

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica Priva di Lattosio: Menù Invernale

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta al pomodoro ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Spinaci al limone	➤ Risotto con crema di carciofi ➤ Prosciutto cotto ➤ Carote al forno gratinate	➤ Pasta con ceci ➤ Zucchine a tocchetti al forno	➤ Pasta con spinaci ➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto ➤ Insalata verde	➤ Riso con verza ➤ Polpette di bovino ➤ Piselli
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta con lenticchie ➤ Ortolana gratinata	➤ Pasta al pomodoro ➤ Tortino di merluzzo con patate	➤ Lasagna con zucca e besciamella vegetale ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Carote al forno gratinate	➤ Zuppa di farro e legumi ➤ Polpette di melanzane	➤ Orecchiette con broccoli baresi ➤ Rollè di frittata con spinaci
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Pasta con cavolo ➤ Prosciutto cotto ➤ Zucchine a tocchetti al forno	➤ Pasta con piselli ➤ Rollè di frittata con spinaci	➤ Riso al pomodoro ➤ Polpette di merluzzo ➤ Insalata verde	➤ Cous cous con verdure ➤ Arista di maiale ➤ Patate al forno	➤ Lasagna rossa ➤ Finocchi gratinati
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Orecchiette con broccoli baresi ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Patate al forno	➤ Pasta con zucchine ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Fagiolini al limone	➤ Pasta con patate ➤ Prosciutto cotto ➤ Insalata verde	➤ Pasta al pomodoro ➤ Filetto di platessa impanato ➤ Spinaci al limone	➤ Pasta con fagioli ➤ Zucchine a tocchetti al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
➤ Riso con verza ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Insalata verde	➤ Pasta alla bolognese ➤ Finocchi gratinati	➤ Zuppa di orzo e legumi ➤ Rollè di frittata di spinaci	➤ Pasta con zucca ➤ Hamburger di tacchino ➤ Zucchine a tocchetti al forno	➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpette di merluzzo ➤ Spinaci al limone

È prevista la distribuzione di:

- quattro volte la settimana pane con farina di grano tenero di tipo 0 e una volta la settimana pane con farina di grano tenero integrale;
- frutta fresca di stagione tagliata.

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di lattosio** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o suoi derivati. È fatto, altresì, divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica Priva di Lattosio: Menù Estivo

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Fagiolini al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso con spinaci ➤ Frittata ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Ortolana gratinata 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con fagioli ➤ Melanzane al pomodoro 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso al pomodoro ➤ Prosciutto cotto ➤ Insalata verde
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cous cous con verdure ➤ Hamburger di tacchino ➤ Carote al forno gratinate 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso al pomodoro ➤ Filetto di platessa impanato ➤ Bietoline al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con lenticchie ➤ Spinaci al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta alla siciliana ➤ Frittelle di zucchine al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con crema di zucchine ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Patate al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucchine ➤ Rollè di frittata con prosciutto cotto ➤ Insalata verde 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con piselli ➤ Polpettine di melanzane 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta al pomodoro ➤ Tortino di merluzzo con patate ➤ Fagiolini al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lasagna con zucca e besciamella vegetale ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pizza al pomodoro ➤ Cotoletta di verdure al forno
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con passato di zucchine ➤ Sovracoscia di pollo ➤ Patate al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta alla siciliana ➤ Polpettine di merluzzo ➤ Insalata verde 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con ceci ➤ Zucchine a tocchetti al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Riso al pomodoro ➤ Scaloppina di maiale al limone ➤ Ortolana gratinata 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con piselli ➤ Frittata ➤ Fagiolini al pomodoro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con tonno ➤ Filetto di merluzzo impanato ➤ Bietoline al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lasagna rossa ➤ Finocchi gratinati 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cous cous con verdure ➤ Prosciutto cotto ➤ Fagiolini al limone 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con lenticchie ➤ Cotoletta di verdure al forno 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pasta con zucchine ➤ Polpette di bovino al forno ➤ Piselli

È prevista la distribuzione di:

- quattro volte la settimana pane con farina di grano tenero di tipo 0 e una volta la settimana pane con farina di grano tenero integrale;
- frutta fresca di stagione tagliata.

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di lattosio** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o suoi derivati. È fatto, altresì, divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.

MENU FESTIVI

NATALE	CARNEVALE	PASQUA
<ul style="list-style-type: none">➤ Gnocchi al ragù➤ Carne al ragù➤ Patate al forno➤ Dolcetto privo di lattosio	<ul style="list-style-type: none">➤ Lasagna al pomodoro con macinato di bovino e besciamella vegetale➤ Prosciutto cotto➤ Dolcetto privo di lattosio	<ul style="list-style-type: none">➤ Lasagna al pomodoro con macinato di bovino e besciamella vegetale➤ Spezzatino di tacchino con patate e piselli➤ Uovo di cioccolato con sorpresa privo di lattosio

Per le grammature dei menù festivi, fare riferimento a quelle presenti nei ricettari delle tabelle dietetiche standard.

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di lattosio** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o suoi derivati. È fatto, altresì, divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.

CESTINI

Infanzia		Primaria		Secondaria di I grado	
Alimenti	Grammature	Alimenti	Grammature	Alimenti	Grammature
Due rosette	50 g/cada uno	Due rosette	80 g/cada uno	Due rosette	100 g/cada uno
Prosciutto cotto	80 g	Prosciutto cotto	100 g	Prosciutto cotto	120 g
Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g	Polpa di frutta (100% frutta)	100 g
Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri	Acqua oligominerale	0,5 Litri

Tutte le preparazioni devono prevedere l'utilizzo di prodotti **privi di lattosio** e non deve essere prevista l'aggiunta di latte e/o suoi derivati. È fatto, altresì, divieto di aggiungere parmigiano. Si rende, perciò, necessario verificare l'etichettatura secondo Regolamento (UE) 1169/2011.