



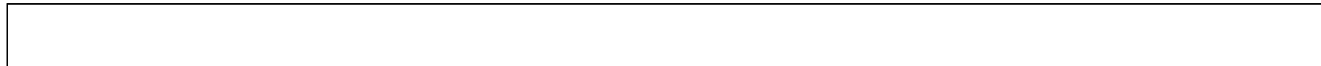
**TABELLE DIETETICHE**  
**PER SCUOLE DELL'INFANZIA E SCUOLE PRIMARIE**

**RICETTE PRIMI PIATTI** (tutti i pesi indicati sono a crudo e al netto degli scarti)

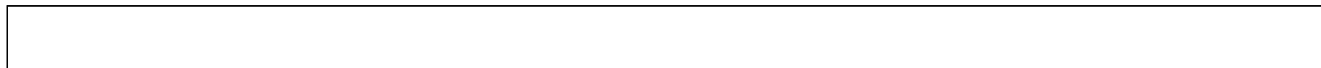
| INGREDIENTI                                  | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia | Grammatura (g)<br>Sc. primarie | Grammatura (g)<br>Adulti |
|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| <u>Pasta o riso all'olio e grana padano</u>  |                                |                                |                          |
| pasta o riso                                 | 55                             | 70                             | 90                       |
| olio di oliva extravergine                   | 5                              | 5                              | 5                        |
| grana padano (veicolato a parte)             | 8                              | 10                             | 12                       |
| sale marino iodato                           | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)         | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta o riso al pomodoro (e basilico)</u> |                                |                                |                          |
| pasta o riso                                 | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati                              | 70                             | 80                             | 80                       |
| sedano- carote- cipolle                      | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| olio di oliva extravergine                   | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)             | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                           | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| (basilico quando previsto)                   | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)         | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta aurora</u>                          |                                |                                |                          |
| pasta  | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati                              | 16                             | 16                             | 16                       |
| sedano- carote- cipolle                      | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| burro  | 4                              | 4                              | 4                        |
| farina                                       | 4                              | 4                              | 4                        |
| latte intero UHT                             | 50 ml                          | 50 ml                          | 50 ml                    |
| olio di oliva extravergine                   | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)             | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                           | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)         | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta al tonno</u>                        |                                |                                |                          |
| pasta  | 55                             | 70                             | 90                       |
| tonno  | 15                             | 20                             | 20                       |
| sedano-cipolla- brodo vegetale               | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| prezzemolo fresco                            | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| sale marino iodato                           | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)         | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta al ragù di verdure</u>              |                                |                                |                          |
| pasta  | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati                              | 50                             | 60                             | 60                       |
| verdure miste da concordare                  | 20                             | 30                             | 30                       |
| olio di oliva extravergine                   | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)             | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                           | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)         | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta allo zafferano</u>                  |                                |                                |                          |
| pasta  | 55                             | 70                             | 90                       |
| burro  | 4                              | 4                              | 4                        |
| farina                                       | 4                              | 4                              | 4                        |
| latte intero UHT                             | 50 ml                          | 50ml                           | 50 ml                    |
| zafferano                                    | 0,02                           | 0,02                           | 0,02                     |
| olio di oliva extravergine                   | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)             | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                           | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)         | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |



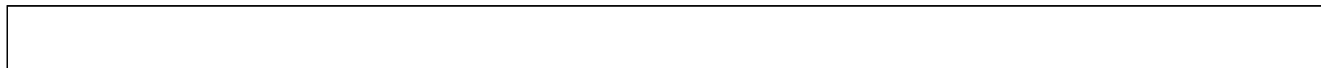
| INGREDIENTI   |  | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia | Grammatura (g)<br>Sc. primarie | Grammatura (g)<br>Adulti |
|---|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| <u>Pasta alla paesana</u>                           |  |                                |                                |                          |
| pasta   |  | 55                             | 70                             | 90                       |
| latte intero  |  | 50 ml                          | 50 ml                          | 50 ml                    |
| burro   |  | 4                              | 4                              | 4                        |
| farina  |  | 4                              | 4                              | 4                        |
| verdure (sedano-carote-cipolle-verdure di stagione) |  | 25                             | 25                             | 25                       |
| olio di oliva extravergine                          |  | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)                    |  | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                                  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)                |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta al ragù di manzo</u>                       |  |                                |                                |                          |
| pasta   |  | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati                                     |  | 40                             | 50                             | 55                       |
| sedano  |  | 2                              | 3                              | 3                        |
| carota  |  | 10                             | 12                             | 13                       |
| cipolla   |  | 7                              | 8                              | 10                       |
| carne di manzo                                      |  | 35                             | 40                             | 45                       |
| grana padano  |  | 7                              | 8                              | 10                       |
| olio di oliva extravergine                          |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| sale marino iodato                                  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)                |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta al pesto</u>                               |  |                                |                                |                          |
| pasta   |  | 55                             | 70                             | 90                       |
| Pesto in vasetto                                    |  | 20                             | 20                             | 20                       |
| olio di oliva extravergine                          |  | 13                             | 15                             | 15                       |
| grana padano  |  | 5                              | 6                              | 6                        |
| <u>Pasta / Riso alla ligure</u>                     |  |                                |                                |                          |
| pasta/riso  |  | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati                                     |  | 50                             | 60                             | 80                       |
| sedano-carote-cipolle                               |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| basilico in foglie                                  |  | 3                              | 4                              | 4                        |
| grana padano  |  | 2                              | 4                              | 4                        |
| pinoli  |  | 2                              | 3                              | 3                        |
| olio di oliva extravergine                          |  | 7                              | 9                              | 9                        |
| sale marino iodato                                  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| grana padano (veicolato a parte)                    |  | 5                              | 7                              | 10                       |
| acqua di cottura (veicolata a parte)                |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta alla Norma</u>                             |  |                                |                                |                          |
| pasta   |  | 55                             | 70                             | 90                       |
| melanzane   |  | 30                             | 35                             | 40                       |
| pomodori pelati                                     |  | 40                             | 50                             | 60                       |
| ricotta   |  | 15                             | 20                             | 25                       |
| basilico  |  | 3                              | 4                              | 5                        |
| olio extravergine di oliva                          |  | 3                              | 4                              | 5                        |
| grana padano  |  | 5                              | 8                              | 10                       |
| sale marino iodato                                  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolato a parte)                |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |



