

# MENÙ ESTIVO *SENZA LATTOSIO* SCUOLE ELEMENTARI E MEDIE | SOMMERMENÜ LAKTOSEFREI GRUND-UND MITTELSCHULEN

dal/von 15.04.2024 al/bis 11.10.2024

		1° settimana   1. Woche	2° settimana   2. Woche	3° settimana   3. Woche	4° settimana   4. Woche	5° settimana   5. Woche	6° settimana   6. Woche
		15.4 - 19.4 27.5 - 31.5 8.07 - 12.07 19.8 - 23.8 30.9 - 4.10	22.4 - 24.4 3.6 - 7.6 15.7 - 19.7 26.8 - 30.8 7.10 - 11.10	29.4 - 03.5 10.6 - 14.6 22.7 - 26.7 2.9 - 6.9	6.5 - 10.5 17.6 - 21.6 29.7 - 2.8 9.9 - 13.9	13.5 - 17.5 24.6 - 28.6 5.8 - 9.8 16.9 - 20.9	21.5 - 24.5 1.7 - 5.7 12.8 - 16.8 23.9 - 27.9
<b>LUNEDÌ   MONTAG</b>	Mittagessen   pranzo	insalata di pomodoro con mozzarella (SL)   Tomatensalat mit Mozzarella (LF) G	insalata verde   Grüner Salat	insalata nizzarda fagiolini e tonno   Salat nach Nizza-Art mit grünen Bohnen und Thunfisch D	insalata verde e ceci   Grüner Salat mit Kichererbsen	insalata di fagiolini   Grüne-Bohnen-Salat	insalata verde   Grüner Salat
		pasta al Pesto (SL)   Nudeln mit Pesto (LF) A-M	scaloppina di pollo con couscous   Truthahnschnitzel mit Couscous A-F-L-M carote saltate   geschwenkte Karotten	risotto al pomodoro (SL)   Tomatenrisotto (LF) F-L	Gnocchi di patate (SL) con pomodorini, Salvia e Olio d'oliva   Kartoffelnocken (LF) mit Kirschtomaten, Salbei und Olivenöl A-F	pasta integrale pomodoro, ricotta e basilico (SL)   Vollkornnudeln mit Tomatensoße, Ricotta und Basilikum(LF) A-G-M	canederli di spinaci con olio d'oliva (SL)   Spinatknödel mit Olivenöl (LF) A-C-G-F-N-H fagioli alla mediterranea   Bohnen nach mediterraner Art
		Torta allo yogurt(SL)   Joghurtkuchen(LF) A-C-G-M-F	banana   Banane	yogurt alla frutta (SL)   Fruchtjoghurt (LF) G	prugne/mela   Pflaumen /Äpfel	melone /uva   Melone /Trauben	yogurt alla frutta (LF)   Fruchtjoghurt (LF) G
<b>MARTEDÌ   DIENSTAG</b>	Mittagessen   pranzo	insalata verde   Grüner Salat	insalata verde e cetrioli   Grüner Salat und Gurken	insalata di carote e fagioli bianchi di Spagna   Karottensalat und weiße Bohnen	insalata di carote   Karottensalat	insalata verde   Grüner Salat	insalata verde e rapanelli rossi   Grüner Salat mit Radieschen
		spezzatino di tacchino e polenta (SL)   Truthahngeschnetzeltes mit Polenta (LF) A-L-F-M carote all'olio   Karotten mit Olivenöl	filetto di platessa fritto   gebratenes Schollenfilet patate all'erba cipollina   Schnittlauchkartoffeln A-D-F-C-H-N-E	pizza margherita (SL)   Pizza Margherita (LF) A-F-M-G	farfalle al tonno e sugo di pomodoro (SL)   Farfalle-Nudeln mit Thunfisch und Tomatensoße (LF) A-L-M-D	gnocchi alla romana gratinati con sugo di pomodoro (SL)   Gnocchi alla Romana mit Tomatensoße (LF) A-C-G-F mozzarella (SL)   Mozzarella (LF) G	pasta al ragù (SL)   Nudeln mit Fleischsoße (LF) A-L-M
		albicocca/fragole   Marille/Erdbeeren	prugne/mela   Pflaumen /Äpfel	melone / uva   Melone / Trauben	yogurt alla frutta (LF)   Fruchtjoghurt (LF) G	Torta al cioccolato (SL)   Schokoladekuchen (LF) A-C-G-H-M-F	anguria / ananas   Wassermelone /Ananas
<b>MERCOLEDÌ   MITTWOCH</b>	Mittagessen   pranzo	insalata verde e peperoni   Grüner Salat und Paprikaschoten	insalata di pomodori   Tomatensalat	insalata verde e cetrioli   Grüner Salat mit Gurken	insalata verde   Grüner Salat	insalata di cappucci   Krautsalat	insalata di pomodori   Tomatensalat
		halibut al forno   Heilbutt vom Rohr D-A-F-H-N patate arrosto   Bratkartoffeln	pasta alla Pastora (SL)   Hirtenmaccheroni (LF) A-L-G-M	fusilli al salmone (SL)   Fusilli-Nudeln mit Lachs (LF) A-M-D zucchine   Zucchini	gulasch di manzo con riso pilaf   Rindsgulasch mit Langkornreis A-F-M piselli   Erbsen	lasagne alla Bolognese (SL)   Lasagne Bolognese (LF) A-C-G-L-M-F	arrosto di vitello con "spätzle" (SL)   Kalbsbraten mit Eierspätzle (LF) A-F-M-C-L carote all'olio   Karotten mit Olivenöl
		melone / uva   Melone / Trauben	yogurt alla frutta (LF)   Fruchtjoghurt (LF) G	Torta di albicocche/mele (SL)   Aprikosen/ Apfel-Kuchen (LF) A-C-G-M-F	banana   Banane	albicocca/fragole   Marille/Erdbeeren	prugne/mela   Pflaumen /Apfel
<b>GIOVEDÌ   DONNERSTAG</b>	Mittagessen   pranzo	insalata di cappucci   Krautsalat	insalata verde, mais e pomodoro   Grüner Salat mit Maiskörnern und Tomaten	insalata verde e mais   Grüner Salat mit Maiskörnern	insalata di pomodoro e cetrioli   Tomaten-Gurken-Salat	insalata verde, carote e fagioli bianchi di Spagna   Grüner- Karotten- Salat und weiße Bohnen	insalata di fagiolini   Grüne-Bohnen-Salat
		risotto allo zafferano (SL) con bocconcini di vitello (SL)   Safranrisotto (LF) mit Kalbfleischwürfeln A-F-L-M zucchine trifolate   gedünstete Zucchini	"Spätzle" integrali (SL) con verdura   Vollkornspätzle (LF) mit Gemüsestreifen A-C-F-M	hamburger con pure di patate (SL)   Hamburger mit Kartoffelpüree (LF) A-C-G-L-F-H-N	cotoletta alla milanese   Wienerschnitzel insalata di patate   Kartoffelsalat A-C-E-F-H-M-N	pizza margherita (SL)   Pizza Margherita (LF) A-G-F-M	halibut con crosta alle erbe   Heilbutt in Kräuterkruste D-A-F-N-H roesti di patate e zucchine   Kartoffelrösti und Zucchini
		pesca/pera   Pfirsich/Birne	anguria /ananas   Wassermelone/Ananas	albicocca/fragole   Marille/Erdbeeren	anguria/ananas   Wassermelone/Ananas	yogurt alla frutta (LF)   Fruchtjoghurt (LF) G	Banana   Banane
<b>VENERDÌ   FREITAG</b>	Mittagessen   pranzo	insalata di fagiolini   Grüne-Bohnen-Salat	insalata di carote e fagioli bianchi di Spagna   Karottensalat und weiße Bohnen	insalata di cappucci   Krautsalat "spätzle" agli spinaci con prosciutto di tacchino (SL)   Spinatspätzle mit Truthahnschinken (LF) A-C-F-M	insalata verde   Grüner Salat Canederli al prosciutto (speck) (SL) con olio d'oliva   Schinken-Speckknödel (LF) mit Olivenöl A-C-G-F-N-H	insalata di pomodori   Tomatensalat salmone gratinato   Lachs gratiniert D-A-F-N-H patate al forno e zucchine saltate   Bratkartoffeln und geschwenkte Zucchini	insalata Gentile   Gentile-Salat gnocchi "mamma Rosa" (SL)   Kartoffelnocken „Mamma Rosa“ (LF) A-F piselli   Erbsen
		yogurt alla frutta (LF)   Fruchtjoghurt (LF) G	mix di frutta   gemischtes Obst	banana/pesca   Banane/ Pfirsich	mix di frutta   gemischtes Obst	pesca /banana   Pfirsich/Banane	macedonia di frutta fresca   frischer Obstsalat



