

MENU INVERNALE 1^A SETTIMANA – 2025/2026

	NO LATTICINI	NO POMODOR O	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIA NO	FAVISMO (no piselli e fave)	NO FRUTTA A GUSCIO	VEGANO
LUNEDÌ Riso al pomodoro Gratin Fagiolini al vapore	Prosciutto cotto/tacchi no	Riso all'olio	MDG	MDG	Gratin no glutine pane no glutine	MDG	MDG	MDG	MDG	MDG Pane no glutine	Burger vegetale
MARTEDÌ Pasta al pesto Bocconcini di caciotta Patate arrosto	Pasta all'olio Prosciutto cotto/tacchi no	MDG	MDG	Pesto no uovo	Pasta no glutine pane no glutine	MDG	MDG	MDG	MDG	Pesto no frutta a guscio Pane no glutine	Pasta all'olio Fagioli all'olio Patate arrosto
MERCOLEDÌ Pasta all'olio Polpette di pesce Insalata	MDG	MDG	Lenticchie all'olio	MDG	Pasta no glutine Polpette no glutine pane no glutine	MDG	MDG	Lenticchie all'olio	MDG	Polpette no glutine Pane no glutine	Pasta all'olio Lenticchie all'olio insalata
GIOVEDÌ Pasta alle zucchine Uovo sodo Piselli Dolce	Dolce no latte	Pasta condiment o no pomodoro	MDG	Prosciutto Cotto/tacchino Dolce no uovo	Pasta no glutine pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Carote/pata te	Dolce no frutta a guscio Pane no glutine	Pasta alla zucchine Burger vegetale Piselli Dolce no latte e uovo
VENERDÌ Pasta integrale rosé Arista al forno Insalata	Pasta al pomodoro	Pasta all'olio	MDG	MDG	Pasta no glutine pane no glutine	Tonno	Tonno	Ceci	MDG	MDG Pane no glutine	Pasta integrale al pomodoro Ceci insalata

MENU INVERNALE 2^A SETTIMANA – 2025/2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	NO FRUTTA A GUSCIO	FAVISMO	VEGANO
LUNEDÌ Pasta all'olio Scaloppina di pollo al limone Spinaci saltati aglio e olio	MDG	MDG	MDG	MDG	Pasta no glutine Scaloppina no glutine Pane no glutine	MDG	Ceci stufati	Ceci stufati	MDG Pane no glutine	MDG	Ceci stufati
MARTEDÌ Pasta al pomodoro Filetti di merluzzo al forno Insalata	MDG	Pasta all'olio	Fettina di carne	MDG	Pasta no glutine Filetti no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	lenticchie	Pane no glutine	MDG	Lenticchie
MERCOLEDÌ Pasta alle verdure Mozzarella fior di latte Patate arrosto	Prosciutto cotto/tacchino	Condimento no pomodoro	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	MDG Pane no glutine	MDG	Carote e Patate lesse
GIOVEDÌ Crema di zucchine c/pasta Polpette di vitello al forno Broccoli	MDG	MDG	MDG	MDG	Pasta no glutine Polpette no glutine Pane no glutine	MDG	Gratin	Gratin	Pane no glutine Polpette no glutine	MDG	Burger vegetale
VENERDÌ Riso alla zucca gialla Frittata al formaggio Carote julienne	Condimento no latte Frittata no latte	MDG	MDG	Fettina di carne	Condimento no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	MDG Pane no glutine	MDG	Riso alla zucca gialla (no latte) fagioli carote julienne

MENU INVERNALE 3^A SETTIMANA – 2025/2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	NO FRUTTA A GUSCIO	FAVISMO	VEGANO
LUNEDÌ Pasta al pesto Bocconcini di emmenthal Zucchine brasate al forno	Pesto no latte Prosciutto cotto/tacchino	MDG	MDG	Pesto no uovo	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pesto no frutta a guscio Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio fagioli al pomodoro
MARTEDÌ Stick di carote Spezzatino di Manzo Piselli brasati dolce	Dolce no latte	Spezzatino no pomodoro	MDG	Dolce no uovo	dolce no glutine Pane no glutine	MDG	Bastoncini di merluzzo	MDG	Pane no glutine Dolce no frutta a guscio	Patate o carote	Burger vegetale Dolce no latte no uovo
MERCOLEDÌ Riso allo zafferano Tortino di spinaci Carote baby	Riso all'olio Sformato no latte	MDG	MDG	Fettina di carne	Condimento no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Riso all'olio ceci Carote baby
GIOVEDÌ Pasta al sugo finto Tacchino arrosto Insalata	MDG	Condimento no pomodoro	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	fagioli	fagioli	Pane no glutine	MDG	Fagioli
VENERDÌ Crema di fagioli con farro Merluzzo gratinato Patate lesse	MDG	Crema no pomodoro	Fettina di carne	MDG	Pasta no glutine Merluzzo no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Formaggio	Pane no glutine	MDG	Carote e patate

