

AZIENDA SANITARIA LOCALE
LANCIANO – VASTO - CHIETI
Dipartimento di Prevenzione
Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via Marco Polo n.55/a –VASTO (CH)

Menu invernale Scuole dell'Infanzia e Primaria: Dieta speciale priva di GLUTINE - A.S. 2025/2026

GG	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lun.	Pasta senza glutine e patate al pomodoro <u>Polpette di ricotta e spinaci</u> Carote al vapore	Pasta senza glutine in bianco olio e parmigiano Frittata con patate o al prosciutto cotto Verdura cotta di stagione (es. bieta)	Pasta senza glutine in brodo vegetale senza aggiunta di dado o crema di carote con crostini di pane s.g. <u>Cotoletta di pollo cotta al forno</u> Verdura cotta di stagione (es. finocchi)	Pasta senza glutine con verdure di stagione (broccoli) <u>Polpette cacio e uova non fritte o frittata con mozzarella</u> Verdura cotta di stagione (es. finocchi)
Mar.	Pasta senza glutine in bianco olio e parmigiano Carne bovina (girello alla genovese) Piselli	Minestrone di verdure con pastina senza glutine Spezzatino di tacchino con patate	Pasta senza glutine al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde	Pasta senza glutine al pomodoro Spezzatino di vitello con piselli e carote o Polenta s.g.* con ragù di carne bovina Verdura cotta di stagione
Mer.	Pasta senza glutine al forno (sugo al pomodoro mozzarella, parmigiano) Uovo strapazzato ben cotto Verdura cotta di stagione (es. spinaci)	Pasta senza glutine e legumi (ceci) o zuppa di legumi misti con pasta s.g. Mozzarella Insalata verde con carote	Pasta senza glutine o riso e legumi (lenticchie) <u>Gratin di formaggio e patate</u> Carote julienne	Pasta senza glutine e legumi (fagioli) Uovo Verdura cotta (es. rape)
Gio.	Minestrone di verdure o crema di zucca e spinaci con pastina senza glutine Carne di pollo Patate al forno	Gnocchi di patate senza glutine al pomodoro Arista di maiale Verdura cotta di stagione (es. cavolfiore)	Risotto con verdure di stagione (zucca) <u>Scaloppina di tacchino al limone</u> Purea di patate (con patate fresche: NO a purè pronti-confezionati)	Minestrone di verdure con riso <u>Cotoletta di pollo o tacchino cotta al forno</u> Insalata verde
Ven.	Riso al pomodoro Pesce (filetti di merluzzo gratinati) Insalata verde	Riso al pomodoro Pesce (Crocchette di pesce: filetti di salmone, uova, patate, prezzemolo e pangrattato s.g.) Carote julienne	Pasta senza glutine al tonno e pomodoro Pesce (filetti di platessa) Piselli	Pasta senza glutine bianca olio e parmigiano Pesce (filetti di orata) Patate al forno

Tutti i giorni: pane senza glutine e frutta fresca di stagione

N.B.: Nella preparazione del pasto speciale attenersi alle indicazioni riportate nella nota allegata.

Per le pietanze sottolineate così come per altre preparazioni in cui sia previsto l'impiego di farina, pangrattato o mollica di pane, impiegare prodotti dietetici specifici senza glutine.

*polenta senza glutine.: preparata impiegando farina di mais certificata gluten free, che non abbia ricevuto contaminazioni durante il processo di lavorazione. NO a polenta pronta, precotta a meno che non sia presente in etichetta certificazione gluten free (fare riferimento al prontuario AIC).

Si fa presente che il menù invernale sopramenzionato, per ragioni logistiche, ha subito variazioni riguardanti la sequenza giornaliera di somministrazione come indicata di seguito (tale variazione è autorizzata dalla A.S.L. 02 LANCIANO - VASTO - CHIETI con prot.n.97570/2025 dell'11/09/2025).

Menu invernale Scuole dell'Infanzia e Primaria - A.S. 2025/2026 Dieta speciale priva di GLUTINE

gg	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lun.	Pasta senza glutine al forno (sugo al pomodoro, mozzarella, parmigiano) Uovo strapazzato ben cotto Verdura cotta di stagione (es. spinaci)	Pasta senza glutine in bianco olio e parmigiano Frittata con patate o al Prosciutto cotto Verdura cotta di stagione (es. Bietola)	Pastina senza glutine in brodo vegetale o Crema di carote con crostini di pane s.g. Cotoletta di pollo cotta al forno Verdura cotta di stagione (es. Finocchi)	Pasta senza glutine al pomodoro Spezzatino di vitello con piselli e carote o Polenta s.g. con ragù di carne bovina Verdura cotta di stagione
Mar.	Pasta senza glutine e patate al pomodoro Polpette di ricotta e spinaci (v. ricetta) Carote al vapore	Minestrone di verdura con pastina senza glutine Spezzatino di tacchino con patate	Pasta senza glutine al pomodoro Prosciutto cotto Insalata verde	Pasta senza glutine con verdura di stagione (broccoli) Polpette cacio e uova non fritte o Frittata con mozzarella Verdura cotta di stagione (es. Finocchi)
Mer.	Pasta senza glutine in bianco olio e parmigiano Carne di bovino Piselli	Pasta senza glutine legumi (ceci) o Zuppa di legumi misti con pasta senza glutine Mozzarella Insalata verde con carote	Pasta senza glutine o riso e legumi (lenticchie) Gratin di formaggio e patate Carote julienne	Minestrone di verdure con riso Cotoletta di pollo o tacchino cotta al forno Insalata verde
Gio.	Minestrone di verdure o Crema di zucca e spinaci con pastina senza glutine Carne di pollo Patate al forno	Gnocchi di patate senza glutine al pomodoro Arista di maiale Verdura cotta di stagione (es. Cavolfiore)	Risotto con verdure di stagione (zucca) Scaloppina di tacchino al limone Purea di patate con patate fresche	Pasta senza glutine e legumi (fagioli) Uovo Verdura cotta (es. Rape)
Ven.	Riso al pomodoro Pesce (Filetti di merluzzo gratinati) Insalata verde	Riso al pomodoro Pesce (Crocchette di pesce: filetti di salmone, uova, patate, prezzemolo e pangrattato s.g.) Carote julienne	Pasta senza glutine al tonno e pomodoro Pesce (Filetti di platessa) Piselli	Pasta senza glutine bianca olio e parmigiano Pesce (Filetti di orata) Patate al forno

Tutti i giorni: pane senza glutine e frutta fresca di stagione

N.B.: Nella preparazione del pasto speciale attenersi alle indicazioni riportate nella nota allegata.

Per le pietanze sottolineate così come per altre preparazioni in cui sia previsto l'impiego di farina, pangrattato o mollica di pane, impiegare prodotti dietetici specifici senza glutine.

*polenta senza glutine.: preparata impiegando farina di mais certificata gluten free, che non abbia ricevuto contaminazioni durante il processo di lavorazione. NO a polenta pronta, precotta a meno che non sia presente in etichetta certificazione gluten free (fare riferimento al prontuario AIC).