

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

MENU' PRIMAVERILE A.S. 2025/2026

MENU' COMUNE

pag. 2

MENU' PERSONALIZZATO

pag. 3

MENU' COMUNE PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista 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' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina SG in brodo vegetale Brasato (senza farina) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro Arista al forno/agli aromi (senza farina) Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli SG al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con pane SG Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Dolce Senza Glutine	Pasta SG al pesto genovese SG Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci (in scatola, SG) con RISO Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina SG Polpettone con pane/pangrattato SG al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta SG al pomodoro Polpette di platessa* con pangrattato SG Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta SG in salsa rosè Affettato di tacchino SG Insalata mista Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Polpette di merluzzo* con pangrattato SG Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta SG alla Norma Tacchino arrosto (senza farina) Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli SG burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne SG al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa SG Stracchino Insalata verde Dolce Senza Glutine	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* con pangrattato SG Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta SG all'ortolana Petto di pollo panato con pangrattato SG Finocchi gratinati con pangrattato SG Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli (in scatola, SG) e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta SG al ragù di lenticchie (in scatola, SG) Provolone Insalata mista Frutta di stagione

LEGENDA: SG- SENZA GLUTINE
- SERVIRE SEMPRE PANE SG!

MENU' SENZA GLUTINE e SENZA LATTOSIO

MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano SL Merluzzo* gratinato con pangrattato SG Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina SG in brodo vegetale Brasato (senza farina) Patate lesse Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro Arista al forno/agli aromi (senza farina) Carote prezzemolate Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro e basilico Frittata SL al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con pane SG Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Dolce Senza Glutine e SL	Pasta SG all'olio Frittata SL con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci (in scatola, SG) con RISO Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina SG Polpettone SL e con pane/pangrattato SG al forno Patate lesse Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta SG al pomodoro Polpette di platessa* SL e con pangrattato SG Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta SG al pomodoro Affettato di tacchino SL e SG Insalata mista Frutta di stagione	Pasta SG all'olio Polpette di merluzzo* SL e con pangrattato SG Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta SG alle melanzane Tacchino arrosto (senza farina) Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Pasta SG all'olio Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Pasta SG al ragù Petto di pollo alla salvia Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa SG Prosciutto cotto SG e SL Insalata verde Dolce Senza Glutine e SL	Riso all'olio Polpette di merluzzo* SL e con pangrattato SG Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta SG all'ortolana Petto di pollo panato con pangrattato SG Finocchi SL e gratinati con pangrattato SG Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli (in scatola, SG) e carote SL e con pangrattato SG Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) SENZA RICOTTA Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta SG al ragù di lenticchie (in scatola, SG) Petto di pollo al limone (senza farina) Insalata mista 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' PRIMAVERILE

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' PRIMAVERILE**

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Frittata al forno Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli (ricotta e spinaci) burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

MENU' SENZA CARNE DI SUINO E TONNO**MENU' PRIMAVERILE**

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Frittata al forno Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli (ricotta e spinaci) burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

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

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Platessa* gratinata Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Frittata al forno Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Petto di pollo gratinato Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli (ricotta e spinaci) burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al pomodoro Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

MENU' SENZA CARNE**MENU' PRIMAVERILE**

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Platessa* gratinata Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Frittata al forno Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Burger vegetale* Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Platessa* gratinata Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Parmigiano reggiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Uova sode Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli (ricotta e spinaci) burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al pomodoro Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette d i merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Burger vegetale* Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

MENU' SENZA UOVA E DERIVATI E SENZA CARNE
MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Platessa* gratinata Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Parmigiano reggiano Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Merluzzo* gratinato Patate arrosto Torta senza uova	Pasta al pesto genovese SU Burger vegetale* SU Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Burger vegetale* SU Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Platessa* gratinata Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* senza uova e senza grana padano Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Parmigiano reggiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* senza uova e senza grana padano Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Burger vegetale* SU Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Pasta al burro e salvia Mozzarella Lattuga Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta senza uova	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* senza uova e senza grana padano Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Burger vegetale* SU Finocchi gratinati senza grana padano Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote senza uova e senza grana padano Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Platessa* gratinata Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista 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' SENZA CARNE DI SUINO, POLLO E TACCHINO
MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Frittata al forno Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Burger vegetale* Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Parmigiano reggiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Uova sode Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli (ricotta e spinaci) burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Burger vegetale* Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

