



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

A24- Dieta per celiachia, intolleranza al lattosio, allergia a proteine del latte (plv) e carne

Settimana	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	ENERDÌ
1	- pasta senza glutine aglio e olio (senza formaggio)*** - tortino di verdure (ricetta vegana) - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di verdura con pastina senza glutine (senza formaggio)*** - pizza rossa senza glutine - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza glutine e lattosio) 	- riso all'olio (senza formaggio)*** - fishburger SG e SL + panino SG e SL maionese vegana*** - insalata (nido insalata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine al ragù di lenticchie (senza formaggio)*** - frittata al forno senza latte e formaggio*** - carote lesse all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o yogurt vegetale) 	- pasta senza glutine agli spinaci (senza formaggio)*** - crocchette autunnali ricetta vegana*** - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 
2	- risotto allo zafferano (senza formaggio)*** - schacciata di zucchine (ricetta vegana) - fagiolini all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o yogurt vegetale) 	- pasta senza glutine al pomodoro (senza formaggio)*** - crocchette rustiche (ricetta vegana) - finocchi lessi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- passato di legumi con riso (senza formaggio)*** - polpette di cannellini e carote (ricetta vegana) - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine al pomodoro (senza formaggio)*** - pesce gratinato al forno*** - insalata (nido insalata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine e fagioli/ ceci senza formaggio (nido legumi frullati)*** - frittata al forno con verdure (senza latte e formaggio)*** - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido pane senza glutine e marmellata)
3	- pastina senza glutine in brodo vegetale (senza formaggio)*** - crocchette autunnali (ricetta vegana) in salsa rossa e il panino s.g. e senzaa latte - insalata (nido insalata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine all'olio (senza formaggio)*** - polpette di lenticchie (ricetta vegana)*** - patate al forno - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza lattosio e glutine) 	- passato di verdura con riso (senza formaggio)*** - pizza rossa senza glutine*** - verza cruda in insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine e fagioli (senza formaggio) (nido fagioli frullati) - schacciata di zucchine (ricetta vegana) - carote lesse all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza glutine e lattosio) 	- 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 (senza formaggio)*** - frittata al forno senza latte e formaggio*** - carote julienne (nido carote cotte) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- pasta senza glutine alla pizzaiola*** - merluzzo gratinato senza glutine - patate e carote lesse - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta o yogurt vegetale) 	- pasta senza glutine aglio e olio (senza formaggio)*** - burger (ricetta vegana) - finocchi crudi all'olio - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido pane senza glutine e olio) 	- pasta senza glutine al pomodoro (senza formaggio)*** - merluzzo al forno*** - insalata (nido tagliata fine) - frutta* - merenda pomeridiana: frutta (nido frutta) 	- minestrina vegetale con riso (senza formaggio)*** - tortino di lenticchie ricetta vegana** - 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 vaccino, latte adattato per l'infanzia, yogurt - formaggi di ogni genere compresi parmigiano e grana - tutte le preparazioni che richiedono ricotta o formaggio se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. <i>latte vegetale</i>) - latte con orzo e farine latte per l'infanzia con farine proibite - formaggi fusi (<i>formaggi a fette e formaggini</i>) e spalmabili - yogurt al malto e cereali - burro, panna, besciamella	- latte di riso o soia - yogurt o budini di soia non contaminati - olio extravergine di oliva 
UOVA	frittate con latte e formaggio	uova e frittate senza latte e formaggio
  CEREALI, PATATE E DOLCI	- pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di formaggi o burro - lasagne, paste ripiene (<i>cannelloni, tortelli, ecc.</i>) - panini dolci, pancarrè, fette biscottate con latte, pane al latte e prodotti da forno - torta o polpette di patate, purè se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. <i>latte vegetale</i>) - biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini - cioccolato, cacao in polvere - gelati, panna montata, caramelle gomOSE farine, semolini e fiocchi di: grano-frumento, orzo, segale, avena, malto - triticale, 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 con formaggio - pane, cracker, grissini, fette biscottate, focaccia, pizzetta, 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 gomOSE, mousse  	  - pasta senza glutine, riso, senza formaggi o burro - lasagne senza glutine senza besciamella e formaggio o pasta/riso al pomodoro o all'olio - pizza senza glutine con solo pomodoro e prosciutto crudo o cotto garantito (*) - pane senza glutine, cracker senza glutine, grissini senza glutine, gallette di riso e fette biscottate senza latte e glutine - polpette di patate senza formaggio, patate lessate biscotti speciali, prodotti da forno certificati senza latte/yogurt/burro/cioccolato - cacao puro - sorbetti alla frutta, granite, ghiaccioli, gelati alla frutta garantiti senza latte o siero in polvere, caramello di solo zucchero, meringhe

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CARNE E PESCE 	- prosciutto cotto non certificati/insaccati/salsicce/salami/coppa - polpettone/ine di carne se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. <i>latte vegetale</i>) - hamburger se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. <i>latte vegetale</i>) - crocchette di pesce se non sostituibili con prodotti di origine vegetale (es. <i>latte vegetale</i>) - 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 - tutti i tipi di carne	pesce impanato con pane senza glutine
LEGUMI	legumi conservati in scatola se contaminati	tutti freschi o secchi (<i>non contaminati</i>)
VERDURA	cucinate con l'impiego di latte o formaggi  	verdura cruda o cotta senza pan grattato o farine vietate
FRUTTA	succhi di frutta con latte o yogurt	frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta  
CONDIMENTI	- salse a base di formaggio, burro, panna, besciamella, maionese (<i>tranne quella vegetale</i>) - olio di germe di grano, oli di semi vari - margarina a composizione non definita, burro light - aceto balsamico o aromatizzato - pesto, salse (<i>maionese, senape, ecc.</i>), besciamella, sughi pronti, pasta d'acciughe	- olio extravergine di oliva - maionese vegetale
VARIE	- pesto con formaggio alimenti con la dicitura: caseina o caseinato, lattoalbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio - dado da brodo, aromi misti, curry - polveri pronte per la prima colazione, zucchero a velo - lievito in polvere, lievito madre - alimenti liofilizzati - birra, whisky, scotch - caffè solubile, orzo, surrogati del caffè con orzo e malto - caffè o altre bevande preparate da macchine ad uso promiscuo con orzo - bevande solubili e bevande dei distributori automatici	- brodo vegetale - cacao puro - tutti i sughi o condimenti che non contengano formaggi o farine non permesse



USARE SEMPRE PASTA SPECIALE E PANE SPECIALE SENZA GLUTINE 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

**leggere sempre bene le etichette per verificare che non ci siano ingredienti proibiti, nel dubbio evitare di utilizzare l'alimento in questione prima di aver chiesto conferma.*