

**REFEZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI FOLLONICA
INFANZIA PRIMARIE
MENU' DIETETICI**

MENU' ESTIVO A.S. 2025/2026

MENU' COMUNE

pag. 2

MENU' PERSONALIZZATO

pag. 3

MENU' COMUNE ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al ragù Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Prosciutto cotto Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

* i piatti contrassegnati con (*) potrebbero essere preparati con materia prima surgelata all'origine

**Variazioni per le scuole dell'infanzia (carote e finocchi lesse, mozzarella a fette)

Nota al menù:

i suddetti menù sono stati elaborati in conformità alle "Linee d'indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica" (Ministero della Salute, edizione Giugno 2017) con particolare attenzione alle modalità di preparazione e taglio del cibo.

MENU' SENZA GLUTINE
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta SG in crema di zucchini Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane SG e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli SG ricotta e spinaci al ragù Affettato di tacchino SG Insalata verde Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Pasta SG all'olio Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato SG	Pizza rossa SENZA GLUTINE Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone (senza farina) Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta SG al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* con pane/pangrattato SG Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina SG Roast-beef (senza farina) Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne SG al pesto SG e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini di pane SG Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta SG al pesto genovese SG Prosciutto cotto SG Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta SG con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci con ceci in scatola SG e pangrattato SG Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* con pane/pangrattato SG Spinaci* saltati Gelato SG	Riso alle zucchini Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso con ingredienti SG Tacchino arrosto (senza farina) Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di RISO con ingredienti SG Polpette di halibut* con pane/pangrattato SG Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata di RISO con ingredienti SG Polpette di pollo al sugo con pane/pangrattato SG Zucchini trifolate Frutta di stagione	Pasta SG fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* con pane/pangrattato SG Melanzane al funghetto Frutta di stagione

LEGENDA: SG- SENZA GLUTINE

SERVIRE SEMPRE PANE SG!

MENU' SENZA GLUTINE e SENZA LATTOSIO
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta SG in crema di zucchine SL Petto di pollo all'olio Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane SG e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta SG al ragù Affettato di tacchino SG e SL Insalata verde Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Frittata SL di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Pasta SG all'olio Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Budino di riso SL e SG o gelato SL/SG	Pizza rossa SENZA GLUTINE Prosciutto cotto SG e SL Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode (NO SALSA) ok salsa verde Patate lesse Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone (senza farina) Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta SG al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* con pane/pangrattato SG e SL Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina SG Roast-beef (senza farina) Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro Prosciutto cotto SG e SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini di pane SG Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta SG all'olio Prosciutto cotto SG e SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Falafel di ceci con ceci in scatola SG e pangrattato SG Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Sformato di merluzzo* con pane/pangrattato SG e SL Spinaci* saltati Budino di riso SL e SG o gelato SL/SG	Riso alle zucchine Prosciutto cotto SG e SL Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso con ingredienti SG e SL Tacchino arrosto (senza farina) Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di RISO con ingredienti SG e SL Polpette di halibut* con pane/pangrattato SG e SL Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata di RISO con ingredienti SG e SL Polpette di pollo al sugo con pane/pangrattato SG e SL Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta SG fredda (pomodoro, basilico e tonno) Burger di merluzzo* con pane/pangrattato SG e SL Melanzane al funghetto Frutta di stagione

LEGENDA:

SG- SENZA GLUTINE

SL- SENZA LATTE E DERIVATI

SERVIRE SEMPRE PANE SG E SL, ALTRIMENTI GALLETTE DI RISO**NON AGGIUNGERE MAI A NESSUNA PREPARAZIONE PARMIGIANO O GRANA PADANO.**

MENU' DIETA IN BIANCO e SENZA GLUTINE
MENU' ESTIVO

Primi piatti:

Pasta SG o riso all'olio o
Brodo vegetale con pastina SG

Secondi piatti:

Petto di pollo/tacchino/vitello all'olio oppure
Platessa/merluzzo/nasello all'olio

Contorni:

Patate o carote lesse

Frutta fresca:

Mela

Pane SENZA GLUTINE

E' possibile aggiungere il parmigiano reggiano al primo piatto.

