



# CITTÀ DI CUORGNE'

Provincia di Torino

SETTORE AMMINISTRATIVO  
SERVIZIO AFFARI GENERALI  
Ufficio Istruzione e Politiche Sociali

## VARIAZIONI PER MENU' privo di carne/maiale

- **ELIMINARE** nei primi piatti a base di carne (pasta al ragù e pasta al forno) l'ingrediente carne

- **SOSTITUIRE** i piatti di carne/maiale con i seguenti alimenti:

**FORMAGGIO**

**UOVA**

**PESCE**

**VERDURE**

**in alternanza nella settimana**

\*\*\*\*\*

**CITTA' DI CUORGNE'**

SERVIZIO ALLA PERSONA - ICT

UFFICIO ISTRUZIONE

**MENU' privo di proteine animali PERIODO INVERNALE  
SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA – SECONDARIA I° GRADO**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al pomodoro Ceci Biete* all'olio Yogurt di soia	Passato di zucca** Tofu Patate al vapore Frutta fresca	Pasta all'olio e salvia Tortino di verdura** Fagiolini* all'olio Banana	Pasta al pomodoro Fagioli Carote gratinate Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico* tofu Insalata di finocchi Frutta fresca
<b>2° settimana</b>	Pasta olio e salvia Lenticchie Cavolfiori* Budino di soia	Passato di verdura**con pasta Tofu Patate al vapore Frutta fresca	Risotto allo zafferano Ceci Carote prezzemolate Banana	Passato di verdura ** con riso fagioli Piselli* stufati Frutta fresca	Pasta al pomodoro tofu Macedonia di verdure cotte** all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Risotto ai piselli* Lenticchie Spinaci* all'olio Frutta fresca	Pasta all'olio e salvia tofu Carote prezzemolate Frutta fresca	Passato di zucca**con crostini Piselli all'olio Patate al forno Banana	Risotto alle zucchine tofu Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta al pomodoro fagioli Fagiolini * all'olio Budino di soia
<b>4° settimana</b>	Pasta al pomodoro e basilico* Ceci Broccoli* all'olio Frutta fresca	Passato di verdura ** con crostini tofu Piselli* all'olio Banana	Pasta all'olio e salvia Lenticchie Fagiolini* all'olio Budino di soia	Risotto al pomodoro fagioli Insalata bicolore Frutta fresca	Pasta all'olio e salvia Tofu Carote al forno Frutta fresca

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati -

I legumi (ceci, lenticchie, fagioli, piselli) somministrati in sostituzione del secondo piatto vengono cucinati in umido o lessati e conditi con olio e.v.o. La grammatura dei legumi è di 60-70 gr. a porzione. I ceci potranno essere somministrati sotto forma di farinata (con farina di ceci). Il tofu potrà essere somministrato, unitamente a verdure e/o patate, alla piastra, impanato, in umido con pomodoro. La grammatura del tofu è di 75 gr. a porzione.

**CITTA' DI CUORGNE'**

SERVIZIO ALLA PERSONA - ICT

UFFICIO ISTRUZIONE

## MENU' privo di proteine animali - PERIODO ESTIVO

### SCUOLE DELL'INFANZIA - PRIMARIA – SECONDARIA I° GRADO

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al ragù vegetale tofu Insalata di pomodori Frutta fresca	Pasta all'olio e salvia lenticchie Insalata di carote Frutta fresca	Passato di verdura** Tofu Patate al vapore Frutta fresca	Pasta al pomodoro fagioli Zucchini al prezzemolo Yogurt di soia	Pasta al pomodoro ceci Insalata di fagiolini* banana
<b>2° settimana</b>	Risotto allo zafferano lenticchie Zucchini al prezzemolo Macedonia di frutta fresca	Pasta al pomodoro tofu Insalata di pomodori Budino di soia	Pasta al pesto° fagioli Carote all'olio Frutta fresca	Passato di verdura** tofu Insalata di patate al prezzemolo Banana	Pasta al pomodoro Piselli Spinaci * all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Orecchiette al pomodoro tofu Fagiolini* in insalata Frutta fresca	Risotto alle zucchine lenticchie Tris di verdure** Frutta fresca	Pasta alle verdure Fagioli Insalata di pomodori Yogurt alla frutta	Vellutata di verdure verdi ** tofu Patate al vapore Banana	Pasta pomodoro e olive Zucchine e ceci Insalata bicolore Frutta fresca
<b>4° settimana</b>	Pasta al pomodoro fresco e basilico tofu Pomodoro e origano Budino di soia	Pasta al pomodoro Fagioli Insalata di carote Frutta fresca	Risotto agli spinaci* Tortino di verdura** Fagiolini* all'olio Banana	Pasta al pesto ° tofu Insalata bicolore Macedonia di frutta fresca	Pasta all'ortolana** Ceci Piselli* all'olio Banana