**Pane: di diversi tipi nell'arco della settimana. ALLERGENI: A – TRACCE DI: F G H N C E P | Brot: verschiedene Brotsorten im Laufe der Woche – ALLERGENE: A – SPUREN VON: F G H N C E P**

La codificazione degli allergeni è stata effettuata dalle cuoche e dai cuochi del Comune di Merano | Die Allergene wurden von den Köchinnen und Köchen der Stadtgemeinde Meran codiert

**ALLERGENI** – Descrizione dettagliata dei 14 allergeni principali con obbligo di dichiarazione ai sensi del Regolamento UE 1169/2011 / Detaillierte Beschreibung der 14 kennzeichnungspflichtigen Hauptallergene gemäß VO (EU) 1169/2011. Attualmente vige l'obbligo di dichiarazione per i seguenti 14 allergeni principali / Derzeit sind folgende 14 häufige Allergieauslöser als deklarationspflichtig definiert:

**A** Cereali contenenti glutine/Glutenhaltiges Getreide; **B** Crostacei e prodotti a base di crostacei/Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; **C** uova e prodotti a base di uova/Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse; **D** Pesce e prodotti a base di pesce, tranne la gelatina di pesce/Fisch-und daraus gewonnene Erzeugnisse außer Fischgelatine; **E** Arachidi e prodotti a base di arachidi/Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse; **F** Soia (fagioli) e prodotti a base di soia/Soia (Bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse; **G** Latte e prodotti a base di latte o lattosio/Milch und Milcherzeugnisse oder Laktose; **H** Frutta a guscio e prodotti a base di frutta a guscio/Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse; **L** Sedano e prodotti a base di sedano/Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse; **M** Senape e prodotti a base di senape/Senf-und Senferzeugnisse; **N** Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo/Sesamsamen und-erzeugnisse; **O** Anidride solforosa e solfiti/Schwefeldioxid u. Sulfite; **P** Lupino e prodotti a base di lupino/Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse; **R** Molluschi e prodotti a base di molluschi/Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse.