



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			A9 – DIETA PER FAVISMO		
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 pesce impanate - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta olio e grana - Polpettone di ricotta e tacchino - Pomodori - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)	- Pasta pomodoro e melanzane - Patate duchessa - Insalata mista (<i>nido tagliata sottile</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	- Pasta al pomodoro e basilico - Polpette di pollo - 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 ciambella</i>)	- Risotto alle zucchine - Polpettone di ricotta e spinaci - Ratatouille di verdura - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)	- Pasta e fagioli - Sformato di formaggio, patate e prosciutto (<i>nido no prosciutto</i>) - 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 - Cotoletta di tacchino - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)	- Pasta alla pizzaiola - Frittata al forno - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al ragù - Torta di patate - Insalata (<i>al nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Riso all'olio - Merluzzo in umido con pomodoro - Zucchine al forno - 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</i>)
	- Risotto alla parmigiana - Prosciutto cotto (<i>nido petto di pollo</i>) - Verdure gratinate - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)	- Pasta ricotta e pomodoro - Tortino di verdura - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti</i>)	- Pisarei e fasò (<i>nido pasta e fagioli</i>) - Provolone DOP (<i>nido certosa</i>) - Fagiolini - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Pasta al pesto - Hamburger di vitellone - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)	- Gnocchi al pomodoro (<i>nido pasta al pomodoro</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		
DATA INIZIO MENU': 7/4/2025			ANNO SCOLASTICO 2024-2025		

Pane integrale (*nido pane NON integrale*)

ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NEL FAVISMO

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LEGUMI	• Fave • Piselli, piselli in umido • Passato di legumi	• Tutti tranne quelli da evitare
VERDURA	• Minestrone, passato di verdure • Tortini e crocchette di verdure • Verdure miste • Torte salate con verdure miste	• Minestrone, passati e verdure senza fave o piselli • Torte salate con verdure ad eccezione di quelle con fave o piselli
LATTE E DERIVATI		• Latte e derivati • Formaggi
UOVA	• Frittata di verdure	• uova • frittata semplice
CEREALI, PATATE E DOLCI	• Pasta con piselli, pasta risotti alle verdure miste	• Pasta o riso senza conditi con sughi privi di fave e/o piselli (al pomodoro, in bianco, ecc)
CARNE E PESCE	• Insalata di pollo • Spezzatino con piselli • Polpette primavera, tortino, carni in umido e/o con aggiunta di legumi	• Carne o pesce senza aggiunta di alimenti da evitare
FRUTTA		• Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	• Sugo di verdure	• Sughi di verdure senza fave e/o piselli
VARIE	• Alcuni farmaci (ad esempio sulfamidici, salicilici, chinidina, menadione, ecc.) che agiscono da "fattori scatenanti" • <i>Verbena Hybrida</i>	