





Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

Menù Nidi, Scuole dell'infanzia, Primaria e Secondaria di 1° grado					
A14 – DIETA SENZA UOVA, SEMI, FRUTTA SECCA E LEGUMI					
Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Arrosto di vitellone - Carote al forno*** - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) <p>PANE INTEGRALE (NO NIDI)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdura senza legumi con pastina - Pizza margherita*** - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta * - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido tè deidato senza zuccheri e biscotti no uovo, no frutta secca, no semi</i>)*** 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Pesce gratinato (controllare contaminanti del pangrattato) al forno*** - Insalata (<i>nido insalata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla parmigiana - Prosciutto crudo o cotto certificato (infanzia e nido petto di pollo) - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pesto invernale (<i>nido pasta non integrale</i>) - Petto di pollo/tacchino al forno*** - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdure (no leg. fagiolini) con riso - Polpettone ricotta e tacchino senza uova*** - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata sottile</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Fishburger con il suo panino (<i>nido panino normale</i>) panatura senza uova o contaminanti*** - Finocchi gratinati*** - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto allo zafferano - Ricotta - Patate lesse - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al ragù - Fesa di tacchino al forno - Insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Prosciutto crudo o cotto certificato (infanzia e nido petto di pollo) - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e marmellata</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pastina in brodo di carne** - Bollito in salsa rossa - Carote lessate - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta olio e parmigiano (no Grana) - Bocconcini di pollo/cosce alle erbe - Patate al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido latte e biscotti no uovo, no frutta secca, no semi</i>)*** 	<ul style="list-style-type: none"> - Passato di verdure con orzo/farro/riso - Pizza margherita*** - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta al pomodoro - Coppa e grana padano (<i>infanzia e nido grana padano</i>) - Carote al forno - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido ciambellone vegano</i>)*** 	<ul style="list-style-type: none"> - Risotto alla zucca - Bocconcini di pesce impanati senza uova - Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)
	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta integrale pomodoro e aromi (nido non itegrale) - Scaloppine di lonza al limone (<i>nido scaloppina di vitellone</i>) - Finocchi crudi - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido pane e olio</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Lasagne con pasta di semola alla bolognese*** - Provolone DOP (<i>nido Crescenza</i>) - Insalata (<i>nido insalata tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Brodo vegetale con crostini*** - Petto di pollo agli aromi al forno - Carote julienne (<i>nido carote cotte</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido yogurt</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasta aglio e olio - Merluzzo pomodoro - Patate e carote lesse - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Minestrina vegetale con riso** - Polpettone di spinaci e ricotta senza uova e grana - Verza cruda in insalata (<i>nido tagliata fine</i>) - Frutta* - Merenda pomeridiana: frutta (<i>nido frutta</i>)

*se non servita al mattino, come da indicazioni della scuola *** Leggere attentamente le note e verificare la contaminazione di eventuali allergeni
**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 – 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
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it



MENU' AUTUNNO INVERNO

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> • Yogurt con muesli e/o frutta secca • formaggi con noci o altra frutta secca (es: gorgonzola con le noci) • Grana Padano (lisozima) 	<ul style="list-style-type: none"> • Parmigiano • Latte vaccino, di riso, di capra, latti adattati per l'infanzia, yogurt, formaggi, panna
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> • Uova e preparazioni che ne contengano • Frittata 	
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta/riso i cui sughi prevedano l'utilizzo di frutta secca (es pesto) • Pasta o primi con legumi (pisarei e fasò, pasta con fagioli, pasta con piselli, risotti, minestrone, passati di verdure, passato di legumi) <ul style="list-style-type: none"> • Pasta all'uovo • Lasagne con pasta all'uovo, • paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.) • panini dolci, pancarrè, fette biscottate con uovo • biscotti con uovo, torte e prodotti di pasticceria • budini • *gelati, cono e cialde per gelati, caramelle gommose • Cornflakes con frutta secca, biscotti, dolci, torte, creme, merendine, cioccolato, cacao, creme al cioccolato (Nutella), gelati, gianduia, ecc • Pane multicereali, con semi, pane di soia, basi per pizza 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasta di semola, riso, cereali con sughi di pomodoro o in bianco, pisarei al pomodoro • Biscotti speciali e/o altri snack garantiti senza frutta secca/soia/semi, cacao puro • ghiaccioli, granite, sorbetti che non contengano addensanti (es amido) • pane comune

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 – 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
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> • Mortadella • Polpette primavera, tortino e frittata di verdure, carni o secondi con aggiunta di legumi • Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana 	<ul style="list-style-type: none"> • Tutti i secondi senza legumi da evitare
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> • Soia e derivati (tofu, budini yogurt e gelati di soia, latte di soia, salsa di soia, salsa Worcester, tempeh, miso, natto, spaghetti di soia, ecc) • Fagioli, lenticchie, fave, ceci, soia, lupino, fagiolini, piselli • Crocchette/Sformati/polpettoni che non sia possibile riprodurre senza uova e senza grana 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura senza legumi
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> • Tortini di verdure, crocchette di verdure, verdure miste • Precucinate con l'impiego di uovo 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdura cruda o cotta
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta secca: noci, nocciole, arachidi, noci di cocco, burro di arachidi, pinoli, pistacchi, mandorle, castagne, dolce di castagne, macadamia, pecan, ecc • Mela (se allergia crociata) 	<ul style="list-style-type: none"> • Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Olio di semi di arachidi, oli di semi vari, oli di semi di girasole, oli di mais, oli di soia • Maionese, salse 	<ul style="list-style-type: none"> • Burro, olio extravergine di oliva, aceto, limone, spezie
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> • Semi vari: zucca, vinacciolo, girasole, ricino, senape, pecan, macadamia • Sesamo, semi di papavero e alimenti che li contengono (grissini, pane, cracker) <p>La soia può essere contenuta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dado da brodo vegetale, • gelatina vegetale, • amido vegetale, • alimenti con la dicitura "proteine vegetali idrolizzate" • Caglio di germogli di soia 	<ul style="list-style-type: none"> • brodo vegetale o di pesce

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 – 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
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it

Direzione Assistenziale Servizio Dietetico

	<ul style="list-style-type: none"> • lecitina • addensanti di proteine vegetali <ul style="list-style-type: none"> • brodo istantaneo • surimi • ovomaltina • lecitina non specificata • coagulanti, emulsionanti, chiarificanti, agglomeranti • ovoalbumina, vitellina, globulina, livetina, lisozima 	
--	---	--

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).

- Non effettuare impanatura né impasti con uova
- Non usare grana perché contiene lisozima
- Non viene utilizzare pasta all'uovo nel menù
- Le verdure indicate possono essere sostituite con altre
- I contorni sono conditi solo con olio extravergine
- Leggere sempre le etichette
- Farina, pangrattato, grissini, legumi secchi sono tra i prodotti che possono essere maggiormente contaminati da soia o semi

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 O SOIA*"**

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 – 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
PEI protocollounico@pec.ausl.pc.it