MENU' SENZA CARNE DI SUINO
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli r/s* al ragù Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di pesce* Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto) Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto) Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' SENZA CARNE DI SUINO E TONNO
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al ragù Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di pesce* Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto e tonno) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto e tonno) Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto e tonno) Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' SENZA CARNE DI SUINO E CARNE ROSSA
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Frittata al forno Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di pesce* Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto e tonno) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto e tonno) Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto e tonno) Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' SENZA CARNE
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger di merluzzo* al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Parmigiano reggiano DOP Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Uova sode Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Frittata al forno Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di pesce* Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto) Polpette di legumi Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto) Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto) Polpette di legumi Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' SENZA UOVA E DERIVATI E SENZA CARNE
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchini Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger di merluzzo* senza uova e grana padano Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Parmigiano reggiano DOP Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Sformato di merluzzo* senza uova e grana padano Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Burger vegetale* (no uova) Fagiolini* all'olio Gelato senza uova e derivati	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Mozzarella Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Stracchino Patate arrosto Frutta di stagione	<u>Pasta al pesto genovese senza tracce di uova (VEDI ETICHETTA)</u> Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di pesce* senza uova e grana padano Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	<u>Pasta al pesto genovese senza tracce di uova (VEDI ETICHETTA)</u> Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci senza uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* senza uova e grana padano Spinaci* saltati Gelato senza uova e derivati	Riso alle zucchini Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza uova e senza p.cotto) Polpette di legumi senza uova e grana padano Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza uova e senza p.cotto) Polpette di halibut* senza uova e grana padano Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza uova e senza p.cotto) Polpette di legumi senza uova e grana padano al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* senza uova e grana padano Melanzane al funghetto Frutta di stagione

SU= senza uova e derivati

NON SOMMINISTRARE IL GRANA PADANO SOPRA I PRIMI PIATTI O ALL'INTERNO DELLE PREPARAZIONI PERCHÉ CONTIENE LIPOZIMA DA UOVO!

MENU' SENZA CARNE DI SUINO, POLLO E TACCHINO
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchini Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger di merluzzo* al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al ragù Parmigiano reggiano DOP Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Uova sode Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di pesce* Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchini Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto) Frittata al forno Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto) Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto) Polpette di legumi Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

DIETA PER ALLERGIA ALLE PROTEINE DEL LATTE DI MUCCA, DI CAPRA E DI PECORA
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine SL Petto di pollo all'olio Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al ragù Affettato di tacchino SL Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata SL di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Budino di riso SL alla vaniglia o cioccolato	Pizza rossa Prosciutto cotto SL Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode (NO SALSA) ok salsa verde Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* senza latte e senza formaggio Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Prosciutto cotto SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta all'olio Falafel di ceci senza formaggio Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Sformato di merluzzo* senza latte e senza formaggio Spinaci* saltati Budino di riso SL alla vaniglia o cioccolato	Riso alle zucchine SL Prosciutto cotto SL Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza formaggio) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza formaggio) Polpette di halibut* senza latte e senza formaggio Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza formaggio) Polpette di pollo senza latte e senza formaggio al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e tonno) Burger di merluzzo* senza latte e senza formaggio Melanzane al funghetto Frutta di stagione

Legenda:**SL= senza proteine del latte****SF= senza formaggio****NON SOMMINISTRARE NE' PARMIGIANO REGGIANO NE' GRANA PADANO!**

