







MENU' AUTUNNO INVERNO

Menù Nidi, Scuola dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado		A19 – DIETA SENZA SEMI OLEOSI E FRUTTA A GUSCIO			
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio</li> <li>- Arrosto di vitellone</li> <li>- <i>Fagiolini all'olio</i></li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul> <p><b>PANE INTEGRALE (NO NIDI)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdura con pastina</li> <li>- Pizza margherita**</li> <li>- Frutta *</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deteinato senza zuccheri e biscotti senza contaminazioni semi o frutta secca</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pomodoro</li> <li>- Pesce gratinato al forno con maionese vegetale</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla parmigiana</li> <li>- Polpette al pomodoro**</li> <li>- Carote al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al pesto invernale</li> <li>- Torta di patate***</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdure con riso**</li> <li>- Polpettone ricotta e tacchino</li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata sottile</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gnocchi/chicche al pomodoro (<i>nido pasta al pomodoro</i>)**</li> <li>- Fishburger con il suo panino con maionese (<i>nido panino normale</i>)</li> <li>- Finocchi gratinati</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto allo zafferano</li> <li>- Tortino di verdure</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta al ragù</li> <li>- Mozzarella (<i>nido ricotta</i>)</li> <li>- Insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta e fagioli/ceci (<i>nido fagioli/ceci frullati</i>)</li> <li>- Frittata al forno con verdure**</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote Cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pastina in brodo di carne***</li> <li>- Bollito con salsa rossa</li> <li>- Fagiolini all'olio</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta olio e grana</li> <li>- Bocconcini di pollo/cosce alle erbe</li> <li>- Patate al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti senza contaminazioni semi o frutta secca</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passato di verdure con orzo/farro/riso**</li> <li>- <b>Pizza margherita**</b></li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pisarei e fasò (<i>nido pasta e fagioli</i>)</li> <li>- Coppa e grana padano (<i>infanzia e nido grana padano</i>)</li> <li>- Carote al forno</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido ciambella con prodotti non contaminati con semi o frutta secca</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Risotto alla zucca**</li> <li>- Bocconcini di pesce impanati con maionese vegetale***</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta integrale al pomodoro e aromi (<i>nido pasta non integrale</i>)</li> <li>- Scaloppine di lonza al limone** (<i>nido scaloppina di vitellone</i>)</li> <li>- Finocchi crudi</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Lasagne alla bolognese**</b></li> <li>- Provolone DOP (<i>nido crescenza</i>)</li> <li>- Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Vellutata di piselli con crostini</b></li> <li>- Petto di pollo agli aromi al forno</li> <li>- Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasta aglio e olio</li> <li>- Merluzzo pomodoro</li> <li>- Patate e carote lesse</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minestrina vegetale con riso***</li> <li>- Polpettone di spinaci e ricotta</li> <li>- Verza in insalata (<i>nido tagliata fine</i>)</li> <li>- Frutta*</li> <li>- Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)</li> </ul>

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

\*\*\*nelle scuole primarie e secondarie è possibile sostituire la minestrina vegetale con pasta al pomodoro/pasta all'olio

DATA INIZIO MENU': 21/10/2024

ANNO SCOLASTICO 2024-2025

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico  
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza  
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa  
e.mail : [a.contini@ausl.pc.it](mailto:a.contini@ausl.pc.it) – [www.ausl.pc.it](http://www.ausl.pc.it)

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza  
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza  
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775  
Codice fiscale 91002500337  
PEC [contatinfo@pec.ausl.pc.it](mailto:contatinfo@pec.ausl.pc.it)  
PEI [protocollounico@pec.ausl.pc.it](mailto:protocollounico@pec.ausl.pc.it)

