MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

	I settimana A	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	pasta s.g. al pom. E capperi	pasta pom e capperi no formaggio	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	PASTA AL POMODORO E CAPPERI					
	PESCE AL FORNO	pesce al forno		PESCE AL FORNO	PESCE AL FORNO	PESCE AL FORNO	carni, formaggio o legumi				uovo, formaggio o legumi	carni, uova, formaggi, legumi
	POMODORI O FINOCCHI	pomodori o finocchi		POMODORI O FINOCCHI	POMODORI O FINOCCHI	POMODORI O FINOCCHI	POMODORI O FINOCCHI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	DOLCE/DESSERT	dolce s.g.	frutta o dolce no latte	DOLCE NO FRUTTA SECCA	DOLCE	DOLCE/DESSERT NO UOVO	FRUTTA NO KIWI O DOLCE NO FRUTTA SECCA					
MAR	MINESTRA/CREMA DI CAROTE	minestra con riso o pasta s.g./crema con crostini s.g.	minestra/crema no formaggio	MINESTRA/CREMA DI CAROTE	MINESTRA/CREMA DI CAROTE	MINESTRA/CREMA DI CAROTE	MINESTRA/CREMA DI CAROTE					
	ARISTA ARROSTO	arista arrosto		ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO		carni no maiale, uovo, formaggio o pesce	pesce, uovo o formaggio	uovo o legumi	
	PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO	patate lesse o con aglio e prezzemolo		PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO	PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO	PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO	PATATE LESSE O CON AGLIO E PREZZEMOLO					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	PASTA AL PESTO	Pasta s.g. al pesto s.g. o all'olio	pasta all'olio/verd no parmigiano	PASTA ALL'OLIO/VERD	PASTA AL PESTO	PASTA ALL'OLIO/VERD	PASTA ALL'OLIO/VERD	verifica ingr. Pesto				
	FORMAGGIO FRESCO	formaggio fresco	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO					
	SPINACI SALTATI	spinaci saltati	spinaci no burro	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	RISO /PASTA CON VERDURE	riso o pasta s.g. con verdure	riso/pasta con verdure no formaggio	RISO /PASTA CON VERDURE	RISO /PASTA CON VERDURE NO FAVE E PISELLI	RISO /PASTA CON VERDURE	RISO /PASTA CON VERDURE	pasta con verdure no legumi				
	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	pollo al forno		POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO			pesce, uovo o formaggio	legumi o uovo	
	INSALATA	insalata		INSALATA	INSALATA	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI LEGUMI	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	UOVO CON POMODORO	uovo al pomodoro		UOVO AL POMODORO	UOVO AL POMODORO	SECONDO NO UOVO	UOVO AL POM					
	FAGIOLINI ALL'OLIO	fagiolini all'olio		FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLINI ALL'OLIO	FAGIOLINI ALL'OLIO	no legumi, altra verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

	Il settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	**RISO ALLA PARMIGIANA**	riso alla parmigiana	riso all'olio senza formaggio	RISO ALLA PARMIGIANA	RISO ALLA PARMIGIANA	RISO ALLA PARMIGIANA	RISO ALLA PARMIGIANA					
	ARROSTO DI TACCHINO	arrosto di tacchino		ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO			pesce, uovo o formaggio	uovo	
	INSALATA MISTA	insalata mista		INSALATA MISTA	Insalata no fave	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	**PASTA AL POMODORO**	pasta s.g. al pomodoro	pasta al pomodoro no formaggio	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO					
	FORMAGGIO STAGIONATO	formaggio stagionato	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO					
	FAGIOLINI LESSI	fagiolini lessi		FAGIOLINI LESSI	FAGIOLINI LESSI	FAGIOLINI LESSI	FAGIOLINI LESSI	no legumi, altra verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	**PASTA ALL'OLIO**	pasta s.g. all' olio	pasta all'olio no formaggio	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO					
	FRITTATA DI SPINAC/ZUCCHINI E RICOTTA	frittata di spinaci/zucchini e ricotta	frittata no latte	FRITTATA DI SPINAC/ZUCCHINI E RICOTTA	FRITTATA DI SPINACi/ZUCCHINI E RICOTTA	SECONDO NO UOVO	FRITTATA DI SPINACi/ZUCCHINI E RICOTTA					
	CAROTE A FILINI	carote a filini		CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	**MINESTRA DI LEGUMI**	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	Hamburger/Polpettone DI MANZO E PATATE	hamburger di manzo e patate s.g.	hamburger no formaggio	Hamburger DI MANZO E PATATE	Hamburger DI MANZO E PATATE	Hamburger DI MANZO E PATATE NO UOVO	Polpette/polpettone			uovo, formaggio o polpette di patate	uovo, formaggio o polpette di patate	
	SPINACI AL LIMONE/BIETOLE	spinaci al limone/bietole		SPINACI AL LIMONE/BIETOLE	SPINACI AL LIMONE/BIETOLE	SPINACI AL LIMONE/BIETOLE	SPINACI AL LIMONE/BIETOLE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	YOGURT	yogurt no cereali e malto s.g.	frutta o budino di soia	YOGURT NO FRUTTA SECCA	YOGURT	YOGURT	YOGURT NO FRUTTA SECCA E KIWI					
VEN	**CREMA DI POMODORI/PAPPA AL POMODORO**	crema di pomodori s.g.	minestra no formaggio	CREMA DI POMODORI/PAPPA AL POMODORO	CREMA DI POMODORI/PAPPA AL POMODORO	CREMA DI POMODORI/PAPPA AL POMODORO	CREMA DI POMODORI/PAPPA AL POMODORO	ok				
	POLPETTE DI TONNO/FIL PESCE E PATATE	polpette di tonno e patate sg	polpette di patate e tonno e no formaggio	POLPETTE DI TONNO E PATATE (verifica ingr)	POLPETTE DI TONNO E PATATE	HAMBURGER NO UOVO	carni, formaggio o legumi	verifica tonno no olio di arachidi			uovo, formaggio o legumi	carni, uovo, formaggio o legumi
	CROCCHETTE/SFORMATO DI PESCE	crocchette s.g. o filetto di pesce	crocchette no latte o filetto di pesce	CROCCHETTE DI PESCE (verifica ingr)	CROCCHETTE DI PESCE (verifica ingr)	FILETTO DI PESCE	carni, formaggio o legumi	verifica ingr pane gratt.			uova, formaggi o legumi	carni, uova, formaggi o legumi
	PISELLI ALL'OLIO	piselli all'olio		PISELLI ALL'OLIO	VERD NO FAVE E PISELLI	PISELLI ALL'OLIO	PISELLI ALL'OLIO	no legumi, si verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CAMOGLI – UNICA RIFERIMENTO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

