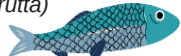
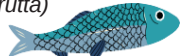
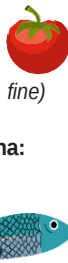




SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Servizio Dietetico Aziendale

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

A12- Allergia al frumento

Settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1	- riso all'olio - trito di vitellone - fagiolini all'olio - frutta * - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di verdura con riso - petto di pollo agli aromi - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti di farina diversa dal frumento) 	- risotto alla parmigiana - pesce al forno con maionese vegetale*** - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- risotto al ragù di lenticchie - frittata al forno - carote al forno - frutta * - merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt senza cereali***) 	- riso al pesto invernale - torta di patate (senza pangrattato)*** - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
2	- risotto allo zafferano - polpettine di pollo di sola carne - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt***) 	- riso al ragù - mozzarella (nido mozzarella a dadini) - finocchi gratinati *** - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)	- passato di legumi con riso - polpettone di tacchino di sola carne - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- riso al pomodoro - pesce al forno - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- riso e fagioli/ceci (nido fagioli/ceci frullati) - frittata al forno con verdure - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido pane di farina diversa dal frumento e marmellata o frutta) 
3	- riso in brodo vegetale ** - hamburger di sola carne con salsa rossa *** - insalata (nido insalata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- riso olio e grana - bocconcini di pollo/ cosce alle erbe *** - patate al forno - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o latte e biscotti di farina diversa dal frumento) 	- passato di verdura con orzo/farro/riso*** - pesce al forno *** - verza cruda (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- riso e fagioli (nido fagioli frullati) - provolone (nido ricotta) - carote al forno - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o yogurt***)	- risotto alla zucca - bocconcini di pesce non panati con maionese vegetale*** - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
4	- vellutata di lenticchie rosse con riso - petto di pollo agli aromi al forno*** - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- riso alla pizzaiola - merluzzo olio e limone - patate e carote lesse - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido yogurt***) 	- riso all'olio - petto di pollo al forno - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o pane di farine diverse dal frumento e olio) 	- riso al ragù - crescenza - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- minestrina vegetale con riso** - ricotta *** - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 

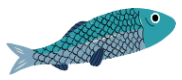
* se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola *** vedere note allegate

**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

MENÙ autunno inverno

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI 	- formaggi fusi (<i>formaggi a fette e formaggini</i>) e spalmabili - besciamella - yogurt al malto e cereali 	- latte - ricotta, mozzarella, crescenza, grana padano, parmigiano, emmenthal, ecc. ad eccezione di quelli da evitare - preparazioni prive di besciamella - yogurt alla frutta o al naturale  
UOVA	frittata con farina di frumento 	uova o frittata senza farina di frumento 
CEREALI PATATE E DOLCI	- farina di grano - frumento - pasta di semola, pasta all'uovo, lasagne, gnocchi, semolino, farro, kamut, paste ripiene (<i>cannelloni, tortelli, ecc.</i>), pisarei - pizza - pane, cracker, grissini, fette biscottate, focaccia, pizetta, prodotti da forno in generale - torta o polpette di patate, purè in fiocchi - biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini - cioccolato, cacao in polvere, crema spalmabile - gelati, panna montata, caramelle gommose, mousse  	- farina di mais, polenta, farina di riso, farina di soia - riso, pasta di riso, pasta di mais, pasta di grano saraceno, orzo, miglio, avena, quinoa, grano saraceno - pizza e focaccia fatte con farine di mais e/o riso - cracker di riso, grissini di riso, gallette di riso - patate lessate, purè di patate - cacao puro - granite, ghiaccioli
CARNE E PESCE	- insaccati e salumi con amido modificato (<i>prosciutto cotto, mortadella, salsicce, salami, wurstel, carne in scatola, hamburger vegetali</i>) - polpettone/ine o cotolette di carne - crocchette/polpette di pesce o pesce con infarinatura/impanatura	- prosciutto crudo o cotto (*) - fettina di carne senza impanatura o infarinatura - pesce senza impanatura o infarinatura 
LEGUMI	- legumi conservati in scatola - seitan, bulgur e hamburger vegetali	tutti
VERDURA	verdure gratinate, tortini di verdure 	verdura cruda o cotta senza pan grattato o farina
FRUTTA		frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta 
CONDIMENTI	- olio di germe di grano, oli di semi vari - margarina a composizione non definita - pesto, salse, besciamella, sughi pronti	- olio extravergine di oliva - besciamella con farina speciale
VARIE	- dado da brodo - polveri pronte per la prima colazione - lievito in polvere, lievito madre - alimenti liofilizzati - birra weiss, whisky, scotch	- brodo vegetale e di carne freschi - cacao puro

*Prosciutto cotto senza aggiunta di amido modificato



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.