

## TABELLA DIETETICA AUTUNNO/INVERNO

## Scuole del COMUNE di TERRUGGIA

SETTIMANA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENEDI
Prima	Crema di legumi con riso Frittata Zucchine Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Spezzatino di manzo finocchi in insalata Frutta di stagione	Pizza Insalata Frutta di stagione	Minestrina in brodo Arrosti di tacchino Purè di patate Frutta di stagione	Pasta al tonno Bastoncini di merluzzo al forno Carote Frutta di stagione
MERENDA	pane e marmellata	yogurt alla frutta	frutta di stagione	focaccia	budino
Seconda	Pasta al pomodoro Polpettone morbido insalata Frutta di stagione	Pasta burro e salvia Prosciutto cotto finocchi gratinati Frutta di stagione	Passato di verdura + crostini Scaloppine pollo al limone Patate al forno Frutta di stagione	Riso in bianco Formaggio Fagiolini Frutta di stagione	Pasta al pesto Tonno all'olio d'oliva Carote alla julienne Frutta di stagione
MERENDA	crostata	banana e crackers	pane e cioccolato	yogurt alla frutta	latte e biscotti
Terza	Minestrone con riso scaloppine manzo alla pizz. Patate Frutta di stagione	Pasta al ragù frittata spinaci Frutta di stagione	Pizza Insalata Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Petto di pollo impanato carote alla julienne Frutta di stagione	Risotto al rascchera nasello alla frugnaia zucchine Frutta di stagione
MERENDA	pane e marmellata	yogurt alla frutta	frutta di stagione	crackers e succo	budino
Quarta	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto finocchi gratinati Frutta di stagione	Polenta Spezzatino di manzo Carote Frutta di stagione	Passato verdura con riso scaloppine tacchino al lim. patate al forno Frutta di stagione	Pasta al tonno formaggio piselli Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Plattessa dorata al forno Carote in insalata Frutta di stagione
MERENDA	crostata	banana e crackers	latte e biscotti	frutta di stagione	yogurt alla frutta



11 0 106 2012

**TABELLA DIETETICA PRIMAVERA/ESTATE**

**Scuole del COMUNE di TERRUGGIA**

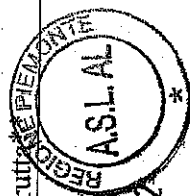
SETTIMANA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>Prima</b>	Pasta al pesto fresco Prosciutto cotto Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Arrosto di manzo Carote Frutta di stagione	Pizza Insalata Frutta di stagione	Passato verdura + crostini Scaloppine tacchino al limone Patate - frutta di stagione	Pasta al tonno Bastoncini di merluzzo al forno Pomodori in insalata Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	pane e marmellata	yogurt alla frutta	frutta di stagione	focaccia	budino
<b>Seconda</b>	Pasta all'olio Caprese Frutta di stagione	Minestrone con pasta o riso Scaloppina manzo pizzaioia Patate e carote Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Lonza al forno Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta al ragù Frittata Insalata mista Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Tonno all'olio d'oliva Carote alla julienne Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	crostata	banana e crackers	pane e cioccolato	yogurt alla frutta	gelato
<b>Terza</b>	Pasta al tonno Spezzatino di manzo Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta pomodoro e basilico Prosciutto cotto Zucchine Frutta di stagione	Pizza Insalata mista Frutta di stagione	Minestrone di riso Petto di pollo impanato Patate al forno o in insalata Frutta di stagione	Pasta al pesto fresco Palombo al pomodoro Spinaci Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	pane e marmellata	yogurt alla frutta	frutta di stagione	crackers e succo	budino
<b>Quarta</b>	Risotto al pomodoro Frittata Zucchine Frutta di stagione	Pasta all'olio Scaloppine di manzo Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Passato verdura con riso Fettine di pollo Patate al forno o in insalata Frutta di stagione	Pasta al tonno Caprese Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Filetto di merluzzo o Platessa gratinata Carote in insalata Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	crostata	banana e crackers	latte e biscotti	frutta di stagione	gelato



11 0 LUG. 2012

**TABELLA DIETETICA AUTUNNO/INVERNO per CELIACHIA**      **Scuole del COMUNE di TERRUGGIA**

SETTIMANA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENEDI
<b>Prima</b>	Crema di legumi con riso Frittata Zucchine Frutta di stagione	Pasta* al pomodoro Spezzatino di manzo finocchi in insalata Frutta di stagione	Pizza** Insalata Frutta di stagione	Pastina* in brodo Arrosto di tacchino Purè di patate Frutta di stagione	Pasta* al tonno Bastoncini di merluzzo al forno** Carote Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	pane** e marmellata**	yogurt alla frutta**	frutta di stagione	focaccia** o crackers**	budino**
<b>Seconda</b>	Pasta* al pomodoro Polpettone morbido (senza pane) oppure svizzera ai ferri** insalata Frutta di stagione	Pasta* burro e salvia Prosciutto cotto** finocchi gratinati (senza besciamelle) Frutta di stagione	Passato di verdura + crostini di pane** Scaloppine pollo al limone (senza farina) Patate al forno Frutta di stagione	Riso in bianco Formaggio Fagiolini Frutta di stagione	Pasta* al pesto fresco Tonno all'olio d'oliva Carote alla julienne Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	crosticina** o biscotti**	banana e crackers**	pane** e cioccolato**	yogurt alla frutta**	latte e biscotti**
<b>Terza</b>	Minestrone con riso scaloppine manzo alla pizz. Patate Frutta di stagione	Pasta** al ragù frittata spinaci Frutta di stagione	Pizza** Insalata Frutta di stagione	Pasta* al pomodoro Petto di pollo impanato*** carote alla julienne Frutta di stagione	Risotto al rascchera nasello al verde (senza farina) zucchine - Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	yogurt alla frutta**	frutta di stagione	pane** e marmellata**	crackers** e succo**	budino**
<b>Quarta</b>	Pasta* al pomodoro Prosciutto cotto** finocchi gratinati (senza besciamelle) Frutta di stagione	Polenta** Spezzatino di manzo Carote Frutta di stagione	Passato verdura con riso scaloppine tacchino al lim. (senza farina) Patate al forno - Frutta	Pasta* al tonno formaggio piselli Frutta di stagione	Pasta* al pom. e basilico Plattessa dorata al forno*** Carote in insalata Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	crosticina** o biscotti**	banana e crackers**	latte e biscotti**	frutta di stagione	yogurt alla frutta**