	III settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	**PASTA AL RAGU'**	pasta s.g. al ragù	pasta al ragù no formaggio	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'			pasta al pom	pasta al pom	
	FORMAGGIO	formaggio	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO					
	SPINACI SALTATI	spinaci saltati	spinaci no burro	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	**RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI**	riso al radicchio/zucca/finocchi	riso con verdure no formaggio	RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI	RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI	RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI	RISO AL RADICCHIO/ZUCCA /FINOCCHI					
	POLLO AL LIMONE	pollo al limone		POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE			pesce, uovo o formaggio	uovo o legumi	
	INSALATA MISTA	insalata mista		INSALATA MISTA	Insalata no fave	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	**MINESTRA CON ZUCCHINE E RISO**	minestra con zucchini e riso	minestra con zucchine e riso no formaggio	MINESTRA CON ZUCCHINE E RISO	MINESTRA CON ZUCCHINE E RISO	MINESTRA CON ZUCCHINE E RISO	MINESTRA CON ZUCCHINE E RISO					
	ARISTA AL FORNO	arista arrosto		ARISTA AL FORNO	ARISTA AL FORNO	ARISTA AL FORNO	ARISTA AL FORNO		carni no maiale, uovo, formaggio o pesce	pesce, uovo o formaggio	formaggio o legumi	
	PURE'	purè di patate	patate lesse	PURE'	PURE'	PURE'	PURE'					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	**PASTA AL POMODORO**	pasta s.g. al pomodoro	pasta al pomodoro no formaggio	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO					
	PESCE IN CROSTA o gratinato	pesce in crosta di patate(ok) o gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato	carni, formaggio o legumi	(verifica ingredienti pangrattato)			legumi o formaggio	carni, uova, formaggi, legumi
	POMODORI O FINOCCHI	pomodori o finocchi		POMODORI O FINOCCHI	POMODORI O FINOCCHI	POMODORI O FINOCCHI	POMODORI O FINOCCHI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	DOLCE/DESSERT	dolce s.g.	frutta o dolce no latte	DOLCE NO FRUTTA SECCA	DOLCE	DOLCE/DESSERT NO UOVO	FRUTTA NO KIWI O DOLCE NO FRUTTA SECCA					
VEN	**MINESTRA DI LEGUMI**	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	UOVO LESSO/FRITTATA	uovo lesso/frittata	uovo lesso/frittata no lat	UOVO LESSO/FRITTATA	UOVO LESSO/FRITTATA	SECONDO NO UOVO	UOVO LESSO/FRITTATA					
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' AUTUNNALE