| INGREDIENTI  | Grammatura (g)<br>Asili Nido | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia | Grammatura (g)<br>Sc. primarie | Grammatura (g)<br>Adulti |
|--|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| <u>Pasta alla sorrentina</u>                           |                              |                                |                                |                          |
| pasta  |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati  |                              | 70                             | 80                             | 80                       |
| sedano-carte-cipolle                                   |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| mozzarella filone                                      |                              | 10                             | 15                             | 20                       |
| olio di oliva extravergine                             |                              | 3                              | 3                              | 3                        |
| origano  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| grana padano   |                              | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                                     |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)                   |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta con zucchine e zafferano</u>                  |                              |                                |                                |                          |
| pasta  |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| burro  |                              | 4                              | 4                              | 4                        |
| farina   |                              | 4                              | 4                              | 4                        |
| latte intero UHT                                       |                              | 30 ml                          | 40 ml                          | 50 ml                    |
| zucchine   |                              | 12                             | 15                             | 20                       |
| cipolla  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| olio di oliva extravergine                             |                              | 3                              | 4                              | 4                        |
| zafferano  |                              | 0,02                           | 0,02                           | 0,02                     |
| grana padano (veicolato a parte)                       |                              | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato                                     |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua di cottura (veicolata a parte)                   |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Gnocchetti sardi in crema di verdure</u>            |                              |                                |                                |                          |
| gnocchetti sardi                                       |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| erbette/spinaci  |                              | 20                             | 25                             | 30                       |
| latte intero UHT                                       |                              | 40 ml                          | 50 ml                          | 60 ml                    |
| verdure per brodo vegetale                             |                              | 7                              | 8                              | 10                       |
| farina bianca  |                              | 3                              | 4                              | 5                        |
| burro  |                              | 3                              | 4                              | 5                        |
| grana padano   |                              | 7                              | 8                              | 10                       |
| olio di oliva extravergine                             |                              | 3                              | 4                              | 5                        |
| sale marino iodato                                     |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta con crema di lenticchie / ceci e pomodoro</u> |                              |                                |                                |                          |
| pasta  |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati  |                              | 40                             | 50                             | 60                       |
| lenticchie rosse decorticate                           |                              | 20                             | 22                             | 25                       |
| ceci   |                              | 8                              | 8                              | 10                       |
| carote – sedano - porro                                |                              | 12                             | 15                             | 20                       |
| olio di oliva extravergine                             |                              | 3                              | 4                              | 4                        |
| grana padano   |                              | 7                              | 8                              | 10                       |
| sale marino iodato                                     |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Pasta con crema di broccoli e cavolfiori</u>        |                              |                                |                                |                          |
| pasta  |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| broccoli e cavolfiori                                  |                              | 25                             | 30                             | 50                       |
| latte intero UHT                                       |                              | 50                             | 60                             | 60                       |
| porro  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| farina bianca  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| burro  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| olio di oliva extravergine                             |                              | 3                              | 4                              | 5                        |
| grana padano   |                              | 7                              | 8                              | 10                       |
| sale marino iodato                                     |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |



