



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale

Servizio Dietetico Aziendale

Tel. 0523 302204 - Fax 0523 302965

Dieta speciale: **A** ☐ **INTOLLERANZA AL LATTOSIO**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – A – INTOLLERANZA LATTOSIO

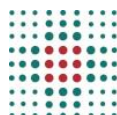
Primavera - Estate

<i>Menù Scuola primaria e Secondaria di I° grado</i>					
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta integrale al pomodoro Frittata al forno Insalata mista Nido: pasta non integrale Merenda Tè deinato e biscotti speciali	Pasta con piselli Hamburger di vitellone senza aggiunta di latte o formaggio Carote julienne Nido: Pastina brodo veg. Carote non julienne Merenda Frutta	Risotto primavera o con zucchine Prosciutto crudo/cotto senza lattosio Pomodoro Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta all'olio e basilico Arrosto di fesa di tacchino al limone Pomodori Merenda Pane e olio	Pasta al pomodoro Platessa gratinata Fagiolini Merenda Frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
2	Pasta al ragù Fettina di vitellone Pomodori Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta integrale peperone Prosciutto cotto senza lattosio Fagiolini Nido: pastina brodo carne Polpettine di vitellone senza latte Merenda Pane e marmellata	Minestrina* in passato di verdura Pizza marinara con solo pomodoro Insalata mista Merenda Frutta	Riso zucca/zucchine Bocconcini di pollo Piselli e carote Merenda Tè e biscotti speciali	Gnocchi/chicche al pomodoro Filetto merluzzo al forno Zucchine al forno Nido: pasta al pomodoro Merenda Frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3	Risotto alla parmigiana Arrosto di lonza Fagiolini e carote Nido: pastina in brodo di carne Lesso vitellone Merenda Tè deinato e biscotti speciali	Pasta al ragù Scaglie parmigiano* Insalata tenera/ Pinzimonio di verdura Nido: no pinzimonio di verdura Merenda Frutta	Minestrina di verdure con orzo Polpette di legumi carote Nido: pastina Carote non julienne Merenda Pane e marmellata	Pasta integrale alla pizzaiola Cotoletta/straccetti di tacchino al forno Fagiolini Nido: pasta non integrale Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta all'olio e basilico Filetto di merluzzo Pomodori Merenda frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4	Pasta integrale con zucchine Frittata con verdure Insalata mista tenera Nido: pastina in brodo vegetale Merenda Pane e olio	Risotto zucca/porri Cosce/anche di pollo al rosmarino Pomodoro Merenda Tè deinato e biscotti speciali	Pasta pomodoro e basilico Prosciutto cotto senza lattosio Piselli stufati Nido: polpettine vitellone senza latte Merenda Focaccia	Passato di verdura con farro* Pizza marinara con solo pomodoro Spinaci al burro Nido: pastina Merenda frutta	Pasta al sugo di pomodoro/pesce Crocchette o filetto di halibut Insalata e carote Nido: Carote non julienne Merenda: frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
5	Pasta al pomodoro Polpettine di legumi Insalata Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta integrale al pomodoro con melanzane Bocconcini di pollo erbe Carote julienne Nido: pasta non integrale Carote non julienne Merenda Pane e marmellata	Pasta al burro e grana Arrosto/hamburger di vitellone senza latte peperonata Merenda frutta	Pasta all'olio e basilico Grana padano/prosciutto crudo Pomodori Merenda Pane e olio	Risotto allo zafferano Filetto di merluzzo o insalata di pesce con patate Fagiolini e carote Nido: risotto bianco Carote non julienne Merenda: frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
6	Pastina in brodo di carne/vegetale Polpettine/bollito con salsa rossa Zucchine Merenda Pane e olio	Pasta e fagioli/ Pisarei e fasò Scaglie parmigiano Insalata Nido: no pisarei e fasò Merenda Tè deinato e biscotti speciali	Pasta aglio e olio Sogliola/Platessa gratinata Insalata mista Merenda Pane e marmellata	Pasta con zucca/zucchine o risotto parmigiana Bocconcini/scaloppine pollo Pomodori Merenda Tè deinato e biscotti speciali	Pasta integrale al pomodoro Prosciutto crudo/cotto senza lattosio Carote julienne Nido: pasta non integrale Carote non julienne Merenda: frutta
ANNO SCOLASTICO		DATA INIZIO MENU'	SETTIMANA MENU'	DATA FINE MENU'	SETTIMANA MENU'

NOTE:

- Impasti, polpette di carne di pesce o tortini di verdura, frittate, torte, senza aggiunta di latte, formaggi ricotta yogurt
- Non aggiungere parmigiano, formaggio, ricotta, besciamella panna ai primi piatti, secondi piatti e contorni
- non viene utilizzare né uovo né formaggio per le gratinature o impanature
- non impiegare prosciutto cotto o altri insaccati o salumi che possono contenere proteine del latte

