



MENU ESTIVO 1^A SETTIMANA – 2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte come formaggio grattugiato)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	No FRUTTA A GUSCIO e ARACHIDE	FAVISMO	VEGANO
LUNEDI Pasta al pomodoro Gratin di formaggio Carote vapore Frutta	Burger di verdure	Pasta all'olio	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Burger di verdure
MARTEDI Pasta al pesto di basilico Merluzzo gratinato Patate al vapore Frutta	Pasta all'olio	MDG	Fettina di carne	Pesto no uovo (con parmigiano)	Pasta no glutine Merluzzo no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Lenticchie	Pesto no frutta a guscio Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio Lenticchie
MERCOLEDI Pasta all'olio Mozzarella Pomodori Frutta	Prosciutto cotto/di tacchino	Insalata	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Fagioli
GIOVEDI Pasta alle verdure Arista di maiale Carote julienne Frutta	MDG	Pasta condimento no pomodoro	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	Tonno	Tonno	Falafel/Burger di verdure	Pane no glutine	MDG	Falafel/Burger di verdure
VENERDI Riso alla parmigiana Cosce di pollo Insalata Frutta	Riso all'olio	MDG	MDG	MDG	Condimento no glutine Pane no glutine	MDG	Ceci	Ceci	Pane no glutine	MDG	Riso all'olio Ceci

MENU ESTIVO 2^A SETTIMANA – 2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (<u>parmigiano a parte come formaggio grattugiato</u>)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIA NO	No FRUTTA A GUSCIO e ARACHIDE	FAVISMO	VEGANO
<u>LUNEDI</u> Riso al pomodoro Prosciutto cotto Fagiolini al vapore Frutta	MDG	Riso all'olio	MDG	MDG	Pane no glutine	Formaggio	Formaggio	Formaggio	Pane no glutine	Carote o Patate	Ceci
<u>MARTEDI</u> Pasta all'olio Tacchino arrosto Insalata Frutta	MDG	MDG	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	Frittata/ tortino	Frittata/ tortino	Pane no glutine	MDG	Burger di verdure
<u>MERCOLEDI</u> Pasta rosé Filetto di merluzzo Patate vapore Frutta	Pasta al pomodoro	Pasta alla ricotta	Lenticchie	MDG	Pasta no glutine Merluzzo no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Lenticchie	Pane no glutine	MDG	Pasta al pomodoro Lenticchie
<u>GIOVEDI</u> Crema di zucchine c/pasta Mozzarella Pomodori Dolce	Fagioli Dolce no allergeni	Insalata	MDG	Dolce no allergeni	Pasta no glutine Pane no glutine Dolce no allergeni	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine Dolce no allergeni	Dolce no allergeni	Fagioli Frutta/ Dolce no uovo-no latte
<u>VENERDI</u> Pasta al pesto di basilico Polpette di vitello al forno Carote julienne Frutta	Pasta all'olio	MDG	MDG	Pesto no uovo (con parmigiano)	Pasta no glutine Polpette no glutine Pane no glutine	MDG	Falafel o Burger di verdure	Falafel o Burger di verdure	Pesto no frutta a guscio Pane no glutine Polpetta no glutine	MDG	Pasta all'olio Falafel o Burger di verdure

MENU ESTIVO 3^A SETTIMANA – 2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO <u>(parmigiano a parte come formaggio grattugiato)</u>	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	No FRUTTA A GUSCIO e ARACHIDE	FAVISMO	VEGANO
LUNEDI Pasta all'olio Frittata al formaggio Insalata Frutta	Frittata no latte	MDG	MDG	Pesce	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Lenticchie
MARTEDI Pasta Pomodoro Scaloppine di maiale Patate al vapore Frutta	MDG	Pasta all'olio	MDG	MDG	Pasta no glutine Scaloppine no glutine Pane no glutine	Formaggio	Formaggio	Formaggio	Pane no glutine	MDG	Burger di verdure
MERCOLEDI Riso agli spinaci Ceci Zucchine al forno Frutta	Riso agli spinaci no latte	MDG	MDG	MDG	Riso condimento no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Riso agli spinaci no latte
GIOVEDI Pasta al pesto di basilico Polpette di pesce Carote julienne Frutta	Pasta all'olio	MDG	Fagioli	Pesto no uovo (con parmigiano)	Pasta no glutine Polpette no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Fagioli	Pesto no frutta a guscio Polpette no glutine Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio Fagioli
VENERDI Riso allo zafferano Scaloppine di pollo Piselli brasati Frutta	Riso all'olio	MDG	MDG	MDG	Condimento no glutine Scaloppine no glutine Pane no glutine	MDG	Gratin	Gratin	Pane no glutine	Zucchine o carote o patate	Riso all'olio Burger di verdure/Falafel