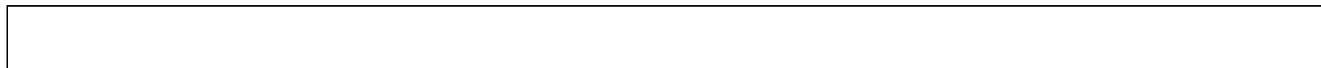
| <b>INGREDIENTI</b>                       | <b>Grammatura (g)<br/>Asili Nido</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b> |
|--|--------------------------------------|--|--|----------------------------------|
| <u><i>Pasta al ragù di pesce</i></u>     |                                      |  |  |                                  |
| pasta                                    |                                      | 55                                     | 70                                     | 90                               |
| pomodori pelati                          |                                      | 40                                     | 50                                     | 60                               |
| porro                                    |                                      | 7                                      | 8                                      | 10                               |
| verdure per brodo vegetale               |                                      | 45                                     | 60                                     | 70                               |
| merluzzo                                 |                                      | 15                                     | 25                                     | 30                               |
| sale marino iodato                       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| olio di oliva extravergine               |                                      | 3                                      | 4                                      | 5                                |
| prezzemolo fresco                        |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| <u><i>Risotto alla zucca</i></u>         |                                      |  |  |                                  |
| riso                                     |                                      | 55                                     | 70                                     | 90                               |
| cipolle                                  |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| zucca                                    |                                      | 40                                     | 60                                     | 60                               |
| farina                                   |                                      | 5                                      | 5                                      | 5                                |
| burro                                    |                                      | 5                                      | 5                                      | 5                                |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                                      | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                       |
| olio di oliva extravergine               |                                      | 3                                      | 3                                      | 3                                |
| grana padano (veicolato a parte)         |                                      | 5                                      | 7                                      | 10                               |
| rosmarino                                |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| sale marino iodato                       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| <u><i>Risotto allo zafferano</i></u>     |                                      |  |  |                                  |
| riso                                     |                                      | 55                                     | 70                                     | 90                               |
| farina                                   |                                      | 5                                      | 5                                      | 5                                |
| burro                                    |                                      | 5                                      | 5                                      | 5                                |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                                      | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                       |
| zafferano                                |                                      | 0,02                                   | 0,02                                   | 0,02                             |
| cipolla                                  |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| olio di oliva extravergine               |                                      | 3                                      | 3                                      | 3                                |
| grana padano (veicolato a parte)         |                                      | 5                                      | 7                                      | 10                               |
| sale marino iodato                       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| <u><i>Risotto alle carote</i></u>        |                                      |  |  |                                  |
| riso                                     |                                      | 55                                     | 70                                     | 90                               |
| cipolle                                  |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| carote                                   |                                      | 40                                     | 60                                     | 60                               |
| farina                                   |                                      | 5                                      | 5                                      | 5                                |
| burro                                    |                                      | 5                                      | 5                                      | 5                                |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                                      | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                       |
| olio di oliva extravergine               |                                      | 3                                      | 3                                      | 3                                |
| grana padano (veicolato a parte)         |                                      | 5                                      | 7                                      | 10                               |
| rosmarino                                |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| sale marino iodato                       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| <u><i>Risotto con erbe / spinaci</i></u> |                                      |  |  |                                  |
| riso                                     |                                      | 55                                     | 70                                     | 90                               |
| porri                                    |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| erbe / spinaci                           |                                      | 25                                     | 35                                     | 40                               |
| farina                                   |                                      | 3                                      | 4                                      | 5                                |
| burro                                    |                                      | 3                                      | 4                                      | 5                                |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                                      | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                             | q.b./25 ml                       |
| olio di oliva extravergine               |                                      | 3                                      | 3                                      | 3                                |
| grana padano (veicolato a parte)         |                                      | 7                                      | 8                                      | 10                               |
| sale marino iodato                       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                                      | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |



| INGREDIENTI                              | Grammatura (g)<br>Asili Nido | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia | Grammatura (g)<br>Sc. primarie | Grammatura (g)<br>Adulti |
|--|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| <u>Risotto ai carciofi</u>               |                              |                                |                                |                          |
| riso                                     |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| cipolle                                  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| carciofi                                 |                              | 40                             | 50                             | 60                       |
| farina                                   |                              | 5                              | 5                              | 5                        |
| burro                                    |                              | 5                              | 5                              | 5                        |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                              | q.b./25 ml                     | q.b./25 ml                     | q.b./25 ml               |
| olio di oliva extravergine               |                              | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)         |                              | 5                              | 7                              | 10                       |
| rosmarino                                |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| sale marino iodato                       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Risotto di pesce</u>                  |                              |                                |                                |                          |
| riso                                     |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| pomodori pelati                          |                              | 50                             | 60                             | 70                       |
| merluzzo                                 |                              | 20                             | 25                             | 30                       |
| sedano-carote-cipolle                    |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| olio di oliva extravergine               |                              | 3                              | 3                              | 3                        |
| sale marino iodato                       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| prezzemolo fresco                        |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Risotto con salsa al grana padano</u> |                              |                                |                                |                          |
| riso                                     |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| latte intero UHT                         |                              | 50 ml                          | 50 ml                          | 50 ml                    |
| burro                                    |                              | 5                              | 5                              | 5                        |
| farina                                   |                              | 5                              | 5                              | 5                        |
| grana padano                             |                              | 7                              | 10                             | 10                       |
| olio di oliva extravergine               |                              | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)         |                              | 3                              | 5                              | 7                        |
| sale marino iodato                       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Risotto con zucchini</u>              |                              |                                |                                |                          |
| riso                                     |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| zucchini fresche                         |                              | 40                             | 50                             | 60                       |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                              | q.b./25 ml                     | q.b./25 ml                     | q.b./25 ml               |
| porro                                    |                              | 3                              | 4                              | 4                        |
| burro a crudo                            |                              | 4                              | 5                              | 5                        |
| olio di oliva extravergine               |                              | 4                              | 5                              | 5                        |
| grana padano (veicolato a parte)         |                              | 6                              | 8                              | 10q.b.                   |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Risotto con zucchini e zafferano</u>  |                              |                                |                                |                          |
| riso                                     |                              | 55                             | 70                             | 90                       |
| burro                                    |                              | 5                              | 5                              | 5                        |
| farina                                   |                              | 5                              | 5                              | 5                        |
| brodo vegetale/latte intero UHT          |                              | q.b./25 ml                     | q.b./25 ml                     | q.b./25 ml               |
| zucchini                                 |                              | 30                             | 40                             | 40                       |
| cipolla                                  |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| zafferano                                |                              | 0,02                           | 0,02                           | 0,02                     |
| olio di oliva extravergine               |                              | 3                              | 3                              | 3                        |
| sale marino iodato                       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| grana padano (veicolato a parte)         |                              | 5                              | 7                              | 10                       |
| brodo vegetale (veicolato a parte)       |                              | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |



