

**NO GLUTINE. °NON USARE FARINA/PANGRATTATO CONVENZIONALE IN ALCUNA PREPARAZIONE.**
**Leggere sempre l'etichetta dei prodotti confezionati per verificare l'assenza di glutine e derivati. COME LEGUMI SOMMINISTRARE SOLO PISELLI GELO.**

|                  | 1° settimana                                                                                                                                                                                                                        | 2° settimana                                                                                                                                                                                                                                                       | 3° settimana                                                                                                                                                                                                                                          | 4° settimana                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lunedì</b>    | Verdure crude / Verdure cotte all'olio<br>Pizza senza glutine al pomodoro e mozzarella<br>½ porz. formaggio                                                                                                                         | Pasta senza glutine al pesto<br>Formaggio (*)<br>Insalata di pomodori                                                                                                                                                                                              | Pasta senza glutine al pomodoro<br>Frittata / Tortino senza glutine° /<br>Uova strapazzate<br>Carote                                                                                                                                                  | Pasta senza glutine con pomodoro e olive<br>Polpette di verdure e formaggio°<br>c/pangrattato senza glutine / Formaggio (*)<br>Fagiolini all'olio / in insalata                                                 |
| <b>Martedì</b>   | Pasta senza glutine al pomodoro<br>Bovino adulto macinato / arrosto°<br>Insalata di fagiolini / all'olio                                                                                                                            | Pasta senza glutine (per infanzia) /<br>Gnocchi senza glutine o Pasta senza<br>glutine (per primaria e secondaria) al<br>pomodoro<br>Uova strapazzate / Frittata / Tortino<br>senza glutine°<br>Fagiolini all'olio / in insalata                                   | Risotto allo zafferano<br>Bocconcini di tacchino°<br>Insalata di pomodori                                                                                                                                                                             | Crema di verdure con riso / pasta senza<br>glutine (per infanzia)<br>Pasta senza glutine/riso all'olio e Parmigiano<br>Reggiano DOP (per primaria e secondaria)<br>Pollo al forno°<br>Patate e verdure all'olio |
| <b>Mercoledì</b> | Ravioli di magro senza glutine al burro e salvia<br>Polpette di piselli senza glutine c/pangrattato<br>senza glutine/piselli senza glutine all'olio°/in<br>umido/uova strapazzate/frittata<br>Insalata di pomodori\erbette all'olio | Riso alle verdure/al pomodoro<br>Bovino adulto al forno°<br>Carote all'olio / in insalata                                                                                                                                                                          | Pasta senza glutine al pesto<br>Lonza arrosto°<br>Insalata mista / di carote                                                                                                                                                                          | Verdure e piselli senza glutine in umido /<br>all'olio / in insalata<br>Lasagne senza glutine con ragù di manzo°<br>(besciamella c/farina sz glutine)                                                           |
| <b>Giovedì</b>   | Crema di zucchine con riso (per infanzia)<br>Pasta senza glutine al ragù di verdure° (per<br>primaria e secondaria)<br>Tacchino al forno° / Scaloppine°<br>Patate e carote al forno                                                 | Pasta senza glutine all'olio e<br>Parmigiano Reggiano DOP<br>Pollo impanato° c/pangrattato senza<br>glutine<br>Insalata verde                                                                                                                                      | Verdure crude / Verdure cotte<br>all'olio<br>Pizza senza glutine al pomodoro e<br>mozzarella<br>½ porz. formaggio (*)                                                                                                                                 | Risotto alla parmigiana<br>Pesce (^) gratinato° c/pangrattato senza<br>glutine/ al limone/ all'olio/ al forno°<br>Zucchine all'olio                                                                             |
| <b>Venerdì</b>   | Risotto al pomodoro<br>Pesce (^) impanato al forno° c/pangrattato<br>senza glutine<br>Insalata mista                                                                                                                                | Passato di verdure e piselli con pasta<br>senza glutine (per infanzia) / Pasta<br>senza glutine con pomodoro e piselli<br>(per primaria e secondaria)<br>Pesce (^) gratinato° c/pangrattato<br>senza glutine/al limone/all'olio/al<br>forno°<br>Zucchine trifolate | Crema di patate e pasta senza<br>glutine (per infanzia) / Pasta senza<br>glutine al pomodoro (per primaria e<br>secondaria)<br>Pesce (^) agli aromi°/ al pomodoro/<br>impanato° c/pangrattato senza<br>glutine/ al forno°<br>Erbette saltate con olio | Pasta senza glutine allo zafferano° / all'olio e<br>Parmigiano Reggiano DOP<br>Uova strapazzate / Frittata / Tortino senza<br>glutine°<br>Insalata di pomodori / verde                                          |

 Il pranzo viene completato con **PANE SENZA GLUTINE** e **frutta fresca di stagione** (è consigliabile anticipare quest'ultima nello spuntino di metà mattina).

 1 volta / settimana, preferibilmente in presenza di piatto unico o di primo piatto semplice, la frutta può essere sostituita con yogurt alla frutta o con un **DOLCE SENZA GLUTINE**.

(\*) Tipologie di formaggio: ricotta, mozzarella, formaggio fresco di capra, primosale, robiola, caciotta fresca, toma (tipo Crodo, ecc.), parmigiano reggiano, ecc.

(^) Tipologie di pesce: platessa, sogliola, palombo, nasello o merluzzo, cernia, pesce S. Pietro, pesce spada, trancio di tonno, ecc.

In questa mensa viene servita acqua potabile trattata naturale. Per le preparazioni e i condimenti viene usato olio extravergine d'oliva.

Si raccomanda:

- ✓ La diminuzione dell'utilizzo di sale nella preparazione dei pasti
- ✓ L'utilizzo esclusivo di sale iodato