MENU ESTIVO 4^A SETTIMANA – 2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (<u>parmigiano a parte come formaggio grattugiato</u>)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	No FRUTTA A GUSCIO e ARACHIDE	FAVISMO	VEGANO
LUNEDI Pasta rosé Caciotta Patate arrosto Frutta	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto/ tacchino	Pasta alla ricotta	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Pasta al pomodoro Lenticchie
MARTEDI Pasta al pesto di zucchine Hamburger di manzo Insalata Frutta	Pasta all'olio	MDG	MDG	Pesto no uovo (con parmigiano)	Pasta no glutine Hamburger no glutine Pane no glutine	MDG	Bastoncini di pesce	Burger di verdure	Pesto no frutta a guscio Hamburger no glutine Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio Burger di verdure
MERCOLEDI Pasta all'olio Platessa gratinata Carote julienne Frutta	MDG	MDG	Fettina di carne	MDG	Pasta no glutine Platessa no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Fagioli	Pane no glutine	MDG	Fagioli
GIOVEDI Riso all'ortolana Tortino di spinaci Pomodori Frutta	Tortino no latte	Condimento no pomodoro Insalata	MDG	Fettina di carne	Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Ceci
VENERDI Crema di zucchine c/pasta Prosciutto cotto Insalata Dolce	Dolce no allergeni	MDG	MDG	Dolce no allergeni	Pasta no glutine Pane no glutine Dolce no allergeni	Tonno	Tonno	Formaggio	Pane no glutine Dolce no allergeni	Dolce no allergeni	Burger di verdure Frutta/ Dolce no uovo-no latte

MENU ESTIVO 5^A SETTIMANA – 2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte come formaggio grattugiato)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIA NO	No FRUTTA A GUSCIO E ARACHIDE	FAVISMO	VEGANO
<u>LUNEDI</u> Pasta al pesto di basilico Scaloppina di maiale Pomodori Frutta	Pasta all'olio	Patate o carote o insalata	MDG	Pesto no uovo (con parmigiano)	Pasta no glutine Scaloppina no glutine Pane no glutine	Gratin	Gratin	Gratin	Pesto no frutta a guscio Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio Fagioli
<u>MARTEDI</u> Crema di verdure c/farro Bocconcini di parmigiano Carote julienne Frutta	Prosciutto cotto/tacchi no	Crema di verdura no pomodoro	MDG	MDG	Riso Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	Crema no fave/no piselli/no fagiolini	Lenticchie
<u>MERCOLEDI</u> Pasta al pomodoro Uovo sodo Insalata Frutta	MDG	Pasta all'olio	MDG	Formaggio (no grana)	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Burger di verdure/Fa lafel
<u>GIOVEDI</u> Riso all'olio Bocconcini di pollo Piselli brasati Frutta	MDG	MDG	MDG	MDG	Pollo no glutine	MDG	Pesce	Zucchine o Carote o Patate	Pane no glutine	Zucchine o Carote o Patate	Zucchine o Carote o Patate
<u>VENERDI</u> Pasta all'olio Bastoncini di merluzzo Fagiolini al vapore Frutta	MDG	MDG	Burger di verdure	MDG	Pasta no glutine Bastoncini no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Burger di verdure	Pane no glutine	Zucchine o Carote o Patate	Burger di verdure

NOTA GENERALE

***Per i disturbi gastrointestinali privi di certificazione medica (per un massimo di gg 2) - Riso o pasta all'olio – Carne bianca o rossa ai ferri o Pesce lesso – Patate lesse o carote lesse**

***Le stoviglie e gli utensili utilizzate per la preparazione/distribuzione dei pasti degli utenti celiaci dovranno essere esclusivamente a loro riservati**

***Menù sciopero o emergenze: pasta all'olio – tonno/prosciutto cotto – fagioli/carote al vapore**

Alternative menù sciopero/emergenza	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE E CROSTACEI	NO UOVO (parmigiano a parte come formaggio grattugiato)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	No FRUTTA A GUSCIO E ARACHIDE	FAVISMO	VEGANO
Pasta all'olio	OK	OK	OK	OK	Pasta no glutine	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Tonno	OK	OK	Prosciutto cotto / Formaggio	OK	OK	OK	OK	Formaggio	OK	OK	Legumi
Prosciutto cotto	OK	OK	OK	OK	OK	Tonno	Tonno	Formaggio	OK	OK	Legumi
Fagioli	OK	OK	OK	OK	Fagioli no glutine/Carote al vapore	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Carote al vapore	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK	OK
Pane	OK	OK	OK	OK	Pane no glutine	OK	OK	OK	Pane no glutine	OK	OK

--

COMUNE DI EMPOLI

***MENU ESTIVO ANNO SCOLASTICO 2026
SECONDA VERSIONE SETTEMBRE 2026***

PER

PASTI CON ALLERGIE / INTOLLERANZE