| <b>INGREDIENTI</b>  |  | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b>        | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b>        | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>              |
|---|--|---|---|---|
| <u><i>Chicche / Gnocchi di patate al pomodoro</i></u><br>gnocchi di patate (peso a cotto)<br>pomodori pelati<br>sedano- carote- cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua di cottura (veicolato a parte) |  | 120<br>70<br>q.b.<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.   | 200<br>80<br>q.b.<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.   | 220<br>80<br>q.b.<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.  |
| <u><i>Chicche / Gnocchi verdi all'olio e grana padano</i></u><br>gnocchi di patate (peso a cotto)<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua di cottura (veicolato a parte)                                       |  | 120<br>5<br>7<br>q.b.<br>q.b.                 | 200<br>5<br>10<br>q.b.<br>q.b.                | 220<br>5<br>12<br>q.b.<br>q.b.                |
| <u><i>Tortelli burro e salvia</i></u><br>tortelli<br>burro<br>salvia<br>grana padano<br>sale marino iodato<br>acqua di cottura (veicolato a parte)<br>*aggiungere a fine cottura una piccola<br>quantità di burro anziché di olio                                       |  | 80<br>15<br>q.b.<br>7<br>q.b.<br>q.b.         | 100<br>18<br>q.b.<br>10<br>q.b.<br>q.b.       | 120<br>18<br>q.b.<br>12<br>q.b.<br>q.b.       |
| <u><i>Chicche / Gnocchi di patate al pesto</i></u><br>gnocchi di patate (peso a cotto)<br>basilico in foglie<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano<br>pinoli<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua di cottura (veicolato a parte)  |  | 140<br>6<br>13<br>5<br>4<br>3<br>q.b.<br>q.b. | 180<br>7<br>15<br>6<br>5<br>4<br>q.b.<br>q.b. | 220<br>7<br>15<br>6<br>5<br>4<br>q.b.<br>q.b. |



| INGREDIENTI  |  | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia | Grammatura (g)<br>Sc. primarie | Grammatura (g)<br>Adulti |
|--|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| <u>Passato di verdura</u><br><u>con pastina – riso - orzo - - farro - crostini</u> |  |                                |                                |                          |
| pastina – riso   |  | 25                             | 30                             | 40                       |
| orzo - - farro - crostini  |  | 15                             | 20                             | 20                       |
| patate   |  | 70                             | 70                             | 70                       |
| verdure miste di stagione  |  | 45                             | 45                             | 45                       |
| sedano-carote–cipolle  |  | 10                             | 12                             | 15                       |
| olio di oliva extravergine   |  | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)   |  | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato   |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Passato di legumi</u><br><u>con pastina – riso - orzo - - farro - crostini</u>  |  |                                |                                |                          |
| pastina – riso   |  | 25                             | 30                             | 40                       |
| orzo - - farro – crostini  |  | 15                             | 20                             | 20                       |
| legumi misti   |  | 20                             | 30                             | 30                       |
| patate - verdure miste di stagione   |  | 40                             | 45                             | 45                       |
| sedano-carote–cipolle  |  | 10                             | 12                             | 15                       |
| olio di oliva extravergine   |  | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)   |  | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato   |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| <u>Crema di zucca</u><br><u>con pastina – riso - orzo - crostini</u>               |  |                                |                                |                          |
| pastina – riso   |  | 25                             | 30                             | 40                       |
| orzo - crostini  |  | 15                             | 20                             | 20                       |
| patate   |  | 60                             | 60                             | 60                       |
| zucca  |  | 80                             | 80                             | 80                       |
| sedano-carote –cipolle   |  | 10                             | 12                             | 15                       |
| olio di oliva extravergine   |  | 3                              | 3                              | 3                        |
| grana padano (veicolato a parte)   |  | 5                              | 7                              | 10                       |
| sale marino iodato   |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |
| acqua  |  | q.b.                           | q.b.                           | q.b.                     |





| <b>INGREDIENTI</b>  | <b>Grammatura (g)<br/>Asili Nido</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b>                | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b>                | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>                       |
|---|--------------------------------------|---|---|--|
| <u>Crema di patate</u><br><u>con pastina – riso - orzo - crostini</u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>sedano-carote –cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua                       |                                      | 25<br>15<br>130<br>15<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.       | 30<br>20<br>130<br>17<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.       | 40<br>20<br>130<br>17<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.        |
| <u>Crema di patate e porri</u><br><u>con pastina – riso - orzo - crostini</u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>porri<br>sedano-carote –cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua      |                                      | 25<br>15<br>100<br>30<br>15<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b. | 30<br>20<br>100<br>30<br>18<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b. | 40<br>20<br>100<br>30<br>18<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b. |
| <u>Crema di patate e zucchine</u><br><u>con pastina – riso - orzo - crostini</u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>zucchine<br>sedano-carote-cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua |                                      | 25<br>15<br>80<br>50<br>15<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.  | 30<br>20<br>80<br>50<br>18<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.  | 40<br>20<br>80<br>50<br>18<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.  |
| <u>Crema di patate e carote</u><br><u>con pastina – riso - orzo - crostini</u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>carote<br>sedano - cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua          |                                      | 25<br>15<br>80<br>50<br>15<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.  | 30<br>20<br>80<br>50<br>18<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.  | 40<br>20<br>80<br>50<br>18<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.  |
| <u>Crema di carote</u><br><u>con pastina – riso - orzo - crostini</u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>carote<br>sedano–cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano (veicolato a parte)<br>sale marino iodato<br>acqua                     |                                      | 25<br>15<br>80<br>60<br>10<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.  | 30<br>20<br>80<br>60<br>12<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.  | 40<br>20<br>80<br>60<br>15<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.  |