11.08.2012

\* pasta di mais e/o di riso certificata senza glutine (prodotti da Prontuario AIC o con marchio spiga barrata o notificati dal Ministero della Salute o con scritta "senza glutine")

\*\* prodotti da Prontuario AIC o con marchio spiga barrata o notificati dal Ministero della Salute o con scritta "senza glutine"

\*\*\* utilizzare preparato per impanatura senza glutine

- Ad ogni pasto è prevista una porzione di crackers o gallette senza glutine

- Utilizzare esclusivamente parmigiano reggiano sui primi piatti e ove necessario

- Sono consentiti tutti i formaggi freschi e stagionati, tranne formaggi fusi (formaggini, sottillette...) e spalmabili.

- Le ricette devono escludere l'aggiunta di farina o altri addensanti, besciamelle, pane, salsiccia....

- Le verdure indicate possono essere sostituite con altre verdure cotte o crude, eccezione fatta per patate e legumi che, per ottimizzare l'apporto calorico del pasto, devono essere consumate solo quando segnalate nel menù.



# TABELLA DIETETICA PRIMAVERA/ESTATE PER CELIACHIA Scuole del COMUNE di TERRUGGIA

SETTIMANA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>Prima</b>	Pasta* al pesto fresco Prosciutto cotto** Fagiolini in insalata Frutta di stagione	Pasta* al pomodoro Arrosti di manzo Carote Frutta di stagione	Pizza** Insalata Frutta di stagione	Pass. verd. + crostini pane** Scaloppine tacchino al lim. (senza farina) Patate - frutta di stagione	Pasta* al tonno Bastoncini** merluzzo al forno Pomodori - Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	pane** e marmellata** Pasta* all'olio Caprese Frutta di stagione	yogurt alla frutta** Minestrone con pasta* o riso Scaloppina manzo pizzaiola Patate e carote Frutta di stagione	frutta di stagione Risotto allo zafferano Lonza al forno Pomodori in insalata Frutta di stagione	focaccia** o biscotti** Pasta* al ragù Frittata Insalata mista Frutta di stagione	budino** Pasta* al pom. e basilico Tonno all'olio d'oliva Carote alla julienne Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	crostatina** o biscotti**	banana e crackers**	pane** e cioccolato**	yogurt alla frutta**	gelato**
<b>Terza</b>	Pasta* al tonno Spezzatino di manzo Pomodori in insalata Frutta di stagione	Pasta* pomodoro e basilico Prosciutto cotto** Zucchine Frutta di stagione	Pizza** Insalata mista Frutta di stagione	Minestrone di riso Petto di pollo impanato*** Patate al forno o in insalata Frutta di stagione	Pasta* al pesto fresco Palombo al pomodoro Spinaci Frutta di stagione
<b>MERENDA</b>	pane** e marmellata** Risotto al pomodoro Frittata Zucchine Frutta di stagione	yogurt alla frutta** Pasta* all'olio Scaloppine di manzo pizz. Fagiolini in insalata Frutta di stagione	frutta di stagione Passato verdura con riso Fettine di pollo Patate al forno o in insalata Frutta di stagione	crackers** e succo** Pasta* al tonno Caprese Frutta di stagione	budino** Pasta al pomodoro e basilico Filetto di merluzzo o Platessa gratinata*** Carote in insalata - Frutta
<b>Quarta</b>	crostatina** o biscotti**	banana e crackers**	latte e biscotti**	frutta di stagione	gelato**

\* pasta di mais e/o di riso certificata senza glutine (prodotti da Prontuario AIC o con marchio spiga barrata o notificati dal Ministero della Salute o con scritta "senza glutine")

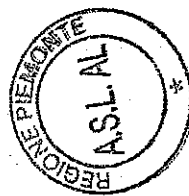
\*\* prodotti da Prontuario AIC o con marchio spiga barrata o notificati dal Ministero della Salute o con scritta "senza glutine"

\*\*\*utilizzare preparato per impanatura senza glutine  
- Ad ogni pasto è prevista una porzione di crackers o gallette senza glutine  
- Utilizzare esclusivamente parmigiano reggiano sui primi piatti e ove necessario



110 LUG 2012

- Sono consentiti tutti i formaggi freschi e stagionati, tranne formaggi fusi (formaggini, sottilette..) e spalmabili.
- Le ricette devono escludere l'aggiunta di farina o altri addensanti, besciamella, pane, salsiccia.... o altri ingredienti contenenti glutine
- Le verdure indicate possono essere sostituite con altre verdure cotte o crude, eccezione fatta per patate e legumi che, per ottimizzare l'apporto calorico del pasto, devono essere consumate solo quando segnalate nel menù.



10 LUG. 2012

MERENDA SCUOLA MATERNA

- PANE E MARZELLATA
- FRUTTA E CRACKERS
- PANE E CIOCOLATA
- YOGURT ALLA FRUTTA CON BISCOTTI
- FOCACCIA
- LATTE E BISCOTTI
- BISCOTTI E SUCCO DI FRUTTA



29 SET. 2005