Del Monte
LA SPINTA DOVE SEI TU

Città di Lucca

Diete speciali menù invernale 2026-2027

	1^ SETTIMANA	Intolleranza Latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	NO Carne Maiale	NO Carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	Lasagne al pesto	*Pasta al pesto s/l*		*Pasta al pesto s/l*					*Pasta al pesto s/l*
	Grana Padano	*Uovo*		*Parmigiano*					*Polpette vegetali*
	Fagiolini								
	Pane e frutta								
Martedì	Minestra di ceci e orzo								
	Coscio/bocconcini di pollo al forno						*Stracchino*	*Stracchino*	*Seitan con carote*
	Insalata								
	Pane e frutta								
Mercoledì	Fusilli al pesto di broccoli	*Idem s/l*							*Idem s/l*
	Bastoncini di merluzzo	*Idem senza latte/uova e derivati*		*Idem senza latte/uova e derivati*	*Uovo sodo*			*Uovo sodo*	*Lenticchie*
	Fagioli cannellini								*Carote al vapore*
	Pane e frutta								
Giovedì	Pasta barbabietole e ricotta	*Pasta al pomodoro*							*Pasta al pomodoro*
	Prosciutto cotto					*burger vegetale*	*burger vegetale*	*burger vegetale*	*burger vegetale*
	Verdure al forno								
	Pane e dessert	*Dessert s/l*		*Dessert s/u*					*Dessert veg*
Venerdì	Pasta all'olio evo								
	Sformato di verdura	*Idem senza latte, uova e derivati*		*Idem senza latte uova, e derivati*					*Idem senza latte/uova e derivati*
	Pisellini								
	Pane e frutta								

	2^ SETTIMANA	Intolleranza Latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	NO Carne Maiale	NO Carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	Riso allo zafferano	*Idem s/l*							*Idem s/l.*
	Omelette al prosciutto	*Omelette alle verdure*		*Prosciutto cotto*		*Omelette alle verdure*	*Omelette alle verdure*	*Omelette alle verdure*	*Lenticchie*
	Cavolo cappuccio								
	Pane e frutta								
Martedì	Pasta integrale al pesto	*Idem s/l*							*Idem s/l*
	Robiola	*Prosciutto cotto*							*Seitan con carote*
	Spinaci al vapore								
	Pane e frutta								
Mercoledì	Passato di verdura con miglio								
	Bocconcini di pollo all'arancia						*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*
	Insalata di finocchi								
	Pane e dessert	*Dessert s/l*		*Dessert s/u*					*Dessert veg*
Giovedì	Gnocchi/chicche al pomodoro		*Gnocchi all'olio*						
	Affettato di tacchino						*Frittata*	*Frittata*	*Fagioli*
	Misto bicolore al vapore								
	Pane e frutta								
Venerdì	Riso all'olio evo								
	Platessa gratinata				*Polpette vegetali*			*Polpette vegetali*	*Polpette vegetali*
	Ceci								
	Pane e frutta								

	3^ SETTIMANA	Intolleranza Latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	NO Carne Maiale	NO Carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	**Tortelli di carne al ragù**	*Pasta al ragù*	*Tortelli di carne all'olio extravergine*	*Pasta al ragù*		*Ravioli burro e salvia*	*Ravioli burro e salvia*	*Ravioli burro e salvia*	*Pasta all'olio e.v.o*
	Grana Padano DOP in scaglie	*Uovo sodo*		*Parmigiano reggiano*					*Seitan con carote*
	Broccoli al vapore								
	Pane e frutta								
Martedì	**Riso all'olio evo**								
	Hamburger di manzo	*Hamburger di solo manzo*		*Hamburger di solo manzo*			*burger vegetale*	*burger vegetale*	*burger vegetale*
	Misto bicolore al vapore								
	Pane e Yogurt	*Budino veg*							*Budino veg*
Mercoledì	**Pasta al salmone**	*Idem s/l*			*Pasta al pomodoro*			*Pasta al pomodoro*	*Pasta al pomodoro*
	Omelette al formaggio	*Idem s/l*		*Prosciutto cotto*					*Lenticchie*
	Spinaci all'olio								
	Pane e frutta								
Giovedì	**Vellutata di verdure con farro**								
	Petto di pollo panato						*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*
	Finocchi crudi								
	Pane e frutta								
Venerdì	**Pasta integrale al pesto**	*Idem s/l*							*Idem s/l*
	Tortino di legumi	*Idem s/l*		*Idem s/u*					*Idem veg*
	Carote filangee								
	Pane e frutta								

