

Tabelle dietetiche per la CELIACHIA

Scuola secondaria di primo grado

Menu estivo

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta aglutinata al pomodoro Hamburger di bovino al pomodoro	Pasta aglutinata al tonno Mozzarella DOLCETTO AGLUTINATO	Riso al pomodoro Bastoncini di pesce aglutinati* oppure merluzzo al pomodoro Insalata verde	Pasta aglutinata con pomodoro e mozzarella Cotoletta di pollo aglutinata* oppure petto di pollo al pomodoro	Pasta aglutinata con zucchine Prosciutto crudo e parmigiano
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta aglutinata con fagioli Formaggio spalmabile * DOLCETTO AGLUTINATO	Pasta aglutinata con olive e capperi Pesce spada al forno Insalata verde	Pasta aglutinata con zucca Frittata con mozzarella	Pasta aglutinata con lenticchie Spezzatino di tacchino con patate	Riso al pomodoro Petto di pollo al pomodoro Fagiolini all' agro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Riso al pomodoro Insalata di tonno e patate	Pasta aglutinata con pomodoro e mozzarella Cotoletta di pollo aglutinata* oppure fuso di pollo con patate	Riso con spinaci Prosciutto crudo	Pasta aglutinata al pomodoro Prosciutto crudo Mais e carote	Pasta aglutinata con piselli Formaggio spalmabile * DOLCETTO AGLUTINATO
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta aglutinata primavera* Prosciutto cotto aglutinato* e parmigiano	Riso con spinaci Hamburger di bovino al forno Insalata verde	Pasta aglutinata con pomodoro e mozzarella Petto di tacchino in umido con piselli	Pasta aglutinata con fagioli Frittata DOLCETTO AGLUTINATO	Pasta aglutinata al tonno Bastoncini di pesce aglutinati* oppure mozzarella Spinaci al burro
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
Pasta aglutinata con zucca Fuso di pollo con patate	Pasta aglutinata alla bolognese Frittata con zucchine	Pasta aglutinata con piselli Mozzarella e prosciutto cotto* DOLCETTO AGLUTINATO	Riso al pomodoro Pesce spada al forno Fagiolini all' agro	Pasta aglutinata con pomodoro e mozzarella Hamburger di bovino

Tutti i giorni sono previsti:

- ☐ pane aglutinato (100 g)
- ☐ frutta di stagione o nettari di frutta non contenenti glutine non più di 2 volte a settimana

*Alimenti e ingredienti di uso corrente non contenenti fonti di glutine individuati nella guida a cura dell' Associazione Italiana Celiachia