

# MENÙ PRIMAVERA ESTATE – DIETA SENZA LATTE E LATTICINI

## COMUNE DI SARZANA - ANNO SCOLASTICO 2026-2027



| SETTIMANA                         | LUNEDÌ                                                                                                       | MARTEDÌ                                                                                                                              | MERCOLEDÌ                                                                                                                                                                       | GIOVEDÌ                                                                                                                               | VENERDÌ                                                                                                                                             |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1<sup>a</sup></b><br>SETTIMANA | <u>PASTA ALLA CREMA DI BASILICO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br>PROSCIUTTO COTTO<br>CAROTE<br>FRUTTA             | <u>RISOTTO GIALLO S/FORMAGGIO</u><br>ARISTA<br>ZUCCHINE*<br>FRUTTA                                                                   | <u>PIZZA ROSSA S/MOZZARELLA (all. 1)</u><br><u>TONNO (all. 4)</u><br>INSALATA MISTA<br>FRUTTA                                                                                   | <u>PASTA OLIO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>FRITTATA CON VERDURE S/FORMAGGIO E S/LATTE (all. 3)</u><br>PATATE<br>FRUTTA              | <u>PASTA AL POMODORO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>PESCE DORATO* (all. 1,3,4)</u><br>SPINACI*<br><u>BUDINO S/LATTE / DOLCE S/LATTE (all. 1, 3)</u> |
| <b>2<sup>a</sup></b><br>SETTIMANA | <u>PASTA BURRO E SALVIA S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>FRITTATA S/LATTE (all. 3)</u><br>FAGIOLINI*<br>FRUTTA | <u>INSALATA DI PASTA S/FORMAGGIO (all. 1, 4)</u><br><u>TACCHINO</u><br>SPINACI*<br><u>BUDINO S/LATTE / DOLCE S/LATTE (all. 1, 3)</u> | <u>RISOTTO VERDE S/FORMAGGIO</u><br><u>PESCE DORATO* (all. 1, 3, 4)</u><br>INSALATA MISTA<br>FRUTTA                                                                             | <u>PASTA AL POMODORO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>TORTINO DI PATATE, LEGUMI E PORRI S/FORMAGGIO (all. 1, 3)</u><br>CAROTE<br>FRUTTA | <u>PASTA ALLA VERDURA S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>CROCCHETTE / SFORNATO DI PESCE* S/FORMAGGIO (all. 1, 3, 4)</u><br>ZUCCHINE*<br>FRUTTA          |
| <b>3<sup>a</sup></b><br>SETTIMANA | <u>RISO AL POMODORO S/FORMAGGIO</u><br>POLLO<br>PISELLI*<br>FRUTTA                                           | <u>TESTAROLI ALLA CREMA DI BASILICO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>PESCE DORATO* (all. 1,3,4)</u><br>CAROTE<br>FRUTTA                | <u>INSALATA DI FARRO S/MOZZARELLA o FORMAGGIO (all. 1, 4)</u><br><u>TACCHINO AL FORNO (all. 1)</u><br>PATATE AL FORNO<br>FRUTTA                                                 | <u>PIZZA ROSSA S/MOZZARELLA (all. 1)</u><br>PROSCIUTTO COTTO<br>POMODORI<br><u>BUDINO S/LATTE / DOLCE S/LATTE (all. 1, 3)</u>         | <u>PASTA AL TONNO S/FORMAGGIO (all. 1, 4)</u><br><u>TORTINO DI VERDURE S/FORMAGGIO (all. 1, 3)</u><br>INSALATA<br>FRUTTA                            |
| <b>4<sup>a</sup></b><br>SETTIMANA | <u>PASTA ALLE ZUCCHINE S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>FRITTATA S/LATTE (all. 3)</u><br>SPINACI*<br>FRUTTA    | <u>PASTA AL RAGÙ S/FORMAGGIO (all. 1, 9)</u><br><u>TACCHINO</u><br>FAGIOLINI*<br>FRUTTA                                              | <u>PASTA ALLA CREMA DI BASILICO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>SFORNATO DI VERDURE S/FORMAGGIO (all. 1, 3)</u><br>POMODORI<br><u>BUDINO S/LATTE / DOLCE S/LATTE (all. 1, 3)</u> | <u>PASTA OLIO S/FORMAGGIO (all. 1)</u><br><u>BOCCONCINI DI POLLO (all. 1)</u><br>PISELLI*<br>FRUTTA                                   | <u>RISOTTO CON CAROTE S/FORMAGGIO</u><br><u>TONNO (all. 4)</u><br>PATATE<br>FRUTTA                                                                  |

I piatti contrassegnati con \* potrebbero essere surgelati o contenere alimenti surgelati.

**TABELLA ALLERGENI** – sostanze che provocano allergie o intolleranze ai sensi del Regolamento CE 1169/2011.

|          |                                                                                  |           |                                                                                                                |           |                                                                               |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b> | Cereali contenenti glutine (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut e derivati) | <b>6</b>  | Soia e prodotti a base di soia (tranne olio e grasso di soia)                                                  | <b>11</b> | Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo                            |
| <b>2</b> | Crostacei e prodotti a base di crostacei                                         | <b>7</b>  | Latte e prodotti a base di latte, incluso lattosio                                                             | <b>12</b> | Anidride solforosa e solfiti (oltre 10 mg/kg o 10 mg/l come SO <sub>2</sub> ) |
| <b>3</b> | Uova e prodotti a base di uova                                                   | <b>8</b>  | Frutta a guscio (mandorle, noci, anacardi, pecan, noci del Brasile, pistacchi, noci del Queensland e derivati) | <b>13</b> | Lupini e prodotti a base di lupini                                            |
| <b>4</b> | Pesce e prodotti a base di pesce                                                 | <b>9</b>  | Sedano e prodotti a base di sedano                                                                             | <b>14</b> | Molluschi e prodotti a base di molluschi                                      |
| <b>5</b> | Arachidi e prodotti a base di arachidi                                           | <b>10</b> | Senape e prodotti a base di senape                                                                             |           |                                                                               |