	IV settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	MINESTRA/CREMA DI PORRI/ZUCCA/ZUCCHINE	min, di patate e porri/zucca o zucch. con riso o pasta s.g.	minestra di patate e porri/zucca/zucch. no latte	MINESTRA/CREMA DI PORRI/ZUCCA/ZUCCH.	MINESTRA/CREMA DI PORRI/ZUCCA/ZUCCH.	MINESTRA/CREMA DI PORRI/ZUCCA/ZUCCHINE	MINESTRA/CREMA DI PORRI/ZUCCA/ZUCCH.					
	ARROSTO DI MANZO	arrosto di manzo		ARROSTO DI MANZO	ARROSTO DI MANZO	ARROSTO DI MANZO	ARROSTO DI MANZO			pesce, uovo o formaggio	formaggio	
	FAGIOLINI AL PREZZEMOLO	fagiolini al prezzemolo		FAGIOLINI AL PREZZEMOLO	FAGIOLINI AL PREZZEMOLO	FAGIOLINI AL PREZZEMOLO	FAGIOLINI AL PREZZEMOLO	no legumi, altra verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO	pasta s.g. aglio, olio e peperoncino	pasta aglio olio e peperoncino no formaggio	PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO	PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO	PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO	PASTA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO					
	FRITTATA DI VERDURE	frittata di verdure	frittata no latte	FRITTATA DI VERDURE	FRITTATA DI VERDURE NO PISELLI	SECONDO NO UOVO	FRITTATA DI VERDURE	fritt. di verdure no legumi				
	FAGIOLI LESSI	fagioli lessi		FAGIOLI LESSI	FAGIOLI LESSI	FAGIOLI LESSI	FAGIOLI LESSI	no legumi, altra verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	YOGURT	yogurt no cereali e malto s.g.	frutta o budino di soia	YOGURT NO FRUTTA SECCA	YOGURT	YOGURT	YOGURT NO FRUTTA SECCA E KIWI					
MER	PASTA AL POMODORO E RICOTTA	pasta s.g. al pom. e ricotta	pasta al pom no latte	PASTA AL POMODORO E RICOTTA	PASTA AL POMODORO E RICOTTA	PASTA AL POMODORO E RICOTTA	PASTA AL POMODORO E RICOTTA					
	PESCE GRATINATO	pesce gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE GRATINATO (verifica ingr	PESCE GRATINATO (verifica ingr	PESCE GRATINATO	carni, formaggio o legumi	(verifica ingredienti pangrattato)			formaggo, uovo o legumi	carni, uova, formaggi o legumi
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	pasta s.g.alla marinara	pasta alla marinara no formaggio	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)					
	TACCHINO	tacchino	tacchino no latte	TACCHINO	TACCHINO	TACCHINO	TACCHINO			pesce, uovo, formaggio o legumi	uovo, formaggio o legumi	
	CAROTE A FILINI	carote a filini		CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI VERDURA	min. verd con riso o pasta s.g.	minestra no formaggio	minestra di verdure	Crema/minestra no piselli e fave	MINESTRA DI VERDURA	MINESTRA DI VERDURA	min. verdura no legumi				
	FORMAGGIO	formaggio	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO					
	PATATE LESSE	patate lesse		PATATE LESSE	PATATE LESSE	PATATE LESSE	PATATE LESSE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

	I settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	MINESTRA DI VERDURA E PISELLI	min. verd e piselli con riso o pasta s.g.	minestra no formaggio	minestra di verdure e piselli	Crema/minestra no piselli e fave	MINESTRA DI VERDURA E PISELLI	MINESTRA DI VERDURA	min. verdura no legumi				
	ARISTA ARROSTO	arista arrosto		ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO		carni no maiale, uovo, formaggio o pesce	pesce, uovo o formaggio	formaggio o legumi	
	PATATE ARROSTO/PURE'	patate arrosto/purè	patate lesse	PATATE ARROSTO/PURE'	PATATE ARROSTO/PURE'	PATATE ARROSTO/PURE'	PATATE ARROSTO/PURE'					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	PASTA AL POMODORO	pasta s.g. al pomodoro	pasta al pomodoro no formaggio	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO					
	PESCE AL FORNO	pesce al forno		PESCE AL FORNO	PESCE AL FORNO	PESCE AL FORNO	carni, formaggio o legumi				uovo, formaggio o legumi	pesce (verifica igr)
	FINOCCHI ALL'OLIO	FINOCCHI ALL'OLIO		FINOCCHI ALL'OLIO	FINOCCHI ALL'OLIO	FINOCCHI ALL'OLIO	FINOCCHI ALL'OLIO					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	PASTA AL RAGU'	pasta s.g. al ragù	pasta al ragù no formaggio	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'			pasta al pom	pasta al pom	
	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	pollo al forno		POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (COSCE-ANCHE) AL FORNO			pesce, uovo o formaggio	legumi o uovo	
	SPINACI SALTATI	spinaci saltati	spinaci no burro	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI	SPINACI SALTATI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	RAVIOLI BURRO E SALVIA	RAVIOLI S.G. BURRO E SALVIA	pasta all'olio no formaggio	RAVIOLI BURRO E SALVIA (verifica ingr)	RAVIOLI BURRO E SALVIA	PASTA OLIO E FORMAGGIO	RAVIOLI BURRO E SALVIA (verifica ingr)	verifica ingr ravioli				verfica ingr ravioli
	FORMAGGIO FRESCO	formaggio fresco	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO					
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	CREMA DI CAROTE/VERDURE	Crema di carote/verd S.G CON RISO, PASTA S.G. O CROSTINI S.G.	crema di verd, no latte	CREMA DI CAROTE/VERDURE	Crema/minestra no fave	CREMA DI CAROTE/VERDURE	CREMA DI CAROTE/VERDURE	CREMA DI VERDURE NO LEGUMI				
	UOVO CON POMODORO	uovo al pomodoro		UOVO AL POMODORO	UOVO AL POMODORO	SECONDO NO UOVO	UOVO AL POM					
	PISELLI	piselli all'olio		PISELLI	VERD NO FAVE E PISELLI	PISELLI	PISELLI	no legumi, si verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	YOGURT	yogurt no cereali e malto s.g.	frutta o budino di soia	YOGURT NO FRUTTA SECCA	YOGURT	YOGURT	YOGURT NO FRUTTA SECCA E KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