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati - ° in caso di impossibilità di reperimento di basilico sostituire con pasta al pomodoro fresco

I legumi (ceci, lenticchie, fagioli, piselli) somministrati in sostituzione del secondo piatto vengono cucinati in umido o lessati e conditi con olio e.v.o. La grammatura dei legumi è di 60-70 gr. a porzione. I ceci potranno essere somministrati sotto forma di farinata (con farina di ceci). Il tofu potrà essere somministrato, unitamente a verdure e/o patate, alla piastra, impanato, in umido con pomodoro. La grammatura del tofu è di 75 gr. a porzione.

# CITTA' DI CUORGNE'

SERVIZIO AFFARI GENERALI

UFFICIO ISTRUZIONE

## MENU' PERIODO INVERNALE- NO LATTE E DERIVATI SCUOLE DELL'INFANZIA e PRIMARIA

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<b>1° settimana</b>	Risotto al pomodoro Petto di pollo all'olio e salvia Biete* all'olio Yogurt di soia	Passato di zucca** Milanese di vitello Patate al vapore Frutta fresca	Pasta all'olio e salvia Tortino di verdura** Fagiolini* all'olio Banana	Pasta al ragù Prosciutto cotto Carote all'olio Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico* Filetto di halibut* al forno con prezzemolo Insalata di finocchi Frutta fresca
<b>2° settimana</b>	Pasta olio e salvia Uovo sodo Cavolfiori* all'olio Budino di soia	Passato di verdura**con pasta Filetto merluzzo* pomodoro e origano Patate al vapore Frutta fresca	Risotto allo zafferano Coscia di pollo al forno Carote prezzemolate Banana	Passato di verdura ** con riso Involtini di vitello al pomodoro Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta al tonno Filetto di Platessa* dorata al forno Macedonia di verdure cotte** all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Risotto ai piselli* Milanese di pollo Spinaci* all'olio Frutta fresca	Pasta al ragù Prosciutto cotto Carote prezzemolate Frutta fresca	Passato di zucca**con crostini Spezzatino di vitello Patate al forno Banana	Risotto alle zucchine filetto di platessa* dorato al forno Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta al pomodoro Frittata di patate Fagiolini * all'olio Budino di soia
<b>4° settimana</b>	Pasta al pomodoro e basilico Frittata di zucchine Broccoli* all'olio Frutta fresca	Passato di verdura ** con crostini Scaloppina di pollo al limone Piselli* al prosciutto Banana	Pasta all'olio e salvia Milanese di vitello al forno Fagiolini* all'olio Budino di soia	Riso all'olio Limanda* al forno Insalata bicolore Frutta fresca	Pasta al tonno Coscia di pollo al forno Carote al forno Frutta fresca

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati - .Il menù del giorno potrebbe subire variazioni in caso di mancata consegna delle materie prime

