

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

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMA SETTIMANA	➤ Pasta con lenticchie ➤ Cavolfiore gratinato	➤ Pasta al pomodoro ➤ Nasello olio e limone ➤ Lattughino olio e limone	➤ Risotto allo zafferano ➤ Frittata ➤ Carote olio e limone	➤ Pasta con broccoletti ➤ Rustichelle di pollo ➤ Patate novelle	➤ Sartù di riso ➤ Carote olio e limone
SECONDA SETTIMANA	➤ Risotto con zucca ➤ Nasello impanato ➤ Songino olio e limone	➤ Pasta con fagioli ➤ Carote olio e limone	➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpette di bovino al pomodoro ➤ Broccoletti gratinati	➤ Pizza al pomodoro e parmigiano ➤ Carote olio e limone ➤ Budino di soia al cioccolato	➤ Pasta con broccoletti ➤ Formaggio spalmabile delattosato ➤ Lattughino olio e limone
TERZA SETTIMANA	➤ Ravioli con ricotta delattosata e spinaci ➤ Uova strapazzate	➤ Gâteau di patate ➤ Broccoletti gratinati	➤ Pasta con ceci ➤ Carote olio e limone	➤ Risotto al pomodoro ➤ Nasello olio e limone ➤ Patate al forno	➤ Pasta con cavolfiore ➤ Cotoletta di lonza di maiale ➤ Lattughino olio e limone
QUARTA SETTIMANA	➤ Pasta al forno ➤ Broccoletti olio e limone	➤ Pasta al pesto vegetale ➤ Prosciutto cotto ➤ Carote olio e limone	➤ Pasta con zucca ➤ Bocconcini di pollo gratinati ➤ Lattughino olio e limone	➤ Pasta con piselli ➤ Provola delattosata ➤ Carote olio e limone	➤ Risotto al pomodoro ➤ Crocchette di nasello ➤ Pura di patate

È prevista la distribuzione di:

- tre volte la settimana pane con farina di tipo 0 e due volte la settimana pane con farina di grano integrale;
- frutta fresca di stagione tagliata (somministrate due volte la settimana mela di IV gamma).

Tutti i prodotti lattiero-caseari utilizzati nelle preparazioni devono essere **privi di lattosio** unitamente a tutti gli altri prodotti somministrati. Si rende necessario verificare l'etichettatura secondo il *Regolamento (UE) 1169/2011*. Utilizzare **Parmigiano Reggiano DOP stagionato 30-36 mesi**.

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

PRIMA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	➤ Risotto con zucchine ➤ Crocchette di nasello ➤ Patate novelle	➤ Frittata di maccheroni ➤ Carote alla julienne	➤ Pasta al pomodoro ➤ Bocconcini di tacchino con crema di verdure miste	➤ Pasta al pesto vegetale ➤ Tocchetti di parmigiano ➤ Songino olio e limone	➤ Pasta con fagioli ➤ Zucchine olio e limone
SECONDA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	➤ Pasta tricolore ➤ Carote olio e limone	➤ Risotto con patate ➤ Polpette di bovino ➤ Pomodori alla mediterranea	➤ Ravioli con ricotta delattosata al pomodoro ➤ Nasello olio e limone ➤ Lattughino olio e limone	➤ Pasta con ceci ➤ Patate, fagiolini e pomodori all'insalata	➤ Pasta al pomodoro ➤ Frittata con zucchine
TERZA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	➤ Pasta con zucchine ➤ Fior di latte delattosato ➤ Pomodori all'insalata	➤ Pasta con piselli ➤ Prosciutto cotto ➤ Lattughino olio e limone	➤ Riso all'insalata ➤ Broccoletti gratinati	➤ Pasta al pomodoro ➤ Nasello impanato ➤ Insalata mista	➤ Pasta con patate ➤ Bocconcini di pollo gratinati ➤ Carote alla julienne
QUARTA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	➤ Pasta con lenticchie ➤ Patate, fagiolini e pomodori all'insalata	➤ Pasta al pomodoro ➤ Polpette di tonno ➤ Lattughino olio e limone	➤ Pasta con broccoletti ➤ Frittata ➤ Carote alla julienne	➤ Risotto con zucchine ➤ Salsiccia di tacchino ➤ Pomodori alla mediterranea	➤ Pizza al pomodoro e parmigiano ➤ Zucchine olio e limone ➤ Gelato vegetale

È prevista la distribuzione di:

- tre volte la settimana pane con farina di tipo 0 e due volte la settimana pane con farina di grano integrale;
- frutta fresca di stagione tagliata (somministrate due volte la settimana mela di IV gamma).

Tutti i prodotti lattiero-caseari utilizzati nelle preparazioni devono essere **privi di lattosio** unitamente a tutti gli altri prodotti somministrati. Si rende necessario verificare l'etichettatura secondo il *Regolamento (UE) 1169/2011*. Utilizzare **Parmigiano Reggiano DOP stagionato 30-36 mesi**.

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica priva di lattosio

MENÙ FESTIVI

<i>NATALE</i>	<i>CARNEVALE</i>	<i>PASQUA</i>
➤ Gnocchi di patate al pomodoro ➤ Polpettone di bovino ➤ Patate al forno ➤ Dolcetto di Natale privo di lattosio	➤ Lasagna alla bolognese ➤ Salsiccia di tacchino con patate al forno ➤ Graffette prive di lattosio	➤ Cannelloni con ricotta delattosata e spinaci ➤ Polpette di bovino al pomodoro ➤ Carciofi indorati e fritti ➤ Ovetto di cioccolato privo di lattosio con sorpresa

Tutti i prodotti lattiero-caseari utilizzati nelle preparazioni devono essere **privi di lattosio** unitamente a tutti gli altri prodotti somministrati. Si rende necessario verificare l'etichettatura secondo il *Regolamento (UE) 1169/2011*. Utilizzare **Parmigiano Reggiano DOP stagionato 30-36 mesi**.

Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Tabella Dietetica priva di lattosio

CESTINI

Alimenti	Grammature		
	<i>Infanzia</i>	<i>Primaria</i>	<i>Secondaria di I grado e adulti</i>
2 panini all'olio	40 g/cada uno	50 g/cada uno	60 g/cada uno
Prosciutto cotto	30 g	50 g	60 g
Formaggio spalmabile delattosato	25 g	50 g	75 g
Polpa di frutta (100 % frutta)	100 g	100 g	100 g
Una bottiglia di acqua naturale in PET	500 ml	500 ml	500 ml
Una confezione di biscotti frollini privi di lattosio	25 g	25 g	25 g

Tutti i prodotti lattiero-caseari utilizzati nelle preparazioni devono essere **privi di lattosio** unitamente a tutti gli altri prodotti somministrati. Si rende necessario verificare l'etichettatura secondo il *Regolamento (UE) 1169/2011*. Utilizzare **Parmigiano Reggiano DOP stagionato 30-36 mesi**.