	Il settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	PASTA AL POMODORO E OLIVE	pasta al pomodoro E OLIVE s.g.	pasta al pom. E OLIVE no formaggio	PASTA AL POMODORO E OLIVE	PASTA AL POMODORO E OLIVE	PASTA AL POMODORO E OLIVE	PASTA AL POMODORO E OLIVE					
	FORMAGGIO STAGIONATO	formaggio stagionato	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO					
	INSALATA MISTA	insalata mista		INSALATA MISTA	Insalata no fave	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	DOLCE/DESSERT	dolce s.g.	frutta o dolce no latte	DOLCE NO FRUTTA SECCA	DOLCE	DOLCE/DESSERT NO UOVO	FRUTTA NO KIWI O DOLCE NO FRUTTA SECCA					
MAR	CREMA DI ZUCCA O PORRI/VERDURA	CREMA DI ZUCCA O PORRI/VERDURE S.G CON RISO, PASTA S.G. O CROSTINI S.G.	CREMA DI VERD. NO LATTE	CREMA DI ZUCCA O PORRI/VERDURA	Crema/minestra no fave	CREMA DI ZUCCA O PORRI/VERDURA	CREMA DI ZUCCA O PORRI/VERDURA	CREMA DI VERDURE NO LEGUMI				
	ARROSTO DI TACCHINO	arrosto di tacchino		ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO			pesce, uovo o formaggio	uovo	
	PATATE LESSE	patate lesse		PATATE LESSE	PATATE LESSE	PATATE LESSE	PATATE LESSE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	POLENTA ALL'OLIO/PASTA AGLIO,OLIO E PEPERONCINO	Polenta all'olio s.g./pasta s.g. aglio e olio	Polenta all'olio/pasta aglio, olio e peperoncino no formaggio	POLENTA ALL'OLIO/PASTA AGLIO,OLIO E PEPERONCINO	POLENTA ALL'OLIO/PASTA AGLIO,OLIO E PEPERONCINO	POLENTA ALL'OLIO/PASTA AGLIO,OLIO E PEPERONCINO	POLENTA ALL'OLIO/PASTA AGLIO,OLIO E PEPERONCINO					
	STRACCETTI/FETTINE ALLA PIZZAIOLA	STRACCETTI/FETTINE ALLA PIZZAIOLA		STRACCETTI/FETTINE ALLA PIZZAIOLA	STRACCETTI/FETTINE ALLA PIZZAIOLA	STRACCETTI/FETTINE ALLA PIZZAIOLA	STRACCETTI/FETTINE ALLA PIZZAIOLA			pesce, uovo o formaggio	uovo, formaggio o legumi	
	PISELLI	piselli all'olio		PISELLI	VERD NO FAVE E PISELLI	PISELLI	PISELLI	no legumi, si verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	RISO/PASTA BURRO E PARMIGIANO	riso/pasta s.g. burro e formaggio	riso/pasta all'olio senza formaggio	RISO/PASTA BURRO E PARMIGIANO	RISO/PASTA BURRO E PARMIGIANO	RISO/PASTA BURRO E PARMIGIANO	RISO/PASTA BURRO E PARMIGIANO					
	FRITTATA DI SPINACI E RICOTTA	frittata di spinaci e ricotta	frittata no latte	FRITTATA DI SPINACI E RICOTTA	FRITTATA DI SPINACI E RICOTTA	SECONDO NO UOVO	FRITTATA DI SPINACI E RICOTTA					
	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA		FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI LEGUMI	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	POLPETTE DI TONNO E PATATE	polpette di tonno e patate sg	polpette di patate e tonno no formaggio	POLPETTE DI TONNO E PATATE (verifica ingr)	POLPETTE DI TONNO E PATATE	HAMBURGER NO UOVO	carni, formaggio o legumi	verifica tonno no olio di arachidi			uovo, formaggio o legumi	carni, uovo, formaggio o legumi
	CROCCHETTE DI PESCE	crocchette s.g. o filetto di pesce	crocchette no latte o filetto di pesce	CROCCHETTE DI PESCE (verifica ingr)	CROCCHETTE DI PESCE (verifica ingr)	FILETTO DI PESCE	carni, formaggio o legumi	verifica ingr pane gratt.			uova, formaggi o legumi	carni, uova, formaggi o legumi
	CAROTE AL LIMONE	carote al limone		CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

	III settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	**PASTA AL tonno/merluzzo**	pasta s.g. al tonno/merluzzo	pasta al tonno/merluzzo no formaggio	PASTA AL tonno/merluzzo (verifica ingr)	PASTA AL tonno/merluzzo	PASTA AL tonno/merluzzo	PASTA AL POM O ALL'OLIO	verifica tonno/merluzzo no olio di arachidi			pasta al pom	pasta al pom
	PASTA ALL'OLIO	pasta s.g. all' olio	pasta all'olio no formaggio	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO					
	COTOLETTA DI TACCHINO	cotoletta s.g. o fettina di tacchino	cotoletta no latte (verifica ingr)	COTOLETTA DI TACCHINO (verifica ingr)	COTOLETTA DI TACCHINO (verifica ingr)	COTOLETTA DI TACCHINO NO UOVO	COTOLETTA DI TACCHINO (verifica ingr)	verifica ingr. Pane gratt.		pesce, uovo o formaggio	uovo o legumi	
	BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA		BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	**PASTA AL RAGU'**	pasta s.g. al ragù	pasta al ragù no formaggio	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'	PASTA AL RAGU'			pasta al pom	pasta al pom	
	FORMAGGIO FRESCO	formaggio fresco	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO					
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	**PASTA AL POMODORO**	pasta s.g. al pomodoro	pasta al pomodoro no formaggio	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO				
	PESCE IN CROSTA O GRATINATO	pesce in crosta di patate(ok) o gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA O GRATINATO	carni, formaggio o legumi	carni, formaggio o legumi			legumi o formaggio	carni, uova, formaggi, legumi
	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA		FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA	FINOCCHI IN INSALATA				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	PANE				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	**MINESTRA DI LEGUMI CON PASTA/ORZO/FARRO**	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI CON PASTA/ORZO/FARRO	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI CON PASTA/ORZO/FARRO	MINESTRA DI LEGUMI CON PASTA/ORZO/FARRO	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	ARISTA AL FORNO	arista arrosto		ARISTA AL FORNO	ARISTA AL FORNO	ARISTA AL FORNO	ARISTA AL FORNO		carni no maiale, uovo, formaggio o pesce	pesce, uovo o formaggio	formaggio o legumi	
	CAROTE AL LIMONE	carote al limone		CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	**MINESTRA DI VERDURA**	min. verd con riso o pasta s.g.	minestra no formaggio	minestra di verdure	Crema/minestra no piselli e fave	MINESTRA DI VERDURA	MINESTRA DI VERDURA	min. verdura no legumi				
	UOVO LESSO/FRITTATA	uovo lesso/frittata	uovo lesso/frittata no lat	UOVO LESSO/FRITTATA	UOVO LESSO/FRITTATA	SECONDO NO UOVO	UOVO LESSO/FRITTATA					
	PURE'	purè di patate	patate lesse	PURE'	PURE'	PURE'	PURE'					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	YOGURT	yogurt no cereali e malto s.g.	frutta o budino di soia	YOGURT NO FRUTTA SECCA	YOGURT	YOGURT	YOGURT NO FRUTTA SECCA E KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' INVERNALE