# CITTA' DI CUORGNE'

SERVIZIO AFFARI GENERALI

UFFICIO ISTRUZIONE

## MENU' PERIODO ESTIVO- NO LATTE E DERIVATI SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIA

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al ragù vegetale Bresaola olio e limone (sc.primaria e secondaria) Affettato di tacchino (solo sc.infanzia) Insalata di pomodori Frutta fresca	Pasta all'olio e salvia Scaloppine di vitello al limone Insalata di carote Frutta fresca	Passato di verdura** Spiedini di carni bianche Patate al vapore Frutta fresca	Pasta al pomodoro Frittata al prosciutto Zucchini al prezzemolo budino di soia	Pasta al pomodoro Tonno all'olio di oliva Insalata di fagiolini* Banana
<b>2° settimana</b>	Risotto allo zafferano Prosciutto cotto Zucchini al prezzemolo Macedonia di frutta fresca	Pasta al ragù Frittata di erbe** Insalata di pomodori Budino di soia	Pasta all'olio Coscia di pollo al forno Carote all'olio Frutta fresca	Passato di verdura** Milanese di vitello Insalata di patate al prezzemolo Banana	Pasta al tonno Filetto di merluzzo* dorato Spinaci * all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Orecchiette al ragù Prosciutto cotto Fagiolini* in insalata Frutta fresca	Risotto alle zucchine Spezzatino di vitello Tris di verdure** Frutta fresca	Pasta alle verdure Limanda* dorata al forno Insalata di pomodori Yogurt di soia	Vellutata di verdure verdi ** Affettato di tacchino Patate al vapore Banana	Pasta pomodoro e olive Frittata di zucchine Insalata bicolore Frutta fresca
<b>4° settimana</b>	Pasta al pomodoro fresco e basilico Uovo sodo Pomodoro e origano Budino di soia	Pasta al ragù Scaloppina di pollo al limone Insalata di carote Frutta fresca	Risotto agli spinaci* Tortino di verdura** Fagiolini* all'olio Banana	Pasta all'olio Prosciutto crudo (sc.primaria e secondaria) Prosciutto cotto (solo sc.infanzia) Insalata bicolore Macedonia di frutta fresca	Pasta all'ortolana** platessa* dorata al forno Piselli* all'olio Banana

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati -

° in caso di impossibilità di reperimento di basilico sostituire con pasta al pomodoro fresco

Il menù del giorno potrebbe subire variazioni in caso di mancata consegna delle materie prime

**CITTA' DI CUORGNE'**

SERVIZIO AFFARI GENERALI

UFFICIO ISTRUZIONE

**MENU' PERIODO INVERNALE PER SOGGETTI CELIACI  
SCUOLE DELL'INFANZIA e PRIMARIA**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al pomodoro Petto di pollo al burro e salvia Biete* all'olio Yogurt senza glutine/di soia	Passato di zucca**con pasta s/g Milanese di Vitello Patate al vapore - Frutta fresca	Pasta s/g al burro e salvia Tortino di verdura** Fagiolini* all'olio Banana	Pasta s/g al ragù Primo sale Carote gratinate Frutta fresca	Pasta s/g al pomodoro e basilico* Filetto di halibut* al forno con prezzemolo Insalata di finocchi Frutta fresca
<b>2° settimana</b>	Pasta s/g olio e salvia mozzarella Cavolfiori* all'olio Budino al cioccolato s/g /di soia	Passato di verdura**con pasta /crostini s/g o riso Filetto merluzzo* pomodoro e origano - Patate al vapore Frutta fresca	Risotto allo zafferano Coscia di pollo al forno Carote prezzemolate Banana	Passato di verdura ** con pasta /crostini s/g o riso Involtini di vitello al pomodoro Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta s/g al tonno Filetto di Platessa* dorata al forno Macedonia di verdure cotte** all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Risotto ai piselli* Milanese di Pollo Spinaci* al burro Frutta fresca	Pasta s/g con ragù Prosciutto cotto s/g – 1/2 porzione Carote prezzemolate Frutta fresca	Passato di zucca** con riso Spezzatino di vitello Patate al forno Banana	Risotto alle zucchine Filetto di platessa* dorata al forno Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta s/g al pomodoro Frittata di patate Fagiolini * all'olio Barretta di cioccolato senza glutine
<b>4° settimana</b>	Pasta s/g al pomodoro, ricotta e basilico* Frittata di zucchine Broccoli* all'olio Frutta fresca	Passato di verdura ** con pasta /crostini s/g o riso mozzarella Piselli* al prosciutto s/g Banana	Pasta s/g al burro e salvia Milanese di vitello Fagiolini* all'olio Budino al crem caramel senza glutine / di soia	Risotto al parmigiano Limanda* al forno Insalata bicolore Frutta fresca	Pasta s/g al tonno Coscia di pollo al forno Carote al forno Frutta fresca

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati - Il menù del giorno potrebbe subire variazioni in caso di mancata consegna di materie prime.