MENU' SENZA UOVA E DERIVATI
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al ragù Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Sformato di merluzzo* senza uova e grana padano Fagiolini* all'aglio Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Petto di pollo all'olio Fagiolini* all'olio Gelato senza uova e derivati	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	<u>Pasta al pesto genovese senza tracce di uova (VEDI ETICHETTA)</u> Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	<u>Pasta al pesto genovese senza tracce di uova (VEDI ETICHETTA)</u> Prosciutto cotto Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci senza uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* senza uova e grana padano Spinaci* saltati Gelato senza uova e derivati	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza uova) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza uova) Polpette di halibut* senza uova e grana padano Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza uova) Polpette di pollo senza uova e grana padano al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* senza uova e grana padano Melanzane al funghetto Frutta di stagione

SU= senza uova e derivati

NON SOMMINISTRARE IL GRANA PADANO SOPRA I PRIMI PIATTI O ALL'INTERNO DELLE PREPARAZIONI!

MENU' SENZA CARNE E SENZA PESCE
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchini Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger di merluzzo* al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Parmigiano reggiano DOP Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Uova sode Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di legumi Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Frittata al forno Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di legumi Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Frittata al forno Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchini Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto e senza tonno) Polpette di legumi Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto e senza tonno) Polpette di legumi Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto e senza tonno) Polpette di legumi Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Stracchino Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' SENZA CARNE, SENZA PESCE E SENZA UOVA
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger vegetale* Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Parmigiano reggiano DOP Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Falafel di ceci* Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Burger vegetale* Fagiolini* all'olio Budino di riso alla vaniglia o al cioccolato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Burger vegetale* Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Burger vegetale* Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di legumi no uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Stracchino Patate arrosto Frutta di stagione	<u>Pasta al pesto genovese (SENZA TRACCE DI UOVA)</u> Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di legumi senza uova e grana padano Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	<u>Pasta al pesto genovese (SENZA TRACCE DI UOVA)</u> Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Ricotta Spinaci* saltati Budino di riso alla vaniglia o al cioccolato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza prosciutto cotto, senza uovo e senza tonno) Polpette di legumi senza uova e grana padano Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza prosciutto cotto, senza uovo e senza tonno) Polpette di legumi senza uova e grana padano Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza prosciutto cotto, senza uovo e senza tonno) Polpette di legumi senza uova e grana padano Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Stracchino Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' SENZA GLUTINE , SENZA LATTE E DERIVATI, SENZA UOVA E LIEVITI (BUDINO AL POSTO DEL DOLCE)*

MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta SG SL SU alla crema di zucchine SL Petto di pollo all'olio Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pasta SG SL SU all'olio Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta SG SL SU al ragù Affettato di tacchino SG e SL Insalata verde Frutta di stagione	Pasta SG SL SU all'olio Sformato di merluzzo* SL, SU, SG (con patate) Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Pasta SG SL SU all'olio Tonno sott'olio Fagiolini* all'olio Budino SG SL SU	Pasta SG SL SU al pomodoro Prosciutto cotto SG e SL Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Polpette di merluzzo* SL, SU, SG (con patate) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta SG SL SU al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone (senza farina) Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta SG SL SU al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* SL, SU, SG (con patate) Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina SG Roast-beef (senza farina) Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta SG SL SU al pomodoro Prosciutto cotto SG e SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con pastina SG Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta SG SL SU all'olio Prosciutto cotto SG e SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta SG SL SU all'olio Falafel di ceci con ceci in scatola SG, SU e SL (con patate) Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Sformato di merluzzo* SL, SU, SG (con patate) Spinaci* saltati Budino SG SL SU	Riso alle zucchine Prosciutto cotto SG e SL Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso con pomodori, mais SG, prosciutto cotto SG SL, basilico Tacchino arrosto (senza farina) Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di RISO con pomodori, mais SG, prosciutto cotto SG SL, basilico Polpette di halibut* SL, SU, SG (con patate) Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata di RISO con pomodori, mais SG, prosciutto cotto SG SL, basilico Polpette di pollo al sugo SL, SU, SG (con patate) Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta SG SL SU fredda (pomodoro, basilico e tonno) Burger di merluzzo* SL, SU, SG (con patate) Melanzane al funghetto Frutta di stagione

LEGENDA:

SG- SENZA GLUTINE

SL- SENZA LATTE E DERIVATI

SU- SENZA UOVA E DERIVATI

SERVIRE AL POSTO DEL PANE LE GALLETTE DI RISO!