| <b>INGREDIENTI</b>  | <b>Grammatura (g)<br/>Asili Nido</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b>                       | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b>                       | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>                              |
|---|--------------------------------------|--|--|---|
| <u><i>Crema di carote e rosmarino<br/>con pastina – riso - orzo - crostini</i></u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>carote<br>sedano–cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano ( <i>veicolato a parte</i> )<br>sale marino iodato<br>acqua<br>rosmarino (mazzo aromatico)  |                                      | 25<br>15<br>70<br>50<br>10<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b. | 30<br>20<br>70<br>60<br>12<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b. | 40<br>20<br>70<br>60<br>15<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b. |
| <u><i>Crema di lenticchie<br/>con pastina-riso-crostini integrali</i></u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>lenticchie ( <i>peso a secco</i> )<br>sedano-carote–cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano ( <i>veicolato a parte</i> )<br>sale marino iodato<br>acqua   |                                      | 25<br>15<br>75<br>20<br>10<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.         | 30<br>20<br>75<br>20<br>12<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.         | 40<br>20<br>75<br>20<br>15<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.         |
| <u><i>Crema di fagioli<br/>con pastina – riso - orzo - crostini</i></u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>fagioli cannellini ( <i>peso a secco</i> )<br>fagioli borlotti( <i>peso a secco</i> )<br>sedano-carote –cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano ( <i>veicolato a parte</i> )<br>sale marino iodato<br>acqua |                                      | 25<br>15<br>75<br>10<br>10<br>10<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.   | 30<br>20<br>75<br>10<br>10<br>12<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.   | 40<br>20<br>75<br>10<br>10<br>15<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.   |
| <u><i>Crema di piselli<br/>con pastina – riso - orzo - crostini</i></u><br>pastina – riso<br>orzo - crostini<br>patate<br>piselli surgelati<br>sedano-carote –cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano ( <i>veicolato a parte</i> )<br>sale marino iodato<br>acqua   |                                      | 25<br>15<br>75<br>50<br>10<br>3<br>5<br>q.b.<br>q.b.         | 30<br>20<br>75<br>60<br>12<br>3<br>7<br>q.b.<br>q.b.         | 40<br>20<br>75<br>60<br>15<br>3<br>10<br>q.b.<br>q.b.         |



| <b>INGREDIENTI</b>  |  | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b> |
|---|--|--|--|----------------------------------|
| <u>Crema di ceci<br/>con pastina – riso - orzo - crostini</u> |  |  |  |                                  |
| pastina – riso  |  | 25                                     | 30                                     | 40                               |
| orzo - crostini   |  | 15                                     | 20                                     | 20                               |
| patate  |  | 75                                     | 75                                     | 75                               |
| ceci ( <i>peso a secco</i> )                                  |  | 20                                     | 20                                     | 20                               |
| sedano-carote –cipolle  |  | 10                                     | 12                                     | 15                               |
| olio di oliva extravergine                                    |  | 3                                      | 3                                      | 3                                |
| grana padano (veicolato a parte)                              |  | 5                                      | 7                                      | 10                               |
| sale marino iodato  |  | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| acqua   |  | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| <u>Lasagne alla bolognese</u>                                 |  |  |  |                                  |
| Pasta per lasagne   |  | 30                                     | 35                                     | 40                               |
| pomodori pelati   |  | 45                                     | 50                                     | 55                               |
| sedano, carota, cipolla                                       |  | 8                                      | 10                                     | 12                               |
| carne di manzo  |  | 40                                     | 50                                     | 60                               |
| burro   |  | 10                                     | 12                                     | 15                               |
| farina  |  | 12                                     | 15                                     | 18                               |
| latte intero UHT  |  | 80                                     | 90                                     | 100                              |
| grana padano  |  | 10                                     | 12                                     | 15                               |
| sale marino iodato  |  | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| <u>Polenta</u>  |  |  |  |                                  |
| farina di mais  |  | 50                                     | 60                                     | 70                               |
| acqua   |  | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |
| sale marino iodato  |  | q.b.                                   | q.b.                                   | q.b.                             |