SI PARMIGIANO E GRANA



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**

Azienda Unità Sanitaria Locale di Piacenza

Direzione Assistenziale

Servizio Dietetico Aziendale

Tel. 0523 302204 - Fax 0523 302965

Dieta speciale: ☒ **INTOLLERANZA AL LATTOSIO**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

MENU SCOLASTICO STANDARD – A – INTOLLERANZA LATTOSIO

Autunno - Inverno

<i>Menù Scuola Primaria e Secondaria di 1° grado</i>					
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Pasta con broccoli/olive Prosciutto crudo/cotto senza lattosio Carote Nido: pastina in brodo Carote non julienne Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta integrale al pomodoro Scaloppine/straccetti di tacchino al limone Verza Nido: pasta non integrale Merenda: frutta	Pasta bianca all'olio Filetto di merluzzo al forno /pizzaiola Insalata Merenda Tè deteinato e biscotti speciali	Polenta/Pasta bianca Brasato/ trito di vitellone Lenticchie Merenda Pane e olio	Minestrina vegetale Tortino di verdura o di patate (senza latte o formaggio fresco) finocchi Merenda: frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
2	Pasta integrale alla pizzaiola Bocconcini di pollo alle erbe Spinaci Nido: pasta non integrale Merenda Pane e marmellata	Pastina in brodo di carne Hamburger senza aggiunta di latte o formaggio o bollito di vitellone affettato con salsa rossa Insalata Nido: no salsa rossa Merenda:Focaccia	Riso alla parmigiana Crocchette di legumi Carote julienne Nido: carote non julienne Merenda Pane e marmellata	Gnocchi/chicche al pomodoro Filetto di merluzzo Verza Nido: pasta al pomodoro Merenda:Tè deteinato e biscotti speciali	Passato di verdura con orzo Pizza marinara con solo pomodoro Finocchi Nido: pastina in brodo Merenda: frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
3	Pasta al ragù di vitellone Scaglie di grana Finocchi Merenda Tè deteinato e biscotti speciali	Passato di verdura con pastina/crostini Cosce/anche di pollo al rosmarino Verza Nido: no crostini Merenda Pane e olio	Pasta e fagioli Frittata al forno Insalata Merenda frutta	Polenta/ Pasta integrale al pomodoro Spezzatino di vitellone con piselli in umido Nido: pasta non integrale Merenda Tè e biscotti speciali	Riso alla parmigiana o zucca Platessa gratinata Carote e patate al prezzemolo Merenda Pane e marmellata
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
4	Pasta integrale al pomodoro Torta di verdure senza formaggio Carote julienne Nido: pasta non integrale Carote non julienne Merenda Pane e olio	Pasta e fagioli/pisarei e fasò Scaglie di parmigiano Insalata Nido: no pisarei e fasò Merenda Tè deteinato e biscotti speciali	Risotto con zucca o parmigiana Hamburger di vitellone con salsa rossa Finocchi Nido: no salsa rossa Merenda Pane e marmellata	Passato di verdure farro Arrosto di lonza/tacchino Verza o broccoletti gratinati Nido: pastina Merenda Pane cioccolato fondente Nido: pane e marmellata	Pasta aglio olio/Pasta al sugo di pesce Crocchette di halibut/verdura Insalata mista Merenda frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
5	Pasta broccoli/all'olio Merluzzo/nasello al forno Finocchi Merenda focaccia	Passato di verdura con pastina* Pizza marinara con solo pomodoro Verza Merenda Tè e biscotti speciali	Pasta integrale al pomodoro Scaloppina/bocconcini di pollo agli agrumi Carote julienne Nido: pasta non integrale Carote non julienne Merenda: frutta	Risotto alla zucca/zafferano Fettina di vitellone Insalata mista Nido: risotto non con zafferano Merenda Tè e biscotti speciali	Pastina in brodo vegetale Filetto di pesce al forno Patate al prezzemolo Merenda frutta
Settimana	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
6	Pasta integrale e zucchine Arrosto di lonza Piselli in umido Nido: pasta non integrale Arrosto di tacchino Merenda Tè deteinato e biscotti speciali	Pastina in brodo di carne Bollito di vitellone senza aggiunta di latte o formaggio /hamburger di vitellone con salsa rossa Finocchi Nido: no salsa rossa Merenda Pane e olio	Risotto alla parmigiana/zafferano Crocchette di legumi o crocchette di ceci +Verza Nido: Riso no zafferano Merenda Tè deteinato e biscotti speciali	Pasta al ragù Prosciutto crudo/cotto senza lattosio o grana Padano Carote julienne Nido: carote non julienne Merenda frutta	Risotto al pomodoro Sogliola/platessa gratinata Insalata mista Merenda Pane e marmellata
ANNO SCOLASTICO		DATA INIZIO MENU'	SETTIMANA MENU'	DATA FINE MENU'	SETTIMANA MENU'

