

COMUNE DI BUONCONVENTO

MENU' **Estivo** Scuola dell'Infanzia e Primaria

Dieta speciale per celiaci

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	5° SETTIMANA	6° SETTIMANA
LUNEDI	Gratin di pasta con mozzarella Polpette di manzo Verdure di stagione Frutta di stagione	Tortellini al pomodoro Formaggi Cruditè di verdure miste Frutta di stagione	Pasta al pomodoro fresco Girello di vitello Fagiolini Frutta di stagione	Pici al pomodoro Frittata di verdure Insalata Frutta di stagione	Pizza P.cрудо o cotto Cruditè di verdure miste Frutta di stagione	Penne all'olio Platessa dorata Pomodori Sorbetto
MARTEDI	Risotto ai carciofi Uova sode/frittata Bieta all'agro Frutta di stagione	Passato di verdure Platessa panata Patate lesse Sorbetto	Passato di legumi Scaloppa di tacchino al limone Insalata e pomodori Frutta di stagione	Pasta con pomodoro fresco e mozzarella Prosciutto crudo/cotto Insalata mista Frutta di stagione	Maccheroncini al pomodoro Polpette di manzo Zucchine Frutta di stagione	Maccheroncini al pomodoro Frittata/uovo sodo Carote julienne Frutta di stagione
MERCOLEDI	Penne all'olio Bastoncini di merluzzo Fagiolini in insalata Yogurt	Penne al pesto Pollo arrosto Insalata Frutta di stagione	Pizza Prosciutto crudo/cotto Cruditè di verdure miste Frutta di stagione	Risotto in parmigiana Pollo arrosto Patate arrosto Frutta di stagione	Passato di legumi Petto di pollo Insalata verde mista Frutta di stagione	Pasta al pesto Pollo arrosto Zucchine Frutta di stagione
GIOVEDI	Mezze maniche al ragu' di carne Bocconcini di mozzarella Insalata mista Frutta di stagione	Risotto al pomodoro Cotoletta alla Milanese Carote Frutta di stagione	Insalata di riso Frittata/uovo sodo Insalata mista Frutta di stagione	Maccheroncini all'olio Platessa alla mugnaia Fagiolini in insalata Gelato	Ravioli olio e salvia Prosciutto crudo/cotto Fagiolini Frutta di stagione	Pasta con pomodoro fresco e mozzarella P.cрудо o cotto Insalata mista Frutta di stagione
VENERDI	Passato di verdure e legumi misti con riso Tacchino e patate al forno Frutta di stagione	Pasta al ragù vegetale P. cotto/crudo Ceci all'olio Frutta di stagione	Maccheroncini all'olio Platessa dorata Carote Yogurt	Passato di verdure Polpettone Carote julienne Frutta di stagione	Insalata di pasta Merluzzo Patate al vapore Frutta di stagione	Risotto alla Milanese Arista fredda Piselli Frutta di stagione

Note al menù:

- i contorni possono variare in base alle disponibilità e rispettando la variabilità
- fra i formaggi si possono scegliere: caciotta, stracchino, mozzarella
- fra i legumi, come contorno, si possono scegliere ceci, fagioli e piselli alternativamente
- nelle giornate particolarmente calde, se richiesto, al posto dei passati di verdure e legumi sarà preparata pasta alle verdure

Allergeni UE 1169/2011

La dieta per celiaci prevede l'inserimento di alimenti privi di glutine (frazione proteica di alcuni cereali) o più precisamente alcuni tipi di gliadine (frazioni peptidiche del glutine del grano) o di prolammine (affini alle gliadine, ma contenute in altri cereali) ritenute responsabili della patogenesi della malattia celiaca. Le gliadine sono contenute nel grano, le prolammine nella segale, avena, orzo e farro. Questi cereali saranno pertanto sostituiti con prodotti dietetici specifici, registrati sul prontuario dell'AIC (Associazione Italiana Celiachia), annualmente aggiornato e disponibile anche on-line.

Il riso ed il mais non contengono né gliadina né prolammine e pertanto possono essere consumati dagli utenti celiaci.

L'esclusione di glutine prevede l'acquisto di pasta, pane e materie prime (farine, pangrattato per panature) che siano certificate gluten free o che abbiano nella confezione il marchio con la spiga barrata.



Le alternative proteiche (carne, pesce, uova, legumi ecc..) che non presentino nelle preparazioni infarinature o panature possono essere consumate dal celiaco come da menù in vigore.

Prodotti potenzialmente contenenti glutine (quali prosciutto cotto, formaggi, polpette o preparazioni a base di carne o pesce) dovranno essere esclusi dalla dieta e sostituite con prodotti conformi.

Secondo il protocollo HACCP la preparazione e somministrazione di tali diete dovrà essere monitorata in ogni fase lavorativa per evitare contaminazioni crociate.