**RICETTE SECONDI PIATTI** (tutti i pesi indicati sono a crudo e al netto degli scarti)

| <b>INGREDIENTI</b>   | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b>                | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b>                  | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>                        |
|--|---|---|---|
| <u><i>Manzo all'olio</i></u><br>manzo<br>sedano-carote-cipolle-aglio<br>acciuغه<br>olio di oliva extravergine<br>pane grattato<br>grana padano<br>sale marino iodato   | 60<br>q.b.<br>q.b.<br>7<br>q.b.<br>2<br>q.b.          | 70<br>q.b.<br>q.b.<br>8<br>q.b.<br>3<br>q.b.            | 100<br>q.b.<br>q.b.<br>8<br>q.b.<br>3<br>q.b.           |
| <u><i>Arrosto di vitello/lonza/tacchino</i></u><br>vitello/lonza/tacchino<br>sedano-carote-cipolle<br>aromi (salvia e rosmarino)<br>fondo di cottura<br>farina<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato                           | 60<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>1,5<br>q.b.     | 70<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>3<br>q.b.         | 100<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>4<br>q.b.        |
| <u><i>Arrosto di vitello/tacchino (con salsa)</i></u><br>vitello/tacchino<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>aromi (salvia e rosmarino)<br><i>per la salsa:</i><br>brodo vegetale<br>farina bianca<br>sale marino iodato | 60<br>3<br>q.b.<br>q.b.<br>7<br>3<br>q.b.             | 70<br>4<br>q.b.<br>q.b.<br>10<br>4<br>q.b.              | 100<br>4<br>q.b.<br>q.b.<br>10<br>5<br>q.b.             |
| <u><i>Polpette di vitellone al pomodoro</i></u><br>vitellone<br>uovo pastorizzato<br>patata<br>grana padano<br>sale marino iodato<br>pomodori pelati<br>sedano-carote-cipolle<br>olio di oliva extravergine<br>aromi                         | 60<br>3<br>30<br>3<br>q.b.<br>30<br>q.b.<br>5<br>q.b. | 70<br>4<br>30<br>4<br>q.b.<br>40<br>q.b.<br>7,5<br>q.b. | 85<br>5<br>30<br>5<br>q.b.<br>40<br>q.b.<br>7,5<br>q.b. |
| <u><i>Hamburger di vitellone olio e aromi</i></u><br>vitellone<br>uovo pastorizzato<br>patata<br>grana padano<br>sale marino iodato<br>olio di oliva extravergine<br>aromi (salvia e rosmarino)  | 60<br>3<br>30<br>3<br>q.b.<br>5<br>q.b.               | 70<br>4<br>30<br>4<br>q.b.<br>7,5<br>q.b.               | 85<br>5<br>30<br>5<br>q.b.<br>7,5<br>q.b.               |
| <u><i>Fettina/Bocconcini di pollo al limone</i></u><br>petto di pollo<br>olio di oliva extravergine<br>limone fresco spremuto<br>sale marino iodato  | 50 (fettina)<br>60 (bocconcino)<br>5<br>q.b.<br>q.b.  | 60 (fettina)<br>70 (bocconcino)<br>7<br>q.b.<br>q.b.    | 100 (fettina)<br>100(bocconcino)<br>8<br>q.b.<br>q.b.   |



| INGREDIENTI  | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia                            | Grammatura (g)<br>Sc. primarie                            | Grammatura (g)<br>Adulti                                   |
|--|---|---|--|
| <u>Bocconcini di tacchino alla pizzaiola</u><br>fesa di tacchino<br>capperi<br>origano<br>pomodori pelati<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato  | 60<br>0,5<br>q.b.<br>40<br>4<br>q.b.                      | 70<br>0,5<br>q.b.<br>50<br>5<br>q.b.                      | 100<br>0,5<br>q.b.<br>50<br>5<br>q.b.                      |
| <u>Fettina/Bocconcini di pollo/tacchino<br/>olio e prezzemolo</u><br>pollo/tacchino<br><br>prezzemolo<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato  | 50(fettina)<br>60(bocconcino)<br>q.b.<br>5<br>q.b.        | 60(fettina)<br>70(bocconcino)<br>q.b.<br>7,5<br>q.b.      | 100(fettina)<br>100(bocconcino)<br>q.b.<br>7,5<br>q.b.     |
| <u>Bocconcini di pollo<br/>alle mandorle</u><br>petto di pollo<br>olio di oliva extravergine<br>mandorle tostate tritate<br>farina<br>sale marino iodato   | 60<br>q.b.<br>6<br>q.b.<br>q.b.                           | 70<br>q.b.<br>7<br>q.b.<br>q.b.                           | 100<br>q.b.<br>7<br>q.b.<br>q.b.                           |
| <u>Bocconcini di pollo/tacchino alle verdure</u><br>petto di pollo/fesa di tacchino<br>sedano - cipolla<br>carote<br>zucchine<br>olio di oliva extravergine<br>pomodori pelati<br>sale marino iodato | 60<br>10<br>12<br>12<br>4<br>30<br>q.b.                   | 70<br>15<br>15<br>15<br>5<br>40<br>q.b.                   | 100<br>15<br>20<br>20<br>5<br>50<br>q.b.                   |
| <u>Cotoletta di pollo</u><br>petto di pollo<br>uovo pastorizzato<br>pan grattato<br>sale marino iodato<br>olio di oliva extravergine   | 50<br>5<br>q.b.<br>q.b.<br>4                              | 60<br>6<br>q.b.<br>q.b.<br>5                              | 100<br>7<br>q.b.<br>q.b.<br>5                              |
| <u>Coscia / Fusi di pollo agli aromi</u><br>coscia/fusi di pollo<br>aromi (salvia e rosmarino)<br>sale marino iodato   | 130<br>q.b.<br>q.b.                                       | 150<br>q.b.<br>q.b.                                       | 240<br>q.b.<br>q.b.  |
| <u>Scaloppine di pollo al limone</u><br>petto di pollo<br><br>farina bianca<br>olio di oliva extravergine<br>limone fresco spremuto<br>sale marino iodato  | 50 (fettina)<br>60 (bocconcino)<br>4<br>5<br>q.b.<br>q.b. | 60 (fettina)<br>70 (bocconcino)<br>5<br>7<br>q.b.<br>q.b. | 100 (fettina)<br>100(bocconcino)<br>6<br>8<br>q.b.<br>q.b. |
| <u>Fettina di pollo con olio e aromi</u><br>petto di pollo<br>olio di oliva extravergine<br>aromi (salvia e rosmarino)<br>sale marino iodato   | 50<br>5<br>q.b.<br>q.b.                                   | 60<br>7,5<br>q.b.<br>q.b.                                 | 100<br>7,5<br>q.b.<br>q.b.                                 |