NON AGGIUNGERE MAI A NESSUNA PREPARAZIONE PARMIGIANO O GRANA PADANO e PANGRATTATO!

LA PASTA SG SOMMINISTRATA NON DEVE CONTENERE TRACCE DI LATTE E DERIVATI O DI UOVA E DERIVATI

MENU' PER ALLERGIA ALLE FAVE E LEGUMI IN GENERE* (NO FAVE, PISELLI, FAGIOLI, LENTICCHIE, CECI, CICERCHIE, FAGIOLINI, LUPINI, SOIA, ARACHIDI, CARRUBE)
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Carote all'olio Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci (controllare etichetta) altrimenti pasta al ragù Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Carote all'olio Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Patate all'olio Gelato senza frutta secca o arachidi o legumi	Pizza rossa (V.ETICHETTA) Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo senza legumi, piselli e fagiolini come descritto sopra* Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure senza legumi, piselli e fagiolini come descritto sopra* con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure senza legumi, piselli e fagiolini come descritto sopra* estivo con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Prosciutto cotto Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Frittata al forno Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Spinaci* saltati Gelato senza frutta secca o arachidi o legumi	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza legumi, frutta secca, piselli e fagiolini come descritto sopra*) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di RISO (senza legumi, frutta secca, piselli e fagiolini come descritto sopra*) Polpette di halibut* (controllare etichetta pangrattato) Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d' RISO (senza legumi, frutta secca, piselli e fagiolini come descritto sopra*) Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno (controllare etichetta pangrattato) Melanzane al funghetto Frutta di stagione

Non usare mai l'olio di arachidi ma solo olio extravergine di oliva!!

CONTROLLARE SEMPRE BENE LE ETICHETTE DEI PRODOTTI SOMMINISTRATI!

ATTENZIONE A TERMINI SULLE ETICHETTE CHE INDICANO LA PRESENZA DI LEGUMI: FAVE, PISELLI, FAGIOLI, LENTICCHIE, CECI, CICERCHIE, FAGIOLINI, LUPINI, SOIA, ARACHIDI, CARRUBE, PROTEINE VEGETALI!

MENU' ALLERGIA ALLA FRUTTA SECCA (pinolo, arachidi, noci, nocciole, pistacchi, anacardo) e ARACHIDI
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci (controllare etichetta) altrimenti pasta al ragù Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato senza tracce di frutta secca	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Prosciutto cotto Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci (in scatola) -> controllare etichetta pangrattato! Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Spinaci* saltati Gelato senza tracce di frutta secca	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso con ingredienti senza tracce di frutta secca Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro con ingredienti senza tracce di frutta secca Polpette di halibut* (controllare etichetta pangrattato) Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d' orzo con ingredienti senza tracce di frutta secca Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno (controllare etichetta pangrattato) Melanzane al funghetto Frutta di stagione

Non usare mai l'olio di arachidi ma solo olio extravergine di oliva!!

! ATTENZIONE A: TERMINI SULLE ETICHETTE CHE INDICANO LA PRESENZA DI FRUTTA SECCA: MANDORLE, ARACHIDI, NOCI, NOCI DEL BRASILE, NOCI PECAN, NOCE, SESAMO, MACADAMIA, ANACARDI, NOCCIOLE, PINOLI, PISTACCHI, OLI DI SEMI VARI, OLI E GRASSI VEGETALI, PROTEINE VEGETALI, MARGARINA, GRASSI VEGETALI IDROGENATI, FRUTTA A GUSCIO