	IV settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	PASTA POMODORO E ORIGANO	Pasta s.g. con pom. E origano	pasta pom e origano no formaggio	PASTA POMODORO E ORIGANO	PASTA POMODORO E ORIGANO	PASTA POMODORO E ORIGANO	PASTA POMODORO E ORIGANO					
	FRITTATA AL FORMAGGIO	frittata al formaggio	frittata no latte	FRITTATA AL FORMAGGIO	FRITTATA AL FORMAGGIO	SECONDO NO UOVO	FRITTATA AL FORMAGGIO					
	FAGIOLINI AL POMODORO	fagiolini al pomodoro		FAGIOLINI AL POMODORO	FAGIOLINI AL POMODORO	FAGIOLINI AL POMODORO	FAGIOLINI AL POMODORO	no legumi, altra verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	RISO ALLA ZUCCA/SPINACI/CAVOLFIORE/ FINOCCHI	riso alle verdure	riso con verdure no formaggio	RISO ALLA ZUCCA/SPINACI/CAVOLFIORE/FINOCCHI	RISO ALLA ZUCCA/SPINACI/CAVOLFIORE/ FINOCCHI	RISO ALLA ZUCCA/SPINACI/CAVOLFIORE/ FINOCCHI	RISO ALLA ZUCCA/SPINACI/CAVOLFIORE/FINOCCHI					
	POLPETTONE DI MANZO	polpett. Manzo s.g.	POLPETTE di MANZO no formaggio	POLPETTONE DI MANZO (verifica ingr)	POLPETTONE DI MANZO	HAMBURGER DI MANZO NO UOVO	Polpette/polpettone			polpet. di patate	polpet. di patate	
	CAROTE AL LIMONE	carote al limone		CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE	CAROTE AL LIMONE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	DOLCE/DESSERT	dolce s.g.	frutta o dolce no latte	DOLCE NO FRUTTA SECCA	DOLCE	DOLCE/DESSERT NO UOVO	FRUTTA NO KIWI O DOLCE NO FRUTTA SECCA					
MER	LASAGNE CON VERDURE O AL POMODORO	LASAGNE S.G.	Pasta con verd. O al pom. NO LAT	LASAGNE CON VERDURE O AL POMODORO	LASAGNE CON VERDURE no piselli O AL POMODORO	PASTA PASTICCIATA NO UOVO CON VERDURE O AL POMODORO	LASAGNE (verifica ingr) CON VERD O POM	VERIFICA INGR. PASTA ALL'UOVO				
	FORMAGGIO STAGIONATO	formaggio stagionato	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO					
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	MINESTRA/CREMA DI CAROTE/PORRI	minestra con riso o pasta s.g./crema con crostini s.g.	minestra/crema no formaggio	MINESTRA/CREMA DI CAROTE/PORRI	MINESTRA/CREMA DI CAROTE/PORRI	MINESTRA/CREMA DI CAROTE/PORRI	MINESTRA/CREMA DI CAROTE/PORRI					
	PESCE GRATINATO	pesce gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE GRATINATO (verifica ingr	PESCE GRATINATO (verifica ingr	PESCE GRATINATO	carni, formaggio o legumi	(verifica ingredienti pangrattato)			formaggo, uovo o legumi	carni, uova, formaggi o legumi
	PATATE ARROSTO/LESSE	patate arrosto/lesse		PATATE ARROSTO/LESSE	PATATE ARROSTO/LESSE	PATATE ARROSTO/LESSE	PATATE ARROSTO/LESSE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI LEGUMI	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	POLLO AL LIMONE	pollo al limone		POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE			pesce, uovo o formaggio	uovo o legumi	
	CAVOLO CRAUTO A FILINI	CAVOLO CRAUTO A FILINI		CAVOLO CRAUTO A FILINI	CAVOLO CRAUTO A FILINI	CAVOLO CRAUTO A FILINI	CAVOLO CRAUTO A FILINI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre le etichette degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