| <b>INGREDIENTI</b>   |  | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>      |
|--|--|--|--|---------------------------------------|
| <u>Merluzzo / Platessacon olio e limone</u><br>merluzzo / platessaolio di<br>oliva extravergine limone<br>fresco spremuto sale<br>marino iodato                |  | 70<br>7<br>q.b.<br>q.b.                | 90<br>10<br>q.b.<br>q.b.               | 110<br>12<br>q.b.<br>q.b.             |
| <u>Merluzzo / Platessacon olio e prezzemolo</u><br>merluzzo / platessa<br>olio di oliva extravergine<br>prezzemolo fresco tritato<br>sale marino iodato        |  | 70<br>7<br>q.b.<br>q.b.                | 90<br>10<br>q.b.<br>q.b.               | 110<br>12<br>q.b.<br>q.b.             |
| <u>Merluzzo / Platessacon olio e aromi</u><br>merluzzo / platessaolio di<br>oliva extravergine aromi<br>(salvia e rosmarino) sale<br>marino iodato             |  | 70<br>7<br>q.b.<br>q.b.                | 90<br>10<br>q.b.<br>q.b.               | 110<br>12<br>q.b.<br>q.b.             |
| <u>Merluzzo / Platessacon capperi e olive</u><br>merluzzo / platessacapperi<br>olive nere<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato                  |  | 70<br>0,5<br>2<br>7<br>q.b.            | 90<br>0,5<br>2<br>10<br>q.b.           | 110<br>0,5<br>2<br>12<br>q.b.         |
| <u>Merluzzo / Platessaal pomodoro e olive nere</u><br>merluzzo / platessa<br>pomodori pelati<br>olive nere<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato |  | 70<br>40<br>3<br>7<br>q.b.             | 90<br>50<br>4<br>10<br>q.b.            | 110<br>60<br>7<br>12<br>q.b.          |
| <u>Merluzzo / Platessa alla pizzaioia</u><br>merluzzo / platessa<br>pomodori pelati<br>origano<br>capperi<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato  |  | 70<br>40<br>q.b.<br>0,5<br>4<br>q.b.   | 90<br>50<br>q.b.<br>0,5<br>5<br>q.b.   | 110<br>50<br>q.b.<br>0,5<br>5<br>q.b. |



| INGREDIENTI   | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia                  | Grammatura (g)<br>Sc. primarie                  | Grammatura (g)<br>Adulti                          |
|---|---|---|---|
| <u>Merluzzo alla livornese</u><br>merluzzo<br>pomodori pelati<br>capperi<br>olive<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato   | 70<br>40<br>0,5<br>2<br>7<br>q.b.               | 90<br>50<br>0,5<br>2<br>10<br>q.b.              | 110<br>60<br>0,5<br>2<br>12<br>q.b.               |
| <u>Merluzzo / Platessa<br/>con verdure</u><br>merluzzo / platessa<br>pomodori pelati<br>carote<br>cipolle/porro<br>sedano<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato   |   |   | 90<br>40<br>10<br>10<br>10<br>7<br>q.b.           |
| <u>Merluzzo / Platessa gratinato</u><br>merluzzo / platessa<br>pan grattato<br>aromi<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato  | 70<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.              | 90<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.              | 110<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.               |
| <u>Merluzzo / Platessa gratinato<br/>c/sesamo e timo</u><br>merluzzo / platessa<br>pan grattato<br>semi di sesamo tostati<br>timo fresco<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato                                      | 70<br>q.b.<br>1<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.         | 90<br>q.b.<br>1,5<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.       | 110<br>q.b.<br>1,5<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b.        |
| <u>Merluzzo / Platessa impanato /<br/>crocchette di merluzzo</u><br>merluzzo / platessa<br>uovo pastorizzato<br>pan grattato<br>sale marino iodato<br>olio di oliva extravergine<br><i>*merluzzo in pastella se centralizzato</i> | 70<br>5<br>q.b.<br>q.b.<br>4                    | 90<br>8<br>q.b.<br>q.b.<br>5                    | 110<br>10<br>q.b.<br>q.b.<br>5                    |
| <u>Polpette / Hamburger di pesce<br/>con olio e prezzemolo</u><br>merluzzo<br>patate<br>pan grattato<br>grana padano<br>uova pastorizzate<br>olio di oliva extravergine<br>prezzemolo fresco<br>sale marino iodato                | 70<br>10<br>q.b.<br>3<br>5<br>3<br>q.b.<br>q.b. | 90<br>15<br>q.b.<br>5<br>7<br>4<br>q.b.<br>q.b. | 110<br>15<br>q.b.<br>5<br>10<br>5<br>q.b.<br>q.b. |
| <u>Tortino di patate</u><br>pan grattato<br>grana padano<br>patata a cubetti<br>sale marino iodato<br>uovo pastorizzato<br>olio di oliva extravergine   | q.b.<br>10<br>35<br>q.b.<br>70<br>4             | q.b.<br>12<br>45<br>q.b.<br>90<br>5             | q.b.<br>12<br>45<br>q.b.<br>90<br>5               |