***Attenzione ai legumi che non contengano tracce di frutta secca!!UTILIZZARE QUELLI IN SCATOLA**

CONTROLLARE SEMPRE BENE LE ETICHETTE DEI PRODOTTI SOTTOLINEATI (COMPRESO IL PANE E PANGRATTATO)

MENU' DIETA IN BIANCO
MENU' ESTIVO

Primi piatti:

Pasta o riso all'olio o
Brodo vegetale con pastina

Secondi piatti:

Petto di pollo/tacchino/vitello all'olio oppure
Platessa/merluzzo/nasello all'olio

Contorni:

Patate o carote lesse

Frutta fresca:

Mela

Pane bianco

E' possibile aggiungere il parmigiano reggiano al primo piatto.

MENU' SENZA GLUTINE, SENZA LATTE E DERIVATI, SENZA POMODORO E SENZA GRASSI ANIMALI**MENU' ESTIVO**

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta SG in crema di zucchini SL Petto di pollo all'olio Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pasta SG SL all'ortolana (senza pomodoro) Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta SG al ragù IN BIANCO Affettato di tacchino SG e SL Insalata verde Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Frittata SL di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Pasta SG all'olio Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Budino di riso SL e SG o gelato SL/SG	Schiacciata SENZA GLUTINE all'olio con prosciutto cotto SG e SL Caponata di verdure estiva (no pomodoro) Frutta di stagione	Minestrone estivo (senza pomodoro) Uova sode (NO SALSA) ok salsa verde Patate lesse Frutta di stagione	Pasta SG SL all'ortolana (senza pomodoro) Petto di pollo al limone (senza farina) Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta SG SL all'ortolana (senza pomodoro) Polpette di merluzzo* con pane/pangrattato SG e SL Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure (senza pomodoro) con pastina SG Roast-beef (senza farina) Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Prosciutto cotto SG e SL Carote julienne Frutta di stagione	Passato di verdure (senza pomodoro) con crostini di pane SG Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta SG all'olio Prosciutto cotto SG e SL Insalata VERDE Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Falafel di ceci con ceci in scatola SG e pangrattato SG Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Sformato di merluzzo* con pane/pangrattato SG e SL Spinaci* saltati Budino di riso SL e SG o gelato SL/SG	Riso alle zucchini Prosciutto cotto SG e SL Carote julienne Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso con ingredienti SG, senza EDAMER e senza pomodori Tacchino arrosto (senza farina) Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di RISO con ingredienti SG, senza EDAMER e senza pomodori Polpette di halibut* con pane/pangrattato SG e SL Carote julienne Frutta di stagione	Insalata di RISO con ingredienti SG, senza EDAMER e senza pomodori Polpette di pollo IN BIANCO con pane/pangrattato SG e SL Zucchini trifolate Frutta di stagione	Pasta SG fredda con ingredienti SG, senza EDAMER e senza pomodori Burger di merluzzo* con pane/pangrattato SG e SL Melanzane al funghetto (senza pomodoro) Frutta di stagione

LEGENDA:**SG- SENZA GLUTINE****SL- SENZA LATTE E DERIVATI****SP- SENZA POMODORO****NON AGGIUNGERE MAI A NESSUNA PREPARAZIONE PARMIGIANO O GRANA PADANO**LA PASTA SOMMINISTRATA NON DEVONO CONTENERE LATTE E DERIVATI AL POSTO DEL PANE SOMMINISTRARE GALLETTE DI RISO O DI MAIS SENZA GLUTINE

