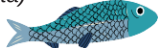




SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza
Servizio Dietetico Aziendale

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

A21 - Dieta per celiachia ed allergia muffe e lieviti

Settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1	- pasta senza glutine aglio e olio (senza formaggio)*** - trito di vitellone (senza pomodoro)*** - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di verdura con pastina senza glutine (senza formaggio e pomodoro)*** - petto di pollo agli aromi*** - verza in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- riso all'olio (senza formaggio)*** - pesce al forno con maionese vegetale*** - insalata (nido tritata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine all'olio (senza formaggio)*** - frittata al forno senza formaggio*** - carote lessate all'olio*** - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine al pesto (senza formaggio)*** - torta di patate (senza formaggio e pangrattato)*** - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 
2	- risotto allo zafferano (senza formaggio)*** - polpettine al forno (di sola carne) - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine con ragù bianco (senza formaggio)*** - mozzarella (nido tagliata a dadini) - finocchi lessati all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di legumi con riso (senza formaggio e pomodoro)*** - polpettine di tacchino (di sola carne)*** - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine all'olio (senza formaggio)*** - pesce al forno *** - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)	- pasta senza glutine e fagioli (senza formaggio)*** - frittata al forno con verdure (senza formaggio)*** - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)
3	- pastina senza glutine in brodo vegetale (senza formaggio)*** - hamburger (di sola carne)*** - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine all'olio (senza formaggio)*** - bocconcini di pollo/cosce alle erbe*** - patate al forno - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di verdura senza pomodoro e grana con riso (senza formaggio)*** - pesce al forno*** - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine e fagioli (senza formaggio e pomodoro)*** - provolone (nido ricotta) - carote lessate all'olio*** - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)	- risotto alla zucca (senza 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 senza glutine e formaggio*** - petto di pollo agli aromi*** - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine agli aromi*** (senza formaggio e pomodoro) - merluzzo olio e limone - patate e carote lesse - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta)	- pasta senza glutine aglio e olio (senza formaggio)*** - burger ricetta vegana *** - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine al ragù bianco (senza formaggio)*** - crescenza - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- minestrina vegetale con riso (senza 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 *** vedere note allegate e possibili contaminazioni

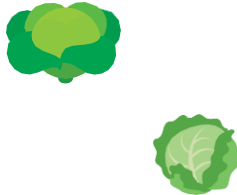
**nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale e la pastina in brodo di carne con pasta al pomodoro/pasta all'olio

DATA INIZIO MENÙ: 19-10-2026

ANNO SCOLASTICO 2026- 2027

MENÙ autunno inverno

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	- latte con orzo e farine latte per l'infanzia con farine proibite - formaggi fusi (<i>formaggi a fette e formaggini</i>) e spalmabili - besciamella - yogurt al malto e cereali - formaggi fermentati ed erborinati (<i>gorgonzola, camembert, brie, rochefort, caprini, ecc.</i>) - formaggi stagionati (<i>grana, parmigiano, emmenthal, ecc.</i>) - yogurt - latte fermentato o cagliato - siero di latte	- latte fresco - formaggi freschi (es. <i>ricotta, crescenza, mozzarella</i>) 
UOVA	- frittate con aggiunta di farinacei - crêpes	uova, frittata di uova fresche senza aggiunta di farinacei
 CEREALI, PATATE E DOLCI 	farine, semolini e fiocchi di: grano-frumento, orzo, segale, avena, malto - criticale, kamut, orzo, segale, avena - fiocchi di riso e mais con malto - crusca, amido di frumento - pasta di semola, pasta all'uovo, lasagne, gnocchi, semolino, farro, kamut - paste ripiene (<i>cannelloni, tortelli, ecc.</i>), pisarei - pizzocheri, polenta taragna - farine arricchite, germe di grano - pizza - pane, cracker, grissini, fette biscottate, focaccia, pizze, prodotti da forno in generale, pangrattato, pancarrè, toast, piadine - malto, cereali maltati, malto di frumento, di orzo, amido modificato - torta o polpette di patate, purè in fiocchi, patatine fritte confezionate - biscotti, wafer, torte e prodotti di pasticceria, budini, porridge, marzapane - cioccolato, cacao in polvere, crema spalmabile - gelati, panna montata, caramelle gommose, mousse - 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, schiacciate ecc.</i>) - cibi impanati e/o con aggiunta di pan grattato - crochette di patate  	  - farina di mais, polenta, farina di e amido riso, farina di soia, amido di mais (<i>maizena</i>), riso soffiato, popcorn, fiocchi di mais, farina e fiocchi di tapioca, farina di miglio e miglio, farina di grano saraceno - riso, pasta di riso, pasta di mais, pasta e farina dietetiche prive di glutine - pasta senza glutine o riso in bianco o con sughi consentiti cereali naturalmente privi di glutine: riso, grano saraceno, quinoa, teff, miglio ecc... - paste senza glutine elaborate e non lievitate (es. <i>lasagne senza glutine</i>) - prodotti da forno senza glutine a lievitazione chimica - patate, fecola di patate - cacao purissimo, miele, zucchero - biscotti senza glutine, dolci, torte preparati con gli ingredienti consentiti

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CARNE E PESCE 	- insaccati e salumi crudi o cotti e/o con amido modificato (<i>prosciutto cotto, mortadella, coppa, salame, salsicce, salami, wurstel</i>) - carne in scatola, hamburger vegetali - hamburger, arrosti, ripieni - polpettone/ine o cotolette di carne o pesce - crocchette/polpette di pesce o pesce con infarinatura/impanatura - alimenti liofilizzati e omogeneizzati	- prosciutto crudo o cotto garantito (*), bresaola - tutti i tipi di carne, pollame, pesce, uova freschi o surgelati senza additivi farinacei - fettina di carne o pesce senza impanatura e/o infarinatura - alimenti liofilizzati o omogeneizzati senza glutine
LEGUMI	- legumi conservati in scatola - seitan, bulgur e hamburger vegetali	tutti freschi o secchi se non contaminati
VERDURA 	- verdure gratinate, tortini di verdure - verdure precotte surgelate - funghi - crauti - pomodoro - tortini e crocchette di verdure - torte salate con verdure - verdure gratinate	verdura cruda o cotta senza pan grattato o farine vietate 
FRUTTA	- fichi secchi e altra frutta secca infarinata - marron glacés - marmellata di castagne	- frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta - frutta sciropata, frutta secca, castagne 
CONDIMENTI	- olio di germe di grano, oli di semi vari - margarina a composizione non definita, burro light - aceto balsamico o aromatizzato - aceto e cibi che lo contengono - olio di semi - margarina - conservate, conserva di pomodoro - pesto, salse (<i>maionese, senape, ecc.</i>), besciamella, sughi pronti, pasta d'acciughe	- olio extravergine di oliva, burro, olio di semi di mais - besciamella con farina speciale
PREPARAZIONI ELABORATE <i>(es. crocchette, verdure gratinate, tortini varie, bocconcini...)</i>	farine non permesse, pangrattato e simili	farine permesse certificate senza glutine e senza contaminanti



USARE SEMPRE PASTA SPECIALE E PANE SPECIALE SENZA GLUTINE E SENZA LIEVITO AL POSTO DELLA PASTA E DEL PANE COMUNE

Da impiegarsi nelle preparazioni: farina o pangrattato speciale senza glutine; salsa rossa preparata da prodotti freschi senza aggiunta farina/amido; purè preparato con patate lesse; pesto fresco di solo basilico e grana.

AVVERTENZE

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