	I settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	RAVIOLI BURRO E SALVIA	RAVIOLI S.G. BURRO E SALVIA	pasta all'olio no formaggio	RAVIOLI BURRO E SALVIA (verifica ingr)	RAVIOLI BURRO E SALVIA	PASTA OLIO E FORMAGGIO	RAVIOLI BURRO E SALVIA (verifica ingr)	verifica ingr ravioli				verfica ingr ravioli
	FORMAGGIO FRESCO	formaggio fresco	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO	FORMAGGIO FRESCO					
	INSALATA MISTA	insalata mista		INSALATA MISTA	Insalata no fave	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	MINESTRA DI VERDURA	min. verd con riso o pasta s.g.	minestra no formaggio	minestra di verdure	Crema/minestra no piselli e fave	MINESTRA DI VERDURA	MINESTRA DI VERDURA	min. verdura no legumi				
	ARISTA ARROSTO	arista arrosto		ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO	ARISTA ARROSTO		carni no maiale, uovo, formaggio o pesce	pesce, uovo o formaggio	formaggio o legumi	
	PURE'	purè di patate	patate lesse	PURE'	PURE'	PURE'	PURE'					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	PASTA ALLA MARINARA (POM, AGLIO E PREZZEMOLO)	pasta s.g.alla marinara	pasta alla marinara no formaggio	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)	PASTA ALLA MARINARA (AGLIO E PREZZEMOLO)					
	PESCE IN CROSTA o gratinato	pesce in crosta di patate(ok) o gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato	carni, formaggio o legumi	(verifica ingredienti pangrattato)			legumi o formaggio	carni, uova, formaggi, legumi
	POMODORI O CETRIOLI IN INSALATA	pomodori o cetrioli		POMODORI O CETRIOLI IN INSALATA	POMODORI O CETRIOLI IN INSALATA	POMODORI O CETRIOLI IN INSALATA	POMODORI O CETRIOLI IN INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	DOLCE/DESSERT	dolce s.g.	frutta o dolce no latte	DOLCE NO FRUTTA SECCA	DOLCE	DOLCE/DESSERT NO UOVO	FRUTTA NO KIWI O DOLCE NO FRUTTA SECCA					
GIO	RISO /PASTA CON PEPERONI	riso o pasta s.g. con verdure	riso/pasta con verdure no formaggio	RISO /PASTA CON VERDURE	RISO /PASTA CON VERDURE	RISO /PASTA CON VERDURE	RISO /PASTA CON VERDURE	pasta con verdure no legumi				
	POLLO (PETTO- COSCE-ANCHE) AL FORNO	pollo al forno		POLLO (PETTO- COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (PETTO- COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (PETTO- COSCE-ANCHE) AL FORNO	POLLO (PETTO- COSCE-ANCHE) AL FORNO			pesce, uovo o formaggio	legumi o uovo	
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI LEGUMI	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	UOVO CON POMODORO	uovo al pomodoro		UOVO AL POMODORO	UOVO AL POMODORO	SECONDO NO UOVO	UOVO AL POM					
	CAROTE A FILINI	carote a filini		CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI	CAROTE A FILINI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre gli ingredienti degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

	Il settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	PASTA AL POMODORO	pasta s.g. al pomodoro	pasta al pomodoro no formaggio	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO					
	FRITTATA DI PATATE	frittata di patate	frittata no latte	FRITTATA DI PATATE	FRITTATA DI PATATE	SECONDO NO UOVO	FRITTATA DI PATATE					
	ZUCCHINE TRIFOLATE	zucchine trifolate		ZUCCHINE TRIFOLATE	ZUCCHINE TRIFOLATE	ZUCCHINE TRIFOLATE	ZUCCHINE TRIFOLATE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	YOGURT	yogurt no cereali e malto s.g.	frutta o budino di soia	YOGURT NO FRUTTA SECCA	YOGURT	YOGURT	YOGURT NO FRUTTA SECCA E KIWI					
MAR	PASTA AL PESTO	Pasta s.g. al pesto s.g. o all'olio	pasta all'olio/verd no parmigiano	PASTA ALL'OLIO/VERD	PASTA AL PESTO	PASTA ALL'OLIO/VERD	PASTA ALL'OLIO/VERD	verifica ingr. Pesto				
	FORMAGGIO STAGIONATO	formaggio stagionato	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO	FORMAGGIO STAGIONATO					
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	PASTA ALL'OLIO	pasta s.g. all' olio	pasta all'olio no formaggio	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO					
	ARROSTO DI TACCHINO	arrosto di tacchino		ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO			pesce, uovo o formaggio	uovo	
	INSALATA MISTA (CON CHICCHI DI MAIS)	insalata mista con mais s.g.		INSALATA MISTA (CON CHICCHI DI MAIS)	Insalata no fave	INSALATA MISTA (CON CHICCHI DI MAIS)	INSALATA MISTA (CON CHICCHI DI MAIS)					
	INSALATA CON CAROTE	INSALATA CON CAROTE		INSALATA CON CAROTE	INSALATA CON CAROTE	INSALATA CON CAROTE	INSALATA CON CAROTE					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	CREMA DI POMODORI/PANE E POMODORO	crema di pomodori s.g./pane s.g. al pomodoro	minestra no formaggio o pane e pom.	CREMA DI POMODORI/PANE E POMODORO	CREMA DI POMODORI/PANE E POMODORO	CREMA DI POMODORI/PANE E POMODORO	CREMA DI POMODORI/PANE E POMODORO					
	ARROSTO DI MANZO	arrosto di manzo		ARROSTO DI MANZO	ARROSTO DI MANZO	ARROSTO DI MANZO	ARROSTO DI MANZO			pesce, uovo o formaggio	formaggio	
	FAGIOLI LESSI	fagioli lessi		FAGIOLI LESSI	FAGIOLI LESSI	FAGIOLI LESSI	FAGIOLI LESSI	contorno no legumi				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE					
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI VERDURA	min. verd con riso o pasta s.g.	minestra no formaggio	minestra di verdure	Crema/minestra no piselli e fave	MINESTRA DI VERDURA	MINESTRA DI VERDURA	min. verdura no legumi				
	POLPETTE DI TONNO E PATATE	polpette di tonno e patate sg	polpette di patate e tonno no formaggio	POLPETTE DI TONNO E PATATE (verifica ingr)	POLPETTE DI TONNO E PATATE	HAMBURGER NO UOVO	carni, formaggio o legumi	verifica tonno no olio di arachidi			uovo, formaggio o legumi	carni, uovo, formaggio o legumi
	CROCCHETTE DI PESCE/FILETTO DI PESCE	crocchette s.g. o filetto di pesce	crocchette no latte o filetto di pesce	CROCCHETTE DI PESCE (verifica ingr)	CROCCHETTE DI PESCE (verifica ingr)	FILETTO DI PESCE	carni, formaggio o legumi	verifica ingr pane gratt.			uova, formaggi o legumi	carni, uova, formaggi o legumi
	PISELLI STUFATI	piselli stufati		PISELLI STUFATI	VERD NO FAVE E PISELLI	PISELLI STUFATI	PISELLI STUFATI	no legumi, si verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre gli ingredienti degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

