

## MENU' NO GLUTINE PRIMAVERA-ESTATE 2024 ASILI/SCUOLE

22/04/2024

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
PASTA (**) CON SUGO DI VERDURE (*) CAPRESE FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	CHICCHE DI PATATE(**) AL POMODORO(*) LENTICCHIE IN UMIDO INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) AL POMODORO (*) PRIMO SALE FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) CON PASSATA DI POMODORO (*) PETTO DI POLLO AL FORNO (*) CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
LASAGNE (**) AL RAGU' DI VITELLONE (*) CAROTE COTTE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RISO E PISELLI (*) FETTINA DI POLLO AL LIMONE (*) ZUCCHINE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	POLENTA (***) SPEZZATINO CON SUGO ARROSTO (*) CAROTE E PISELLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RAVIOLI (**) RICOTTA E SPINACI (*) O RISO IN BIANCO FRITTATA AL FORNO CON VERDURE MISTE (*) FINOCCHI FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
PASTA (**) ALL'OLIO CON SLTER CAMUNO FRITTATA ALLE VERDURE (*) INSALATA VERDE FRUTTA KM 0 TIPO PRUGNE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	CAROTE AL VAPORE PIZZA MARGHERITA (**) FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	GNOCCHI ALL'OLIO (**) CANNELLINI IN UMIDO POMODORI FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) IN BIANCO POLPETTE DI LEGUMI (*) ZUCCHINE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
VELLUTATA DI VERDURE (*) TACCHINO AL FORNO (*) PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RISO IN BIANCO ALL'OLIO (*) FRITTATA DI VERDURE (*) FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RISO CON VERDURINE(*) BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO (*) PURE' DI PATATE (*) FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	INSALATA DI RISO CON VERDURINE (*) FESA DI TACCHINO (*) CAROTE COTTE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
PASTA (**) AL PESTO(*) TONNO E PISELLI AL POMODORO POMODORI ALL'OLIO FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) AL RAGU' VEGETALE(*) SEPPIE CON PISELLI (*) CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) AL POMODORO E BASILICO (*) ZUCCHINE TRIFOLATE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) AL POMODORO (*) MERLUZZO AL LIMONE (*) INSALATA DI POMODORI FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)



## MENU' NO GLUTINE AUTUNNO-INVERNO 2024/2025 ASILI/SCUOLE

22/04/2024

1° LUNEDI'	2° LUNEDI'	3° LUNEDI'	4° LUNEDI'
GNOCCHI (**) AL POMODORO(*) MERLUZZO AL FORNO (*) INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA(**) IN BIANCO MERLUZZO AL FORNO(*) CAVOLFOIORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	VERDURA TRICOLORE AL VAPORE PIZZA MARGHERITA (**) FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	POLENTA (***) MANZO ALL'OLIO (*) INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° MARTEDI'	2° MARTEDI'	3° MARTEDI'	4° MARTEDI'
PASSATO DI VERDURE (*) CON CROSTINI (**) HAMBURGER DI MANZO PATATE A L FORNO FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	CREMA DI PATATE (*) CON CROSTINI (**) FETTINA DI POLLO AL LIMONE (*) VERDURE TRICOLORE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	MINISTRONE DI RISO E VERDURE (*) ARROSTO DI TACCHINO (*) PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	LASAGNE(**)AL RAGU' DI CARNE/ RAGU' DI LEGUMI (*) FAGIOLINI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° MERCOLEDI'	2° MERCOLEDI'	3° MERCOLEDI'	4° MERCOLEDI'
PASTA (**) OLIO E PARMIGIANO POLPETTE DI LEGUMI AL FORNO (*) BROCCOLI AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RISOTTO AL POMODORO (*) ROSA CAMUNA INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) AL RAGU' (*) FAGIOLI E PISELLI IN UMIDO INSALATA VERDE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) ALLE VERDURE (*) FRITTATA ALLE ERBETTE(*) CAROTE COTTE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° GIOVEDI'	2° GIOVEDI'	3° GIOVEDI'	4° GIOVEDI'
PASTA (**) AL PESTO(*) FORMAGELLA E MOZZARELLA SPINACI FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) AL POMODORO (*) O IN BIANCO LENTICCHIE CON POMODORO (*) CAROTE COTTE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RISOTTO ALLA PARMIGIANA (*) PLATESSA AL FORNO (*) ZUCCHINE TRIFOLATE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASSATO DI VERDURE E LEGUMI(*) FUSO DI POLLO AL FORNO(*) PATATE AL FORNO FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)
1° VENERDI'	2° VENERDI'	3° VENERDI'	4° VENERDI'
RISOTTO ALLO ZAFFERANO (*) FRITTATA ALLE VERDURE (*) CAROTE JULIENNE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	RISOTTO ALLA ZUCCA (*) MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA (*) ERBETTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) IN BIANCO FRITTATA AL FORMAGGIO AL FORNO (*) CAROTE AL VAPORE FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)	PASTA (**) IN BIANCO/AL POMODORO(*) MERLUZZO ALLA MEDITERRANEA (*) BROCCOLETTI AL VAPORE (*) FRUTTA DI STAGIONE GALLETTE DI RISO/MAIS o PANE (**)

