



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

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico



| Menù Nidi, Scuole dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | A12 - ALLERGIA AL FRUMENTO                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Settimana                                                                           | Lunedì                                                                                                                                                                                                                                                                 | Martedì                                                                                                                                                                                                                                                      | Mercoledì                                                                                                                                                                                                                                                                        | Giovedì                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Venerdì                                                                                                                                                                                                                                                      |
|    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Orzo al pesto di zucchine**</li> <li>- Bocconcini di pollo/cosce alle erbe**</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla milanese</li> <li>- Crocchette primavera</li> <li>- Fagiolini</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al pesto di carote e ricotta**</li> <li>- Polpette di pesce senza pangrattato e farina**</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso all'olio e grana**</li> <li>- Polpette di ricotta e tacchino senza pan grattato</li> <li>- Pomodori</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto al pomodoro**</li> <li>- Patate duchessa senza pan grattato</li> <li>- Insalata mista (<i>nido insalata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> |
|    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al pomodoro e basilico**</li> <li>- Polpette di pollo di sola carne</li> <li>- Zucchine</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso aglio e olio</li> <li>- Pesce al forno con maionese vegetale**</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alle zucchine</li> <li>- Ricotta</li> <li>- Ratatouille di verdura</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al pomodoro e fagioli**</li> <li>- Sformato di formaggio, patate e prosciutto senza pangrattato e farina (<i>nido no prosciutto</i>)**</li> <li>- Pomodori</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Orzo in brodo vegetale**</li> <li>- Fettina di pollo al forno</li> <li>- Carote a bastoncino</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                              |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Orzo al pomodoro**</li> <li>- Cotoletta di tacchino al forno**</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al pomodoro</li> <li>- Frittata senza pangrattato e farina**</li> <li>- Fagiolini</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al ragù</li> <li>- Torta di patate senza pan grattato**</li> <li>- Insalata</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso e piselli</li> <li>- Merluzzo in umido con pomodoro</li> <li>- Zucchine al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al pesto</li> <li>- Caprese: Pomodoro, Mozzarella, basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                        |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla parmigiana</li> <li>- Prosciutto cotto (<i>nido petto di pollo</i>)</li> <li>- Verdure lessate</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto ricotta e pomodoro</li> <li>- Tortino di verdure**</li> <li>- Carote julienne (<i>nido cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso e fagioli</li> <li>- Provolone DOP (<i>nido certosa</i>)</li> <li>- Fagiolini</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riso al pesto</li> <li>- Hamburger di vitellone di sola carne**</li> <li>- Insalata</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Orzo al pomodoro</li> <li>- Pesce al forno con maionese vegetale**</li> <li>- Pomodori</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>                                    |
| *se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola                        |                                                                                                                                                                                                                                                                        | **vedere note allegate                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                  | DATA INIZIO MENU': 7/4/2025                                                                                                                                                                                                                                                                        | ANNO SCOLASTICO 2024-2025                                                                                                                                                                                                                                    |

MENU' PRIMAVERA ESTATE



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

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

### ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NELL' INTOLLERANZA AL GRANO (FRUMENTO)

|                                                  | ALIMENTI DA EVITARE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | SOSTITUZIONI CONSIGLIATE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LATTE<br/>E<br/>DERIVATI</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Formaggi fusi (formaggi a fette e formaggini) e spalmabili (tipo Philadelphia)</li> <li>Besciamella</li> <li>Yogurt al malto e cereali</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Latte</li> <li>Ricotta, mozzarella, crescenza, grana padano, parmigiano, emmenthal, ecc. ad eccezione di quelli da evitare</li> <li>Preparazioni prive di besciamella</li> <li>Yogurt alla frutta o al naturale</li> </ul>                                                                                                                                                                                     |
| <b>UOVA</b>                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Frittata</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>uova, prosciutto crudo o cotto (*)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>CEREALI, PATATE<br/><br/>E<br/><br/>DOLCI</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Farina di grano - frumento</li> <li>Pasta di semola, pasta all'uovo, lasagne, gnocchi, semolino, farro, kamut, paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.), pisarei</li> <li>pizza</li> <li>Pane, cracker, grissini, fette biscottate, focaccia, pizze, prodotti da forno in generale</li> <li>torta o polpette di patate, purè in fiocchi</li> <li>biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini</li> <li>cioccolato, cacao in polvere, crema spalmabile (tipo nutella)</li> <li>gelati, panna montata, caramelle gommosi, mousse</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Farina di mais, polenta, farina di riso, farina di soia</li> <li>Riso, pasta di riso, pasta di mais, pasta di grano saraceno, orzo, miglio, avena, quinoa, grano saraceno</li> <li>Pizza o focaccia con base per pizza speciale senza glutine</li> <li>Cracker di riso, grissini di riso, gallette di riso</li> <li>patate lessate, purè di patate</li> <li>cacao puro</li> <li>granite, ghiaccioli</li> </ul> |



|                              | ALIMENTI DA EVITARE                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | SOSTITUZIONI CONSIGLIATE                                                                                                                                                                      |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CARNE<br/>E<br/>PESCE</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Insaccati e salumi con amido modificato (Prosciutto cotto, mortadella, salsicce, salami, wurstel, carne in scatola, hamburger vegetali)</li> <li>• polpettone/ine o cotolette di carne</li> <li>• crocchette/polpette di pesce o pesce con infarinatura/impanatura</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• prosciutto crudo o cotto (*)</li> <li>• fettina di carne senza impanatura o infarinatura</li> <li>• pesce senza impanatura o infarinatura</li> </ul> |
| <b>LEGUMI</b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• legumi conservati in scatola</li> <li>• seitan, bulgur e hamburger vegetali</li> </ul>                                                                                                                                                                                        | • Tutti                                                                                                                                                                                       |
| <b>VERDURA</b>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdure gratinate, tortini di verdure</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                              | • Verdura cruda o cotta senza pan grattato o farina                                                                                                                                           |
| <b>FRUTTA</b>                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | • Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta                                                                                                                                      |
| <b>CONDIMENTI</b>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Olio di germe di grano, oli di semi vari</li> <li>• Margarina a composizione non definita</li> <li>• Pesto, salse, besciamella, sughi pronti</li> </ul>                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• olio extravergine di oliva</li> <li>• besciamella con farina speciale</li> </ul>                                                                     |
| <b>VARIE</b>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dado da brodo</li> <li>• Polveri pronte per la prima colazione</li> <li>• Lievito in polvere, lievito madre</li> <li>• Alimenti liofilizzati</li> <li>• Birra weiss, whisky, scotch</li> </ul>                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• brodo vegetale o di carne freschi</li> <li>• cacao puro</li> </ul>                                                                                   |

\*Prosciutto cotto senza aggiunta di amido modificato

**NB:**

**LEGGERE ATTENTAMENTE LE ETICHETTE** DEGLI ALIMENTI CONFEZIONATI PER CONTROLLARE CHE NON VI SIANO INGREDIENTI DA EVITARE oppure CON DICITURA: glutine, malto d'orzo, maltodestrine, farina di cereali maltati, amido gelatinizzato/vegetale/modificato, proteine vegetali idrolisate (albumine, globulina, gliadine, glutine), addensante vegetale, glutammato.  
EVITARE TUTTI GLI ALIMENTI DI CUI NON SI CONOSCE ESATTAMENTE LA COMPOSIZIONE.