MENU' SENZA PESCE E SENZA POMODORO
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pasta all'olio Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al ragù <u>IN BIANCO</u> Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Pasta all'ortolana (senza pomodoro) Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza bianca con Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo (senza pomodoro) Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta all'ortolana (senza pomodoro) Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta all'olio Polpette di legumi Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure (senza pomodoro) con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Carote julienne Frutta di stagione	Passato di verdure (senza pomodoro) estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Prosciutto cotto Insalata VERDE Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Ricotta Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Carote julienne Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza tonno e senza pomodoro) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza tonno e senza pomodoro) Polpette di legumi Carote julienne Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza tonno e senza pomodoro) Polpette di pollo <u>IN BIANCO</u> Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda SENZA POMODORO Stracchino Melanzane al funghetto (senza pomodoro) Frutta di stagione

Legenda:

SP= SENZA POMODORO

DIETA SENZA LATTOSIO, POLPO, MITILI E CROSTACEI

MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchini SL Petto di pollo all'olio Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al ragù Affettato di tacchino SL Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata SL di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Budino di riso SL alla vaniglia o cioccolato	Pizza rossa Prosciutto cotto SL Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode (NO SALSA) ok salsa verde Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* (controlla etichetta merluzzo) senza latte e senza formaggio Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Prosciutto cotto SL Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta all'olio Falafel di ceci senza formaggio Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Sformato di merluzzo* (controlla etichetta merluzzo) senza latte e senza formaggio Spinaci* saltati Budino di riso SL alla vaniglia o cioccolato	Riso alle zucchini SL Prosciutto cotto SL Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza formaggio) (leggi etichetta tonno) Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza formaggio) (leggi etichetta tonno) Polpette di halibut* (controlla etichetta merluzzo) senza latte e senza formaggio Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza formaggio) (leggi etichetta tonno) Polpette di pollo senza latte e senza formaggio al sugo Zucchini trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e tonno) Burger di merluzzo* (controlla etichetta merluzzo) senza latte e senza formaggio Melanzane al funghetto Frutta di stagione

Legenda:

SL= senza proteine del latte

SF= senza formaggio

NON SOMMINISTRARE NE' PARMIGIANO REGGIANO NE' GRANA PADANO!

MENU' SENZA UOVA E DERIVATI, SENZA CARNE E FAGIOLI

MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchini Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger di merluzzo* senza uova e grana padano Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Parmigiano reggiano DOP Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Sformato di merluzzo* senza uova e grana padano Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Tonno sott'olio Fagiolini* all'olio Gelato senza uova e derivati	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo (SENZA FAGIOLI) Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Mozzarella Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure (SENZA FAGIOLI) con pastina Stracchino Patate arrosto Frutta di stagione	<u>Pasta al pesto genovese senza tracce di uova (VEDI ETICHETTA)</u> Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure (SENZA FAGIOLI) estivo con crostini Polpette di pesce* senza uova e grana padano Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	<u>Pasta al pesto genovese senza tracce di uova (VEDI ETICHETTA)</u> Mozzarella Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci senza uova e grana padano Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* senza uova e grana padano Spinaci* saltati Gelato senza uova e derivati	Riso alle zucchini Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (senza uova e senza p.cotto) Polpette di SOLI CECI senza uova e grana padano Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (senza uova e senza p.cotto) Polpette di halibut* senza uova e grana padano Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (senza uova e senza p.cotto) Polpette di SOLE LENTICCHIE senza uova e grana padano al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* senza uova e grana padano Melanzane al funghetto Frutta di stagione

Legenda:**SU= senza uova e derivati**

NON SOMMINISTRARE IL GRANA PADANO SOPRA I PRIMI PIATTI O ALL'INTERNO DELLE PREPARAZIONI PERCHÉ CONTIENE LISOZIMA DA UOVO!