	4^ SETTIMANA	Intolleranza latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	No carne maiale	No carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	Gnocchi/chicche al pomodoro		*Gnocchi al pesto*						
	Prosciutto cotto					*Frittata*	*Frittata*	*Frittata*	*Seitan con carote*
	Fagiolini								
	Pane e frutta								
Martedì	Matuffi		*Polenta all'olio evo*						
	Bocconcini di pollo al limone						*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*
	Carote filangee								
	Pane e frutta								
Mercoledì	Passato di verdura con riso integrale	*Pizza rossa + prosciutto cotto*							
	Pizza		*Pizza bianca*						*Pizza rossa*
	Yogurt	*Budino veg*							*Budino veg*
Giovedì	Pasta all'olio extravergine								
	Platessa gratinata				*Uovo sodo*			*Uovo sodo*	*Polpette vegetali*
	Insalata rosso-verde								
	Pane e frutta								
Venerdì	Riso alla zucca	*Idem s/l*							*Idem s/l*
	Fagioli al pomodoro		*Fagioli all'olio evo*						
	Misto bicolore al vapore								
	Pane e frutta								

	5^ SETTIMANA	Intolleranza al latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	No carne maiale	No carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	Pasta al ragù di lenticchie rosse		*Idem s/p*						
	Petto di pollo panato						*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*
	Carote Filangee								
	Pane e frutta								
Martedì	Vellutata di verdure con miglio								
	Bastoncini di merluzzo	*Idem senza latte/uova e derivati*		*Idem senza latte/uova e derivati*	*Stracchino*			*Stracchino*	*Polpette vegetali*
	Pisellini								
	Pane e frutta								
Mercoledì	Lasagne al pomodoro	*Pasta al pesto s/l*	*Pasta al pesto*	*Pasta al pesto*					*Pasta al pesto s/l*
	Robiola	*Prosciutto cotto*							*Formaggio vegetale*
	Insalata di cavolo cappuccio e carote								
	Pane e frutta								
Giovedì	Riso al pomodoro		*Riso all'olio*						
	Hamburger di manzo	*Hamburger di solo manzo*		*Hamburger di solo manzo*			*burger vegetale*	*burger vegetale*	*burger vegetale*
	Insalata								
	Pane e frutta	*Budino veg*							*Budino veg*
Venerdì	Pasta all'olio evo								
	Omelette con patate	*Idem s/l*		*Scaglie di parmigiano*					*Bocconcini di seitan con carote*
	Spinaci								
	Pane e dessert	*Dessert s/l*		*Dessert s/u*					*Dessert veg*

	6^ SETTIMANA	Intolleranza al latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	No carne maiale	No carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	**Passato di verdura con riso integrale**								
	Pizza	*Pizza rossa + prosciutto cotto*	*Pizza bianca*						*Pizza rossa*
	Yogurt	*Budino veg*							*Budino veg*
Martedì	**Gnocchi/Chicche al pomodoro**		*Gnocchi al pesto*						
	Omelette agli spinaci	*Idem s/l*		*Scaglie di parmigiano*					*Bocconcini di seitan*
	Carote stufate								
	Pane e Frutta								
Mercoledì	**Pasta al burro**	*Pasta all'olio*							*Pasta all'olio*
	Prosciutto cotto/crudo					*Burger vegetale*	*Burger vegetale*	*Burger vegetale*	*Burger vegetale*
	Finocchi in insalata								
	Pane e Frutta								
Giovedì	**Pasta all'olio evo**								
	Arrosto di manzo						*Ceci*	*Ceci*	*Ceci*
	Purè	*Patate al vapore*							*Patate al vapore*
	Pane e Frutta								
Venerdì	**Pasta ai filetti di trota**		*Idem s/p*		*Pasta al pesto*			*Pasta al pesto*	*Pasta al pesto s/l*
	Stracchino	*Prosciutto cotto*							*Lenticchie*
	Fagiolini								
	Pane e Frutta								