MENU INVERNALE 4^A SETTIMANA – 2025/2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIA NO	NO FRUTTA A GUSCIO	FAVISMO	VEGANO
<u>LUNEDÌ</u> Riso alla Parmigiana Scaloppina di maiale al forno Carote al vapore	Riso all'olio	MDG	MDG	MDG	Riso all'olio Scaloppina no glutine Pane no glutine	Tonno	Tonno	ceci	Pane no glutine	MDG	Ceci all'olio
<u>MARTEDÌ</u> Crema di ceci c/pasta Bocconcini di caciotta insalata	Prosciutto cotto/tacchino	Crema no pomodoro	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Menù del giorno	Pane no glutine	Passato di verdura no piselli, no fave	Burger vegetale
<u>MERCOLEDÌ</u> Riso Bocconcini di pollo Verdure speziate	MDG	Verdure no pomodoro	MDG	MDG	Pane no glutine	MDG	Pesce	piselli	Pane no glutine Verdure no frutta a guscio	MDG	Piselli
<u>GIOVEDÌ</u> Pasta all'olio Bastoncini di Merluzzo Fagiolini al vapore	MDG	MDG	Fettina di carne	MDG	Pasta no glutine Bastoncini no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Fagioli al pomodoro	Pane no glutine	MDG	Fagioli al pomodoro
<u>VENERDÌ</u> Pasta al ragù Fagioli all'uccelletto Zucchine	MDG	Pasta all'olio	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio	Pasta all'olio	Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio

MENU INVERNALE 5^A SETTIMANA – 2025/2026

	NO LATTICINI	NO POMODORO	NO PESCE	NO UOVO (parmigiano a parte)	NO GLUTINE NO FARINA	NO MAIALE	NO CARNE	VEGETARIANO	NO FRUTTA A GUSCIO	FAVISMO	VEGANO
LUNEDÌ Crema di verdura con pasta Prosciutto cotto Patate lesse	MDG	Crema no pomodoro	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	Prosciutto tacchino	bastoncini di merluzzo	lenticchie	Pane no glutine	MDG	Lenticchie
MARTEDÌ Riso al cavolfiore Filetto di Platessa al forno Fagiolini al vapore	Riso all'olio	MDG	Fettina di carne	Riso all'olio	Riso all'olio Platessa no glutine Pane no glutine	MDG	MDG	Formaggio	Pane no glutine	MDG	Riso all'olio Fagiolini al pomodoro
MERCOLEDÌ Pasta al pomodoro Bocconcini di parmigiano insalata dolce	Prosciutto cotto/tacchino Dolce no latte	Pasta all'olio	MDG	Dolce no uovo	Pasta no glutine Pane no glutine Dolce no glutine	MDG	MDG	MDG	Pane no glutine Dolce no frutta a guscio	MDG	Ceci Dolce no latte no uovo
GIOVEDÌ Pasta al pesto Cosce di pollo arrosto Carote lesse	Condimento no latte	MDG	MDG	MDG	Pasta no glutine Pane no glutine	MDG	Uova sode o frittata	Uova sode o frittata	Pesto no frutta a guscio Pane no glutine	MDG	Pasta all'olio Carote e patate
VENERDÌ Pasta all'olio Hamburger di manzo Purè di patate	Patate lesse	MDG	MDG	MDG	Pasta no glutine Hamburger no glutine Pane no glutine	MDG	Bastoncini di merluzzo	Burger vegetale	Pane no glutine	MDG	Burger vegetale Patate lesse

*Per i disturbi gastrointestinali privi di certificazione medica (per un massimo di gg 1) - Riso o pasta all'olio – Carne 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

COMUNE DI EMPOLI

MENU INVERNALE ANNO SCOLASTICO 2025/26

PER

PASTI CON ALLERGIE / INTOLLERANZE

--