MENU' PRIVO DI FRUTTA FRESCA
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** NO FRUTTA	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti NO FRUTTA	Ravioli ricotta e spinaci al ragù Affettato di tacchino Insalata verde NO FRUTTA	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro NO FRUTTA
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato OK	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva NO FRUTTA	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse NO FRUTTA	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde NO FRUTTA
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde NO FRUTTA	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto NO FRUTTA	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata NO FRUTTA	Passato di verdure estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto NO FRUTTA
Giovedì	Pasta al pesto genovese Prosciutto cotto Pomodori in insalata NO FRUTTA	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde NO FRUTTA	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato OK	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio NO FRUTTA
Venerdì	Insalata di riso Tacchino arrosto Bieta* saltata NO FRUTTA	Insalata di farro Polpette di halibut* Pomodori all'olio NO FRUTTA	Insalata d'orzo Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate NO FRUTTA	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto NO FRUTTA

MENU' SENZA CARNE DI MUCCA
MENU' ESTIVO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Ricotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro Affettato di tacchino Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode con salsa verde Fagiolini* all'olio Gelato	Pizza rossa Mozzarella Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di merluzzo* Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Frittata al forno Patate arrosto Frutta di stagione	Lasagne al pesto e fagiolini* Primo sale Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al pesto genovese Prosciutto cotto Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (in bianco) Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Sformato di merluzzo* Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Caciotta rustica Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro Polpette di halibut* Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo Polpette di pollo al sugo Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda tricolore (pomodoro, basilico e mozzarella) Burger di merluzzo* al forno Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' PER ALIMENTAZIONE IPOSONDICA (POCO SALE)

MENU' ESTIVO

Legenda:

SF= SENZA FORMAGGIO

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine Petto di pollo panato Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Cosce di pollo al forno Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Pasta al ragù IPOSONDICO Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Frittata di patate Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Uova sode NO SALSINA VERDE Fagiolini* all'olio Gelato	Pasta al pomodoro Frittata SF al forno Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Uova sode NO SALSINA ALLE CAROTE Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Petto di pollo al limone Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Merluzzo* gratinato Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Roast-beef Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta all'olio Insalata di ceci Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con pastina Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Frittata SF al forno Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di ceci SF Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Merluzzo* gratinato Spinaci* saltati Gelato	Riso alle zucchine Uova strapazzate Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Riso al pomodoro Tacchino arrosto Bieta* saltata Frutta di stagione	Farro alle verdure Halibut* gratinato Pomodori all'olio Frutta di stagione	Orzo alle verdure Petto di pollo panato Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Merluzzo* gratinato Melanzane al funghetto Frutta di stagione

MENU' VEGANO**MENU' ESTIVO**

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Pasta in crema di zucchine SL e SF Falafel* Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pane e pomodoro Burger vegano* Pisellini* saporiti Frutta di stagione	Riso al pomodoro Insalata di fagioli Insalata verde Frutta di stagione	Pasta all'olio Burger vegano* Fagiolini* all'agro Frutta di stagione
Martedì	Panzanella Polpette vegetali senza uova e latte Fagiolini* all'olio Budino di riso vaniglia/cioccolato	Pizza rossa Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Caponata di verdure estiva Frutta di stagione	Minestrone estivo Polpette vegetali senza uova e latte Patate lesse Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Insalata di legumi Insalata verde Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Insalata verde Frutta di stagione	Vellutata di verdure con pastina Polpette vegetali senza uova e latte Patate arrosto Frutta di stagione	Pasta all'olio Falafel* Pomodori in insalata Frutta di stagione	Passato di verdure estivo con crostini Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Patate arrosto Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Insalata di ceci Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta all'olio Falafel di ceci Insalata verde Frutta di stagione	Riso all'olio Burger vegano* Spinaci* saltati Budino di riso vaniglia/cioccolato	Riso alle zucchine SL e SF Polpette vegetali senza uova e latte Pomodori all'olio Frutta di stagione
Venerdì	Insalata di riso (condito solo con verdure) Burger vegano* Bieta* saltata Frutta di stagione	Insalata di farro (condito solo con verdure) Insalata di legumi Pomodori all'olio Frutta di stagione	Insalata d'orzo (condito solo con verdure) Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Zucchine trifolate Frutta di stagione	Pasta fredda (condita solo con verdure) Falafel* Melanzane al funghetto Frutta di stagione