	7^ SETTIMANA	Intolleranza al latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	No carne maiale	No carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	**Passato di legumi con farro**		*Idem s/p*						
	Affettato di Tacchino						*Frittata*	*Frittata*	*Polpette vegetali*
	Fagiolini								
	Pane e Frutta								
Martedì	**Tortelli di carne al ragù**	*Pasta al ragù*	*Tortelli di carne all'olio extravergine*	*Pasta al ragù*		*Ravioli burro e salvia*	*Ravioli burro e salvia*	*Ravioli burro e salvia*	*Pasta all'olio e.v.o.*
	Grana Padano DOP in scaglie	*Uovo sodo*		*Parmigiano reggiano*					*Bocconcini di seitan con carote*
	Broccoli al vapore								
	Pane e Frutta								
Mercoledì	**Riso all'olio evo**								
	Tortino di legumi	*Idem senza uova/ latte e derivati*		*Idem senza uova/latte e derivati*					*Idem senza uova/ latte e derivati*
	Finocchi crudi								
	Pane e frutta								
Giovedì	**Pasta integrale al pesto**	*Idem s/l*							*Idem s/l*
	Bocconcini di tacchino all'arancia						*Burger vegetale*	*Burger vegetale*	*Burger vegetale*
	Piselli								
	Pane e Dessert	*Dessert s/l*		*Dessert s/u*					*Dessert veg*
Venerdì	**Pasta al pomodoro**		*Pasta all'olio*						
	Platessa impanata				*Cotoletta vegetale*			*Cotoletta vegetale*	*Cotoletta vegetale*
	Fagioli cannellini								
	Pane e Frutta								

	8^ SETTIMANA	Intolleranza al latte e derivati	Intolleranza Pomodoro	Intolleranza Uovo	Intolleranza Pesce	No carne maiale	No carne	Vegetariani	Vegani
Lunedì	Pasta alla pizzaiola		*Pasta all'olio evo*						
	Arista al forno					*Stracchino*	*Stracchino*	*Stracchino*	*Fagioli*
	Spinaci al vapore								
	Pane e Frutta								
Martedì	Pasta al salmone	*Idem s/l*			*Pasta all'olio extravergine*			*Pasta all'olio extravergine*	*Pasta all'olio extravergine*
	Tortino di legumi	*Idem senza latte/uova e derivati*		*Idem senza latte/uova e derivati*					*Idem senza latte/uova e derivati*
	Carote filangee								
	Pane e Frutta								
Mercoledì	Pasta al pomodoro		*Pasta al pesto*						
	Bocconcini di pollo al limone						*Burger vegetale*	*Burger vegetale*	*Burger vegetale*
	Insalata								
	Pane e Frutta								
Giovedì	Passato di verdura con riso integrale								
	Pizza	*Pizza rossa + prosciutto cotto*	*Pizza bianca*						*Pizza rossa*
	Yogurt	*Budino veg*							*Budino veg*
Venerdì	Ravioli burro e salvia	*Pasta al pomodoro*		*Pasta al pomodoro*					*Pasta al pomodoro*
	Pecorino	*uovo sodo*							*Seitan con carote*
	Finocchi crudi								
	Pane e Frutta								

La dieta per i disturbi transitori:

Riso all'olio EXTRAVERGINE senza parmigiano
Carne bianca/pesce al vapore*
Carote/finocchi lessi
***N.B: Nelle diete vegetariane carne e pesce sono sostituiti con ricotta/ robiola mentre nelle diete vegane sono sostituiti con mousse di mela e banana/mela**