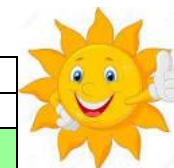




SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico



MENU' PRIMAVERA ESTATE

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A4 - DIETA SENZA UOVA E PESCE					
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>)	- Risotto alla milanese - Crocchette rustiche (ceci e patate) - Fagiolini - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>)	- Pasta al pesto di carote e ricotta - Pepite di pollo impanate - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta olio e grana - Ricotta - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)	- Pasta 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 di sola carne** - Zucchine - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta aglio e olio - Schiacciata di zucchine (ricettario vegano) - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido biscotti speciali</i>)	- Risotto alle zucchine - Ricotta - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)	- Pasta e fagioli - Prosciutto cotto (nido tacchino) - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pastina in brodo vegetale - Carote a bastoncino - Pizza margherita - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Orzo/farro/riso al pomodoro e basilico - Cotoletta di tacchino al forno senza uova** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)	- Pasta alla pizzaiola (aromi e pomodoro) - 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 - Petto di pollo al forno - Zucchine al forno (no grana)** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta integrale al pesto - Caprese: Pomodoro, Mozzarella, basilico (<i>nido mozzarella a dadini</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti speciali</i>)
	- Risotto alla parmigiana - Prosciutto cotto (<i>nido pollo</i>) - Verdure gratinate (no grana)** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)	- Pasta ricotta e pomodoro - Tortino di verdure** - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti speciali</i>)	- Pisarei e fasò (<i>nido: pasta fagioli</i>)** - Provolone DOP (<i>nido certosa</i>) - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al pesto - Hamburger di vitellone di sola carne - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Gnocchi al pomodoro (<i>nido pasta al pomodoro</i>) - Hummus di ceci - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola **vedere note allegate				DATA INIZIO MENU': 7/4/2025 ANNO SCOLASTICO 2024-2025	

Pane integrale (*nido pane NON integrale*)



	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
UOVA	- Uovo - Frittata	- Parmigiano, carne o pesce - Mozzarella, carne o pesce
CEREALI	- Pasta all'uovo - Lasagne con pasta all'uovo, - paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.) - panini dolci, pancarrè, fette biscottate con uovo	- Pasta di semola, riso, ecc. - Lasagne con pasta di semola - Pasta di semola riso, ecc.
E		
DOLCI	- biscotti con uovo, torte e prodotti di pasticceria - budini *gelati, cono e cialde per gelati, caramelle gommosi	- Pane comune, cracker, grissini, gallette di riso, fette biscottate senza uovo - biscotti senza uovo, prodotti da forno certificati senza uovo - yogurt o yogurt speciale *sorbetti alla frutta, ghiaccioli, gelati senza uovo cioccolato fondente o al latte
LATTE E DERIVATI	Grana Padano (lisozyma)	- Parmigiano - Latte vaccino, di riso, di capra, latti adattati per l'infanzia, yogurt, formaggi, panna
CARNE	- Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana - Tutto il pesce (inclusi crostacei e molluschi)	- ricotta, carne - polpetta di patate senza uovo - polpettine di carne senza uovo - fettina di carne con sola infarinatura - crocchette senza uovo con sola infarinatura - fettina di carne - sformati/tortini/preparati a base di legumi senza uova
E		
PESCE		
LEGUMI	Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana	Tutti i legumi tali e quali o in preparazioni che non prevedano uova o grana
VERDURA	Precucinate con l'impiego di uovo	Tutta la verdura fresca e cotta (senza aggiunta di grana)



	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
FRUTTA	Mela (se allergia crociata)	Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	maionese, salse	olio extravergine oliva, aceto, limone, maionese vegana.
VARIE	- brodo istantaneo - surimi - ovomaltina - lecitina non specificata - coagulanti, emulsionanti, chiarificanti, agglomeranti - ovoalbumina, vitellina, globulina, livetina, lisozima	brodo vegetale o di carne freschi

NOTE:

- Non effettuare impanatura né impasti con uova
- Non usare grana perché contiene lisozima
- Non viene utilizzare pasta all'uovo nel menù
- Le verdure indicate possono essere sostituite con altre
- I contorni sono conditi solo con olio extravergine
- Leggere sempre le etichette