\* i pelati potranno essere sostituiti con pomodoro fresco

**CITTA' DI CUORGNE'**

SERVIZIO AFFARI GENERALI

UFFICIO ISTRUZIONE

**MENU' PERIODO ESTIVO PER SOGGETTI CELIACI  
SCUOLE DELL'INFANZIA e PRIMARIA**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al ragù vegetale Bresaola olio e limone (sc.primaria e secondaria) senza glutine - Affettato di tacchino (solo sc.infanzia) senza glutine/Insalata di pomodori -Frutta fresca	Pasta s/g al burro e salvia Scaloppine di Vitello al limone Insalata di carote Frutta fresca	Passato di verdura** Spiedini di carni bianche Patate al vapore Frutta fresca	Pasta s/g al pomodoro Frittata al prosciutto cotto s/g Zucchini al prezzemolo Frutta o gelato s/g – di soia	Pasta s/g al pomodoro e ricotta Tonno all'olio di oliva Insalata di fagiolini* banana
<b>2° settimana</b>	Risotto allo zafferano Mozzarella Zucchini al prezzemolo Macedonia di frutta fresca	Pasta s/g al ragù Frittata di erbe** Insalata di pomodori Barretta di cioccolato senza glutine	Pasta s/g al pesto fresco° Coscia di pollo al forno Carote all'olio Frutta fresca	Passato di verdura** Milanese di vitello Insalata di patate al prezzemolo Banana	Pasta s/g al tonno Filetto di merluzzo* dorato al forno Spinaci * all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Pasta s/g al ragù Prosciutto cotto senza glutine Fagiolini* in insalata Frutta fresca	Risotto alle zucchine e parmigiano Spezzatino di vitello Tris di verdure** Frutta fresca	Pasta s/g alle verdure Limanda* dorata al forno Insalata di pomodori Yogurt alla frutta senza glutine/di soia	Vellutata di verdure verdi ** Affettato di tacchino s/g Patate al vapore Banana	Pasta s/g pomodoro e olive Frittata di zucchine Insalata bicolore Frutta fresca
<b>4° settimana</b>	Pasta s/g al pomodoro fresco e basilico Mozzarella e Pomodoro e origano Budino alla vaniglia senza glutine / soia	Pasta s/g al ragù Scaloppine di pollo al limone Insalata di carote Frutta fresca	Risotto agli spinaci* Tortino di verdura** Fagiolini* all'olio Banana	Pasta s/g al pesto fresco ° Prosciutto crudo (sc.primaria e secondaria) senza glutine Prosciutto cotto (solo sc.infanzia) senza glutine Insalata bicolore Macedonia di frutta fresca	Pasta s/g all'ortolana** Platessa* dorata al forno Piselli* all'olio Banana

\* i pelati potranno essere sostituiti con pomodoro fresco. - Il menù del giorno potrebbe subire variazioni in caso di mancata consegna di materie prime.

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati -

° in caso di impossibilità di reperimento di basilico sostituire con pasta al pomodoro fresco

**CITTA' DI CUORGNE'**

SERVIZIO AFFARI GENERALI

UFFICIO ISTRUZIONE

**MENU' PERIODO INVERNALE- NO UOVA  
SCUOLE DELL'INFANZIA e PRIMARIA**

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al pomodoro Petto di pollo al burro e salvia Biete* all'olio yogurt	Passato di zucca** Milanese di vitello Patate al vapore Frutta fresca	Pasta al burro e salvia Palombo*al forno Fagiolini* all'olio Banana	Pasta al ragù Primo sale Carote gratinate Frutta fresca	Pasta al pomodoro e basilico* Filetto di halibut* al forno con prezzemolo Insalata di finocchi Frutta fresca
<b>2° settimana</b>	Pasta olio e salvia Mozzarella Cavolfiori* gratinati Budino al cioccolato	Passato di verdura**con pasta Filetto merluzzo* pomodoro e origano Patate al vapore Frutta fresca	Risotto allo zafferano Coscia di pollo al forno Carote prezzemolate Banana	Passato di verdura ** con riso Involtini di vitello al pomodoro Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta al tonno Filetto di Platessa* dorata al forno Macedonia di verdure cotte** all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Risotto ai piselli* Milanese di pollo Spinaci* al burro Frutta fresca	Pasta al forno Prosciutto cotto -1/2 porzione Carote prezzemolate Frutta fresca	Passato di zucca**con crostini Spezzatino di vitello Patate al forno Banana	Risotto alle zucchine Platessa* dorata al forno Piselli * stufati Frutta fresca	Pasta al pomodoro Formaggio fresco Fagiolini * all'olio Barretta di cioccolato
<b>4° settimana</b>	Pasta al pomodoro, ricotta e basilico* Filetto di halibut* con pomodoro e capperi Broccoli* all'olio Frutta fresca	Passato di verdura ** con crostini Mozzarella Piselli* al prosciutto Banana	Pasta al burro e salvia Milanese di vitello al forno Fagiolini* all'olio Budino al crem caramel	Risotto al parmigiano Limanda* al forno Insalata bicolore Frutta fresca	Pasta al tonno Coscia di pollo al forno Carote al forno Frutta fresca