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

MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano SL Merluzzo* gratinato Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Frittata SL al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Torta senza latte e derivati	Pasta all'olio Frittata SL con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone senza latte e formaggio al forno Patate lesse Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* SL Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Affettato di tacchino SL Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* SL Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alle melanzane Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Pasta all'olio Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Pasta al ragù Petto di pollo alla salvia Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Prosciutto cotto SL Insalata verde Torta senza latte e derivati	Riso all'olio Polpette di merluzzo* SL Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati (solo pangrattato) Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote SL Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Petto di pollo al limone Insalata mista 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' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Parmigiano reggiano Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Prosciutto di suino arrostato Patate arrosto Torta senza uova	Pasta al pesto genovese SU Burger vegetale* SU Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone senza uova e grana padano al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* senza uova e grana padano Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Pasta burro e salvia Mozzarella Lattuga Frutta di stagione	Pasta al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta senza uova	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* senza uova e grana padano Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati senza grana padano Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote senza uova e grana padano Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Platessa* gratinata Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista 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' SENZA CARNE E SENZA PESCE
MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Burger vegetale* Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Frittata al forno Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Burger vegetale* Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Stracchino Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di legumi Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Parmigiano reggiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di legumi Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Uova sode Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli (ricotta e spinaci) burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al pomodoro Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Burger vegetale* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Burger vegetale* Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso all'olio Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

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

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Burger vegetale* senza uova e grana padano Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Mozzarella Carote prezzemolate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di legumi senza uova e grana padano Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Ricotta Patate arrosto <u>Torta senza uova</u>	Pasta al pesto senza uova e grana padano Polpette di legumi senza uova e grana padano Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Burger vegetale* senza uova e grana padano Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Stracchino Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di legumi senza uova e grana padano Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Parmigiano reggiano Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di legumi senza uova e grana padano Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Parmigiano reggiano Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Pasta burro e salvia Mozzarella Lattuga Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde <u>Torta senza uova</u>	Risotto alla parmigiana Burger vegetale* senza uova e grana padano Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Burger vegetale* senza uova e grana padano Finocchi <u>gratinati (solo pangrattato)</u> Frutta di stagione	Riso all'olio Burger di fagioli e carote senza uova e grana padano Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Ricotta Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

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

MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	<u>Ravioli</u> al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure senza legumi, piselli e fagiolini come descritto sopra* con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Torta senza frutta secca o arachidi o legumi	Pasta all'olio Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile (no fagiolini e piselli) Frutta di stagione	Passato di verdure senza legumi, piselli e fagiolini come descritto sopra* con RISO Cosce di pollo al forno Patate all'olio Frutta di stagione	Passato di verdure senza legumi, piselli e fagiolini come descritto sopra* con pastina Polpettone (controllare etichetta pangrattato) al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* (controllare etichetta pangrattato) Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	<u>Tortelli</u> burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	<u>Lasagne</u> al ragù Primo sale Carote** crude /lesse Frutta di stagione	<u>Pizza rossa</u> Stracchino Insalata verde Torta senza frutta secca o arachidi o legumi	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Caponata di verdure primaverile (no fagiolini e piselli) Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana (senza legumi, frutta secca, piselli e fagiolini come descritto sopra*) Petto di pollo panato (controllare etichetta pangrattato) Finocchi gratinati (controllare etichetta pangrattato) Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Merluzzo* al limone Spinaci* saltati Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta all'ortolana (senza legumi, frutta secca, piselli e fagiolini come descritto sopra*) Provolone Insalata mista 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' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	<u>Ravioli (VEDI ETICHETTA)</u> al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con <u>crostini di pane (VEDI ETICHETTA)</u> Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto <u>Torta senza tracce di frutta secca</u>	Pasta all'olio Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di <u>ceci (in scatola, SG)</u> con RISO Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone (controllare etichetta pangrattato) al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* (controllare etichetta pangrattato) Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	<u>Tortelli (VEDI ETICHETTA)</u> burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	<u>Lasagne (VEDI ETICHETTA)</u> al ragù Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	<u>Pizza rossa (VEDI ETICHETTA)</u> Stracchino Insalata verde <u>Torta senza tracce di frutta secca</u>	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* (controllare etichetta pangrattato) Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato (controllare etichetta pangrattato) Finocchi gratinati (controllare etichetta pangrattato) Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli (in scatola, SG) e carote (controllare etichetta pangrattato) Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al <u>ragù di lenticchie (in scatola, SG)</u> Provolone Insalata mista 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!!**