	III settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	**MINESTRA CON ZUCCHINE, BASILICO E RISO**	minestra con zucchini e riso	minestra con zucchine e riso no formaggio	MINESTRA CON ZUCCHINE, BASILICO E RISO	MINESTRA CON ZUCCHINE, BASILICO E RISO	MINESTRA CON ZUCCHINE, BASILICO E RISO	MINESTRA CON ZUCCHINE, BASILICO E RISO					
	PROSCIUTTO CRUDO	prosciutto crudo	verifica ingr	PROSCIUTTO CRUDO	PROSCIUTTO CRUDO	PROSCIUTTO CRUDO	PROSCIUTTO CRUDO		formaggio, uovo, carni o pesce	formaggio, uovo o pesce	formaggio, uovo o legumi	formaggio, uovo, carni o legumi
	PATATE ARROSTO/LESSE	patate arrosto		PATATE ARROSTO	PATATE ARROSTO	PATATE ARROSTO/LESSE	PATATE ARROSTO					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	**PASTA CON POMODORI E PANGRATTATO**	pasta s.g. al pom	pasta pom e pane gratt. (verifica ingr.)no formaggio	PASTA POM E PANGRATTATO (verifica ingr)	PASTA POM E PANGRATTATO (verifica ingr.)	PASTA CON POMODORI E PANGRATTATO	PASTA POM E PANGRATTATO (verifica ingr.)	verifica ingr. Pane gratt.				
	POLLO AL LIMONE	pollo al limone		POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE	POLLO AL LIMONE			pesce, uovo o formaggio	uovo o legumi	
	FAGIOLINI	fagiolini all'olio		FAGIOLINI	FAGIOLINI	FAGIOLINI	FAGIOLINI	no legumi, altra verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MER	**PASTA AL tonno/merluzzo**	pasta s.g. al tonno/merluzzo	pasta al tonno/merluzzo no formaggio	PASTA AL tonno/merluzzo (verifica ingr)	PASTA AL tonno/merluzzo	PASTA AL tonno/merluzzo	PASTA AL POM O ALL'OLIO	verifica tonno/merluzzo no olio di arachidi			pasta al pom	pasta al pom
	PASTA ALL'OLIO	pasta s.g. all' olio	pasta all'olio no formaggio	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO	PASTA ALL'OLIO					
	FORMAGGIO	formaggio	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO					
	BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA		BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA	BIETOLA SALTATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	**PASTA AL POMODORO**	pasta s.g. al pomodoro	pasta al pomodoro no formaggio	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL POMODORO					
	PESCE IN CROSTA o gratinato	pesce in crosta di patate(ok) o gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato (verifica ingr)	PESCE IN CROSTA o gratinato	carni, formaggio o legumi	(verifica ingredienti pangrattato)			legumi o formaggio	carni, uova, formaggi, legumi
	POMODORI IN INSALATA	pomodori in insalata		POMODORI IN INSALATA	POMODORI IN INSALATA	POMODORI IN INSALATA	POMODORI IN INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	DOLCE/DESSERT	dolce s.g.	frutta o dolce no latte	DOLCE NO FRUTTA SECCA	DOLCE	DOLCE/DESSERT NO UOVO	FRUTTA NO KIWI O DOLCE NO FRUTTA SECCA					
VEN	**MINESTRA DI LEGUMI**	min. legumi con riso o pasta s.g.	min. legumi no formaggio	MINESTRA DI LEGUMI	CREMA/MINESTRA NO PISELLI E FAVE	MINESTRA DI LEGUMI	MINESTRA DI LEGUMI	min. verd no legumi o pasta all'olio				
	UOVO LESSO/FRITTATA	uovo lesso/frittata	uovo lesso/frittata no lat	UOVO LESSO/FRITTATA	UOVO LESSO/FRITTATA	SECONDO NO UOVO	UOVO LESSO/FRITTATA					
	INSALATA	insalata		INSALATA	Insalata no fave	INSALATA	INSALATA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre gli ingredienti degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