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati -

# CITTA' DI CUORGNE'

SERVIZIO AFFARI GENERALI

UFFICIO ISTRUZIONE

## MENU' PERIODO ESTIVO - NO UOVA SCUOLE DELL'INFANZIA e PRIMARIA

	<b>Lunedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Mercoledì</b>	<b>Giovedì</b>	<b>Venerdì</b>
<b>1° settimana</b>	Risotto al ragù vegetale Bresaola olio e limone (sc.primaria e secondaria) Affettato di tacchino (solo sc.infanzia) Insalata di pomodori Frutta fresca	Pasta al burro e salvia Scaloppine di vitello al limone Insalata di carote Frutta fresca	Passato di verdura** Spiedini di carni bianche Patate al vapore Frutta fresca	Pasta al pomodoro Prosciutto cotto Zucchini al prezzemolo Gelato*	Pasta al pomodoro e ricotta Tonno all'olio di oliva Insalata di fagiolini* banana
<b>2° settimana</b>	Risotto allo zafferano mozzarella Zucchini al prezzemolo Macedonia di frutta fresca	Pasta al ragù Prosciutto cotto Insalata di pomodori Barretta di cioccolato	Pasta al pesto° Coscia di pollo al forno Carote all'olio Frutta fresca	Passato di verdura** Milanese di vitello Insalata di patate al prezzemolo Banana	Pasta al tonno Filetto di merluzzo* dorato Spinaci * all'olio Frutta fresca
<b>3° settimana</b>	Orecchiette al ragù Prosciutto cotto Fagiolini* in insalata Frutta fresca	Risotto alle zucchine e parmigiano Spezzatino di vitello Tris di verdure** Frutta fresca	Pasta alle verdure Limanda* dorata al forno Insalata di pomodori Yogurt alla frutta	Vellutata di verdure verdi ** Affettato di tacchino Patate al vapore Banana	Pasta pomodoro e olive Formaggio fresco Insalata bicolore Frutta fresca
<b>4° settimana</b>	Pasta al pomodoro fresco e basilico Mozzarella e Pomodoro e origano Budino alla vaniglia	Pasta al ragù Scaloppina di pollo al limone Insalata di carote Frutta fresca	Risotto agli spinaci* Filetto di merluzzo dorato Fagiolini* all'olio Banana	Pasta al pesto ° Prosciutto crudo (sc.primaria e secondaria) Prosciutto cotto (solo sc.infanzia) Insalata bicolore Macedonia di frutta fresca	Pasta all'ortolana** Platessa* dorata al forno Piselli* all'olio Banana

\* prodotto surgelato o congelato all'origine - \*\* uso parziale di prodotti surgelati -

° in caso di impossibilità di reperimento di basilico sostituire con pasta al pomodoro fresco



# CITTÀ DI CUORGNE'

Provincia di Torino

SETTORE AMMINISTRATIVO  
SERVIZIO AFFARI GENERALI  
Ufficio Istruzione e Politiche Sociali

## MENU' CON OPZIONI GIORNALIERE PER DIETA IN BIANCO

- 1^ piatto:** pasta o riso in bianco (all'olio e parmigiano)  
Minestrina in brodo vegetale con olio e parmigiano
- 2^ piatto:** prosciutto cotto  
fettina di carne bianca lessata o ai ferri  
pesce bollito
- contorno:** verdure lesse (carote o zucchine)  
patate lesse se abbinare alla minestrina
- frutta:** mela

\*\*\*\*\*