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

MENU' DIETA IN BIANCO

MENU' PRIMAVERILE

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 PESCE E SENZA POMODORO
MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale (senza pomodoro) Brasato Patate lesse Frutta di stagione	Pasta all'ortolana (senza pomodoro) Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli all'olio Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure (no pomodoro) con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci (senza pomodoro) con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Polpettone al forno Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta all'olio Polpette di legumi Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta con la ricotta (IN BIANCO) Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di legumi Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma (senza pomodoro) Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne/pasta <u>al ragù IN BIANCO</u> Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza bianca/Pasta all'olio Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Burger vegetale* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana (senza pomodoro) Petto di pollo panato Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso all'olio Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso all'olio Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al <u>ragù di lenticchie (senza pomodoro)</u> Provolone Insalata mista Frutta di stagione

Legenda:

SP= SENZA POMODORO

MENU' SENZA CARNE DI MUCCA**MENU' PRIMAVERILE**

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano Caciotta Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Platessa* gratinata Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Arista al forno/agli aromi Carote prezzemolate Frutta di stagione	Ravioli al pomodoro e basilico Frittata al forno Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Prosciutto di suino arrosto Patate arrosto Torta margherita	Pasta al pesto genovese Frittata con spinaci* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Cosce di pollo al forno Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Platessa* gratinata Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di platessa* Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta in salsa rosè Affettato di tacchino Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di merluzzo* Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alla Norma Tacchino arrosto Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Tortelli burro e salvia Uova sode con salsa verde Lattuga Frutta di stagione	Lasagne al pomodoro Primo sale Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa Stracchino Insalata verde Torta bicolore	Risotto alla parmigiana Polpette di merluzzo* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Petto di pollo panato Finocchi gratinati Frutta di stagione	Riso al ragù di pesce* Burger di fagioli e carote Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Uova sode con salsa "Bugs Bunny" (alle carote) Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Provolone Insalata mista Frutta di stagione

MENU' VEGANO
MENU' PRIMAVERILE

	1 settimana	2 settimana	3 settimana	4 settimana
Lunedì	Riso allo zafferano SL e SF Tofu Carote crude/lesse** Frutta di stagione	Pastina in brodo vegetale Burger vegetale* senza uova e grana padano Patate lesse Frutta di stagione	Pappa al pomodoro Falafel* Carote prezzemolate Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Bieta* all'olio Frutta di stagione
Martedì	Passato di verdure con crostini di pane Burger di legumi (senza formaggio e uova) Patate arrosto Budino di riso vaniglia/cioccolato	Pasta all'olio Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione	Passato di ceci con orzo Burger vegano* Fagiolini* all'agro Frutta di stagione	Vellutata di piselli* con pastina Falafel* Purè di patate Frutta di stagione
Mercoledì	Pasta al pomodoro Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Bieta* saltata Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Falafel* Insalata mista Frutta di stagione	Pasta all'olio Polpette di legumi (senza formaggio e uova) Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione	Pasta alle melanzane Burger di legumi (senza formaggio e uova) Finocchi crudi/lessi** Frutta di stagione
Giovedì	Pasta olio e salvia Falafel* Lattuga Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tofu Carote**con mais/lesse Frutta di stagione	Pizza rossa (senza strutto) Insalata di ceci Insalata verde Budino di riso vaniglia/cioccolato	Riso all'olio Burger vegano* Caponata di verdure primaverile Frutta di stagione
Venerdì	Pasta all'ortolana Burger vegano* Finocchi <u>gratinati</u> <u>(solo pangrattato)</u> Frutta di stagione	Riso all'olio Burger vegano* Fagiolini* all'olio Frutta di stagione	Riso al pomodoro Tofu Spinaci* all'olio Frutta di stagione	Pasta al ragù di lenticchie Tofu Insalata mista Frutta di stagione