MENU' DIETETICI VOLTERRA MENU' PRIMAVERILE

	IV settimana	senza glutine (s.g.) RV	no latte	NO FRUTTA SECCA A GUSCIO E ARACHIDI RV	NO FAVE E PISELLI RV	NO UOVO RV	NO PESCE, UOVO CRUDO, FRUTTA SECCA E KIWI RV	no legumi (ceci, lenticchie, fagioli, soia, piselli, fagiolini, fave, arachidi, lupini ecc.)	no maiale	no carni	no carni e pesce	no pesce
LUN	PASTA AL PESTO	Pasta s.g. al pesto s.g. o all'olio	pasta all'olio/verd no parmigiano	PASTA ALL'OLIO/VERD	PASTA AL PESTO	PASTA ALL'OLIO/VERD	PASTA ALL'OLIO/VERD	verifica ingr. Pesto				
	PESCE GRATINATO	pesce gratinato s.g.	(verifica ingredienti pangrattato)	PESCE GRATINATO (verifica ingr	PESCE GRATINATO (verifica ingr	PESCE GRATINATO	carni, formaggio o legumi	(verifica ingredienti pangrattato)			formaggo, uovo o legumi	carni, uova, formaggi o legumi
	INSALATA O POMODORI	insalata o pomodori		INSALATA O POMODORI	Insalata no fave	INSALATA O POMODORI	INSALATA O POMODORI					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
MAR	PASTA CON LENTICCHIE/MINESTRA DI CECI	pasta s.g. con lenticchie o in minestra	pasta o minestra no formaggio	PASTA CON LENTICCHIE/MINESTRA DI CECI	PASTA CON LENTICCHIE/MINESTRA DI CECI	PASTA CON LENTICCHIE/MINESTRA DI CECI	PASTA CON LENTICCHIE/MINESTRA DI CECI	pasta all'olio o in brodo vegetale no legumi				
	FRITTATA DI POMODORI O AL FORMAGGIO	frittata di pomodori o al formaggio	frittata no latte	FRITTATA DI POMODORI O AL FORMAGGIO	FRITTATA DI POMODORI O AL FORMAGGIO	SECONDO NO UOVO	FRITTATA DI POM O AL FORMAGGIO					
	INSALATA MISTA	insalata mista		INSALATA MISTA	Insalata no fave	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	YOGURT	yogurt no cereali e malto s.g.	frutta o budino di soia	YOGURT NO FRUTTA SECCA	YOGURT	YOGURT	YOGURT NO FRUTTA SECCA E KIWI					
MER	CREMA DI POMODORI	crema di pomodori s.g./riso-pasta s.g. in brodo	crema di verd, no formaggio	CREMA DI POMODORI	CREMA DI POMODORI	CREMA DI POMODORI	CREMA DI POMODORI					
	POLPETTE/POLPETTONE DI MANZO E SPINACI AL LIMONE	polpett. Manzo s.g.	POLPETTE di MANZO no formaggio	POLPETTE/POLPETTONE DI MANZO E SPINACI AL LIMONE (verifica ingr)	POLPETTE/POLPETTONE DI MANZO E SPINACI AL LIMONE	HAMBURGER DI MANZO E SPINACI NO UOVO	Polpette/polpettone			polpet. di patate e spin o pesce	polpet. di patate e spin.	
	PISELLI	piselli all'olio		PISELLI	VERD NO FAVE E PISELLI	PISELLI	PISELLI	no legumi, si verdura				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
GIO	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	pasta s.g. al pom. E capperi	pasta pom e capperi no formaggio	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	PASTA AL POMODORO E CAPPERI	PASTA AL POMODORO E CAPPERI					
	ARROSTO DI TACCHINO	arrosto di tacchino		ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO	ARROSTO DI TACCHINO			pesce, uovo o formaggio	uovo	
	VERDURE MISTE (CAROTE E FAGIOLINI)	verdure miste	verdure no burro	VERDURE MISTE	VERDURE MISTE	VERDURE MISTE (CAROTE E FAGIOLINI)	VERDURE MISTE	carote				
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					
VEN	MINESTRA DI VERDURA	min. verd con riso o pasta s.g.	minestra no formaggio	minestra di verdure	Crema/minestra no piselli e fave	MINESTRA DI VERDURA	MINESTRA DI VERDURA	min. verdura no legumi				
	FORMAGGIO	formaggio	prosciutto crudo, uovo, carni o pesce	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO	FORMAGGIO					
	PATATE LESSE o CON AGLIO E PREZZEMOLO	patate lesse o con aglio e prezzemolo		PATATE LESSE o CON AGLIO E PREZZEMOLO	PATATE LESSE o CON AGLIO E PREZZEMOLO	PATATE LESSE o CON AGLIO E PREZZEMOLO	PATATE LESSE o CON AGLIO E PREZZEMOLO					
	PANE	pane s.g.		PANE (verifica ingr)	PANE	PANE	PANE	pane o gallette no soia				
	FRUTTA	frutta		NO FRUTTA SECCA	FRUTTA	FRUTTA	NO KIWI					

Quando viene indicato un alimento da escludere, sono esclusi anche i suoi derivati (ex NO LATTE= no latte, latticini, fomaggi, prodotti che contengono latte). Verificare sempre gli ingredienti degli alimenti.

CIRFOOD - USO INTERNO