesci affumicati - crocchette o cotolette o bastoncini di pesce - salsicce, prosciutti, insaccati, salumi	- Carne o pesce freschi o surgelati - Polpette di carne o pesce con sola infarinatura - Fettina di carne con sola infarinatura
VERDURA	- funghi - crauti - Tortini e crocchette di verdure - Torte salate con verdure - Verdure gratinate	Tutte eccetto quelle da evitare
LEGUMI	Legumi in scatola	Legumi freschi o surgelati



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

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
FRUTTA	• Succhi di frutta con yogurt aggiunto • Frutta secca e alimenti che la contengono	• Tutta eccetto quella da evitare
CONDIMENTI	• Aceto e cibi che lo contengono • Pesto • Olio di semi • Margarina • Conserve, conserva di pomodoro	• Olio di oliva, ecc
VARIE	• Birra, vino • Estratto di lievito • Sidro • Cibi conservati in scatola (olive, capperi, sott'aceti, sott'olio, ecc)	

AVVERTENZE:

- Consumare i cibi in scatola subito dopo l'apertura
- Mangiare la frutta fresca subito dopo la preparazione
- Non assumere cibi avanzati
- Non consumare carne o pesce che siano conservati per più di 24 ore