



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

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di I° grado

A10- Dieta per allergia muffa e lieviti

Settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1	- Pasta aglio e olio (no formaggio) *** - trito di vitellone in bianco - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di verdura con pastina (no grana, no pomodoro) *** - petto di pollo agli aromi - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o tè det s.z. + biscotti con lievito per dolci) 	- riso all'olio (no formaggio) *** - pesce al forno - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta all'olio (no formaggio) *** - frittata al forno solo uova *** - carote lesse all'olio *** - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt) 	- pasta agli spinaci (no formaggio) *** - torta di patate (no formaggio e pangrattato) *** - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 
2	- risotto allo zafferano (no formaggio) *** - polpette al forno (di sola carne) *** - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt) 	- pasta al ragù bianco (no formaggio) *** - mozzarella (nido mozzarella a dadini) *** - finocchi all'olio *** - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di legumi con riso (no formaggio e pomodoro) *** - polpette di tacchino (di sola carne) *** - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta all'olio (no formaggio) *** - pesce al forno *** - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta e fagioli/ceci (nido pasta e fagioli/ceci frullati) (no formaggio e pomodoro) *** - frittata al forno con verdure (no formaggio) *** - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido pane s. lievito di birra e mam.)
3	- pastina in brodo vegetale (no formaggio) *** - hamburger (sola carne) *** - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta all'olio (no formaggio) *** - bocconcini di pollo/cosce alle erbe (no pangrattato) *** - patate al forno - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido latte e biscotti con lievito per dolci) 	- passato di verdura con orzo/farro/riso (no formaggio e pomodoro) *** - pesce al forno *** - verza in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta e fagioli senza pomodoro e formaggio (nido pasta e fagioli frullati) (no formaggio) *** - provolone (nido ricotta) *** - carote lesse all'olio *** - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti con lievito per dolci)	- riso alla zucca (no formaggio) *** - bocconcini di pesce al forno con maionese vegetale - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 
4	- vellutata di lenticchie rosse con pastina (no formaggio) *** - petto di pollo agli aromi - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta integrale agli aromi (no formaggio e poma) *** (nido pasta non integrale) - merluzzo olio e limone - patate e carote lesse - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt)	- pasta aglio e olio (no formaggio) *** - burger *** (senza formaggio) (ricetta vegana) *** - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido pane senza lievito di birra e olio) 	- pasta ragù bianco (no formaggio) *** - crescenza - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- minestrina vegetale con riso (no formaggio) *** - ricotta - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 

*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola

**nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale e la pastina in brodo di carne con pasta al pomodoro/pasta all'olio

DATA INIZIO MENÙ: 19-10-2026

ANNO SCOLASTICO 2026-2027

*** vedere note allegate

MENÙ autunno inverno

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	- formaggi fermentati ed erborinati (<i>gorgonzola, camembert, brie, rocheport, caprini, ecc.</i>) - formaggi stagionati (<i>grana, parmigiano, emmenthal, ecc.</i>) - yogurt - latte fermentato o cagliato - siero di latte 	- latte fresco UHT - formaggi freschi (es. <i>ricotta, crescenza, mozzarella</i>) 
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 (<i>pane, pancarrè, tortine, merendine, pan di spagna, cracker, fette biscottate, grissini, schiacciatine ecc.</i>) - 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 (<i>pasta, riso, farro, ecc.</i>) - 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
LEGUMI	legumi in scatola	legumi reschi o surgelati
VERDURA	- funghi - crauti - tortini e crocchette di verdure - torte salate con verdure - verdure gratinate   	tutte eccetto quelle da evitare 
FRUTTA	- succhi di frutta con yogurt aggiunto - frutta secca e alimenti che la contengono	tutta eccetto quelle da evitare 
CONDIMENTI	- aceto e cibi che lo contengono - pesto - olio di semi - margarina - conserven, conserva di pomodoro	olio di oliva, ecc.
VARIE	- birra, vino - estratto di lievito - sidro - cibi conservati in scatola (<i>olive, capperi, sott'aceti, sott'olio, ecc.</i>)	

**AVVERTENZE:**

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