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
<b>LATTE E DERIVATI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogurt con muesli e/o frutta secca</li> <li>• formaggi con noci o altra frutta secca (es: gorgonzola con le noci)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutti formaggi freschi sono concessi</li> <li>• Yogurt al naturale o alla frutta</li> </ul>
<b>UOVA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prodotti industriali che contengano uova e che potrebbero essere contaminati con semi o frutta secca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uova fresche preparate come da ricetta</li> </ul>
<b>CEREALI, PATATE E DOLCI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta/riso i cui sughi prevedano l'utilizzo di frutta secca (es pesto)</li> <li>• Cornflakes con frutta secca, biscotti, dolci, torte, creme, merendine, cioccolato, cacao, creme al cioccolato (Nutella), gelati, gianduia, ecc</li> <li>• <b>Pane multicereali, con semi, pane contaminato o lavorato in stabilimenti che utilizzano frutta secca o semi oleaginosi, basi per pizza</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasta di semola, riso, cereali con sughi di pomodoro o di verdure o legumi</li> <li>• Biscotti speciali e/o altri snack garantiti senza frutta secca/semi, cacao puro</li> <li>• ghiaccioli, granite, sorbetti che non contengano addensanti (es amido)</li> <li>• pane comune</li> <li>• <b>Pizza non contaminata da semi oleosi o frutta secca</b></li> </ul>
<b>CARNE E PESCE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mortadella</li> <li>• Tutte le preparazioni industriali che contengono o sono contaminati con semi e/o frutta secca (frutta a guscio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutti i secondi freschi o surgelati permessi</li> </ul>
<b>LEGUMI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutte le preparazioni industriali a base di legumi che potrebbero essere contaminate o contenere semi e/o frutta secca (a guscio)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Legumi secchi non contaminati</li> </ul>

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico  
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza  
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa  
e.mail : [a.contini@ausl.pc.it](mailto:a.contini@ausl.pc.it) – [www.ausl.pc.it](http://www.ausl.pc.it)

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza  
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza  
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775  
Codice fiscale 91002500337  
PEC [contatinfo@pec.ausl.pc.it](mailto:contatinfo@pec.ausl.pc.it)  
PEI [protocollounico@pec.ausl.pc.it](mailto:protocollounico@pec.ausl.pc.it)

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tortini di verdure, crocchette di verdure, verdure miste e tutti i prodotti già pronti che potrebbero contenere frutta secca o potrebbero esserne stati contaminati</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verdura fresca cruda o cotta</li> </ul>
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frutta secca: noci, nocciole, arachidi, noci di cocco, burro di arachidi, pinoli, pistacchi, mandorle, noci macadamia, noci pecan, ecc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta</li> </ul>
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Olio di semi di arachidi, oli di semi vari, oli di semi di girasole...</b></li> <li><b>Non utilizzare senape nella maionese vegetale</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Burro, olio extravergine di oliva, aceto, limone, spezie</li> <li><b><u>Preparare la maionese vegetale senza l'aggiunta di senape</u></b></li> </ul>
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>Semi vari: zucca, vinacciolo, girasole, ricino, senape, pecan, macadamia</li> <li>Sesamo, semi di papavero e alimenti che li contengono (grissini, pane, cracker)</li> </ul>	

**NB:**

LEGGERE ATTENTAMENTE LE ETICHETTE DEI CIBI CONFEZIONATI PER CONTROLLARE CHE NON VI SIANO TRACCE DI SOIA, FRUTTA SECCA O SEMI (vedere anche le diciture sopraindicate).

ALIMENTI CHE SULLA CONFEZIONE PORTANO ANCHE LA DICITURA:

- **"*PRODOTTO IN STABILIMENTI IN CUI SI UTILIZZANO NOCI O NOCCIOLE O FRUTTA SECCA O SOIA*"**
- **"*PUO' CONTENERE TRACCE DI NOCI O NOCCIOLE O FRUTTA SECCA*"**

TALI ALIMENTI VANNO EVITATI.

Il responsabile del procedimento

File

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico  
Via Taverna, 49 – 29100 Piacenza  
T. +39.0523.302370 – F. +39.0523.326aaa  
e.mail : [a.contini@ausl.pc.it](mailto:a.contini@ausl.pc.it) – [www.ausl.pc.it](http://www.ausl.pc.it)

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza  
Sede legale: Via Antonio Anguissola, 15 – 29121 Piacenza  
T. +39.0523.301111 – F. +39.0523.398775  
Codice fiscale 91002500337  
PEC [contatinfo@pec.ausl.pc.it](mailto:contatinfo@pec.ausl.pc.it)  
PEI [protocollounico@pec.ausl.pc.it](mailto:protocollounico@pec.ausl.pc.it)