NOTE:

- Impasti, polpette di carne di pesce o tortini di verdura, frittate, torte, senza aggiunta di latte, formaggi ricotta yogurt
- Non aggiungere parmigiano, formaggio, ricotta, besciamella panna ai primi piatti, secondi piatti e contorni
- non viene utilizzare né uovo né formaggio per le gratinature o impanature
- non impiegare prosciutto cotto o altri insaccati o salumi che possono contenere proteine del latte

SI PARMIGIANO E GRANA

Dieta speciale: **A** ☐ **INTOLLERANZA AL LATTOSIO**

Nome e Cognome: _____

Scuola: _____

ELENCO ALIMENTI VIETATI E CONCESSI NELL' INTOLLERANZA AL LATTOSIO

	ALIMENTI DA EVITARE	SOSTITUZIONI CONSIGLIATE
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> latte vaccino, latte adattato per l'infanzia, yogurt formaggi freschi e semifreschi, tortino o polpette di ricotta Burro, panna, besciamella 	<ul style="list-style-type: none"> Latte di riso o di soia, latte per l'infanzia senza lattosio yogurt di soia Parmigiano o grana a stagionatura maggiore di 36 mesi, e formaggi a lunga stagionatura tipo Emmenthaler, Tilster, Gruyere olio extravergine di oliva
UOVA	<ul style="list-style-type: none"> Frittata 	<ul style="list-style-type: none"> uova, fettina di carne o pesce, prosciutto crudo o cotto garantito (*)
CEREALI, PATATE E DOLCI	<ul style="list-style-type: none"> Pasta /riso asciutti e/o in brodo con aggiunta di formaggi (ricotta, grana/parmigiano, ecc) o burro Lasagne, paste ripiene (cannelloni, tortelli, ecc.) Pizza Panini dolci, pancarrè, fette biscottate con latte, pane al latte e prodotti da forno torta o polpette di patate, purè biscotti, torte e prodotti di pasticceria, budini cioccolato, cacao in polvere gelati, panna montata, caramelle gommose 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta di semola, riso, senza formaggi non concessi o burro Lasagne senza besciamella o pasta/riso al pomodoro o all'olio Pizza con solo pomodoro e prosciutto crudo o cotto garantito (*) Pane comune, cracker, grissini, gallette di riso e fette biscottate senza latte polpetta di patate senza formaggio, patate lessate biscotti speciali, prodotti da forno certificati senza latte/yogurt/burro/cioccolato, yogurt o budini di soia cacao puro sorbetti alla frutta, granite, ghiaccioli, gelati alla frutta garantiti senza latte o siero in polvere, caramello di solo zucchero, meringhe
CARNE E PESCE	<ul style="list-style-type: none"> Prosciutto cotto/insaccati/salsicce/salami con caseinati o lattosio, lattoalbumina, polveri di latte polpettone/ine di carne Hamburger crocchette di pesce 	<ul style="list-style-type: none"> prosciutto crudo o cotto garantito (*) polpettine di carne senza formaggi carne o pesce o salumi consentiti crocchette di pesce senza formaggio o filetto di pesce
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> legumi conservati in scatola 	<ul style="list-style-type: none"> Tutti
VERDURA	<ul style="list-style-type: none"> Cucinate con l'impiego di latte o formaggi non consentiti 	<ul style="list-style-type: none"> Verdura cruda o cotta con olio + parmigiano o grana
FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> Frutta fresca di stagione, succhi e spremute di frutta 	<ul style="list-style-type: none"> Succhi di frutta con latte o yogurt
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> Salse a base di formaggio, burro, panna, besciamella 	<ul style="list-style-type: none"> olio extravergine di oliva
VARIE	<ul style="list-style-type: none"> Dado da brodo Polveri pronte per la prima colazione Pesto Alimenti con la dicitura:lattoalbumina, burro, siero del latte, crema acida, lattosio 	<ul style="list-style-type: none"> brodo vegetale o di carne consentita freschi cacao puro tutti i sughi o condimenti che <u>non</u> contengano formaggi

NOTE:

Leggere sempre bene le etichette per verificare che non ci siano ingredienti proibiti, nel dubbio evitare di utilizzare l'alimento in questione prima di aver chiesto conferma.

(*) Prosciutto cotto garantito: Rovagnati, Ferrarini, Fiorucci.