(\*) PIATTI PREPARATI SENZA AGGIUNTA DI FARINA, PANE GRATTATO, SUGHI O SALSE ADDENSATE CON FARINA (SALVO L'USO DI FARINE DIETEICHE SENZA GLUTINE) E PREPARATI CON BRODO DI VERDURA PRIVO DI DADI, ESTRATTI DI CARNE, ESTRATTI VEGETALI, PREPARATI PER BRODO (SALVO PRODOTTI CONSENTITI DAL PRONTUARIO).

(\*\*) PRODOTTI SPECIALI SENZA GLUTINE

(\*\*\*) UTILIZZARE ESCLUSIVAMENTE INGREDIENTI E PRODOTTI ALIMENTARI IN COMMERCIO CONSENTITI AI CELIACI riconoscibili perché:

1. PRESENTI NEL PRONTUARIO AIC degli Alimenti (edizione corrente)
2. SPIGA BARRATA SULLA CONFEZIONE
3. Claim "SENZA GLUTINE" in etichetta

Il glutine si trova in alcuni cereali quali: FRUMENTO (GRANO TENERO, GRANO DURO), FARRO, ORZO, SEGALE, GRANO KOROSAN (kamut), BULGUR, FRIK, SPELTA, TRITICALE E AVENA. Qualsiasi alimento preparato con questi cereali o con derivati NON è consentito.

I cereali che invece non contengono glutine sono: riso, mais, miglio, amaranto, quinoa, sorgo, teff, grano saraceno (nella loro forma integra, in chicchi/semi)

Per la dieta del celiaco si possono utilizzare esclusivamente:

- Alimenti non prelaborati naturalmente privi di glutine
- Alimenti prelaborati con la dicitura "senza glutine" (Reg Ce1169/2011, 609/2013, 828/2014)
- Alimenti prodotti con materie prime naturalmente prive di glutine oppure materie prime deglutinizzate che hanno seguito la procedura di notifica dell'etichetta del Ministero della Salute. Tali alimenti sono presenti nel Registro Nazionale dei prodotti senza glutine, consultabile direttamente sul sito del Ministero della Salute all'indirizzo <http://www.salute.gov.it>

Sono contraddistinti in etichetta dal logo



- Alimenti presenti nel Prontuario AIC degli alimenti
- Alimenti a marchio Spiga Barrata



Il menù speciale è stato elaborato sulla base del menù collettivo. Gli alimenti contenenti glutine (frumento, segale, orzo ecc) sono stati sostituiti con prodotti dietetici. Altri alimenti sono rimasti invariati nel rispetto di alcuni accorgimenti:

- Piatti a base di carne, pesce, uova: non devono essere preparati con l'aggiunta di farina o pane grattugiato, né serviti con sughi o salse addensate con farine (salvo l'uso di farine senza glutine)
- Frullato di verdura, creme di legumi, minestrine, brodi: devono essere preparati senza l'utilizzo di estratti di carne o di verdura e di altri preparati per brodo (salvo prodotti consentiti dal prontuario)
- Formaggi: sono consentiti tutti i formaggi freschi o stagionati, con l'esclusione di formaggi fusi (formaggini) e a fette (sottilette)
- Polenta: preparata con farina di mais consentita dal Prontuario
- Purè: preparato con patate fresche con l'esclusione dei preparati per purè istantanei (salvo prodotti consentiti dal Prontuario)

Alcuni prodotti, apparentemente non correlabili al glutine (caramelle, budini, salumi), potrebbero però contenerlo per la presenza di ingredienti e additivi (amido di frumento, estratto di malto ecc) o per contaminazione. Leggere sempre attentamente le etichette

Per maggiori dettagli e per le indicazioni operative per la preparazione della dieta speciale, si consiglia di leggere attentamente la sezione dedicata nelle Linee Guida per la Ristorazione Scolastica "A proposito.. di mensa" di ATS Montagna.

Per ulteriori informazioni consultare il sito dell'AIC (Associazione Italiana Celiachia) [www.celiachia.it](http://www.celiachia.it)