| INGREDIENTI   | Grammatura (g)<br>Sc. Infanzia                  | Grammatura (g)<br>Sc. primarie                   | Grammatura (g)<br>Adulti                           |
|---|---|--|--|
| <u><i>Tortino di verdure</i></u><br>uovo pastorizzato<br>grano padano<br>olio di oliva extravergine<br>verdura mista<br>patate<br>pan grattato<br>sale marino iodato                              | 50<br>10<br>4<br>20<br>25<br>q.b.<br>q.b.       | 65<br>10<br>5<br>20<br>25<br>q.b.<br>q.b.        | 90<br>12<br>5<br>25<br>25<br>q.b.<br>q.b.          |
| <u><i>Frittata</i></u><br>uovo pastorizzato<br>grano padano<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato   | 60<br>10<br>4<br>q.b.                           | 80<br>13<br>5<br>q.b.                            | 100<br>15<br>7<br>q.b.                             |
| <u><i>Frittata con verdure</i></u><br>uovo pastorizzato<br>grano padano<br>olio di oliva extravergine<br>verdure miste<br>sale marino iodato  | 40<br>10<br>4<br>50<br>q.b.                     | 65<br>13<br>5<br>50<br>q.b.                      | 90<br>15<br>7<br>50<br>q.b.                        |
| <u><i>Frittata c/patate carote e piselli</i></u><br>Uovo pastorizzato<br>Carote<br>Piselli surgelati<br>Porri<br>Patate<br>Grana padano<br>Olio di oliva extravergine<br>Sale marino iodato       |   |  | 100<br>15<br>15<br>3<br>15<br>15<br>7<br>q.b.      |
| <u><i>Frittata arcobaleno</i></u><br>Uovo pastorizzato<br>Zucchine fresche<br>Piselli surgelati<br>Porri<br>Patate<br>Carote<br>Grana padano<br>Olio di oliva extravergine<br>Sale marino iodato  |   |  | 80<br>15<br>10<br>3<br>10<br>10<br>15<br>7<br>q.b. |
| <u><i>Polpette di legumi</i></u><br>legumi misti secchi<br>pan grattato<br>grana padano<br>uova pastorizzate<br>patata<br>ricotta<br>olio extravergine d'oliva<br>sale marino iodato              | 15<br>10<br>10<br>15 ml<br>30<br>8<br>3<br>q.b. | 25<br>15<br>15<br>20 ml<br>35<br>10<br>4<br>q.b. | 25<br>15<br>15<br>20 ml<br>35<br>10<br>4<br>q.b.   |
| <u><i>Polpette di lenticchie</i></u><br>lenticchie rosse decorticate<br>porri<br>pane grattato<br>patate<br>grana padano<br>uovo pastorizzato<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato |   |  | 25<br>4<br>15<br>50<br>15<br>15<br>5<br>q.b.       |





| <b>INGREDIENTI</b>   |  | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b>         | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b>         | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>                |
|--|--|--|--|---|
| <u><i>Polpette di verdure (vegetali)</i></u><br>verdure da concordare (sedano-carote-<br>cipolle-piselli)<br>pan grattato<br>grana padano<br>uova pastorizzate<br>patata<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato |  | 45<br>10<br>10<br>10 ml<br>q.b.<br>3<br>q.b.   | 50<br>15<br>15<br>15 ml<br>q.b.<br>4<br>q.b.   | 50<br>15<br>15<br>15 ml<br>q.b.<br>4<br>q.b.    |
| <u><i>Polpette di patate e formaggio</i></u><br>ricotta<br>fontal<br>patate<br>grana padano<br>pane grattato<br>uovo pastorizzato<br>sale marino iodato<br>olio di oliva extravergine  |  | 12<br>15<br>30<br>12<br>q.b.<br>5<br>q.b.<br>4 | 15<br>20<br>35<br>15<br>q.b.<br>7<br>q.b.<br>5 | 20<br>25<br>45<br>20<br>q.b.<br>10<br>q.b.<br>5 |
| <u><i>Polpette di ricotta</i></u><br>ricotta<br>pan grattato<br>grana padano<br>uova pastorizzate<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>latte UHT intero ( <i>se necessario</i> )                           |  | 70<br>7<br>7<br>5 ml<br>3<br>q.b.<br>q.b.      | 80<br>10<br>9<br>6 ml<br>4<br>q.b.<br>q.b.     | 100<br>14<br>10<br>8 ml<br>5<br>q.b.<br>q.b.    |
| <u><i>Formaggio a pasta semidura</i></u><br>grana padano   |  | 30   | 40   | 50  |
| <u><i>Formaggio fresco/ Mozzarella</i></u>   |  | 40   | 60   | 80  |
| <u><i>Prosciutto cotto</i></u>   |  | 40   | 50   | 60  |
|  |  |  |  |   |

**RICETTE CONTORNI** (tutti i pesi indicati sono a crudo e al netto degli scarti)

| <b>INGREDIENTI</b>   |  | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. Infanzia</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Sc. primarie</b> | <b>Grammatura (g)<br/>Adulti</b>       |
|--|--|--|--|--|
| <u>Patate arrosto</u><br>patate<br>salvia e rosmarino<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato  |  | 80<br>q.b.<br>5<br>q.b.                | 130<br>q.b.<br>6<br>q.b.               | 180<br>q.b.<br>7<br>q.b.               |
| <u>Purè di patate</u><br>patate<br>latte intero UHT<br>burro<br>grana padano<br>sale marino iodato<br>noce moscata                               |  | 100<br>30 ml<br>5<br>5<br>q.b.<br>q.b. | 120<br>35 ml<br>8<br>7<br>q.b.<br>q.b. | 130<br>45 ml<br>8<br>7<br>q.b.<br>q.b. |
| <u>Purè di carote</u><br>patate<br>carote<br>latte intero UHT<br>burro<br>grana padano<br>sale marino iodato                                     |  | 50<br>50<br>30 ml<br>5<br>5<br>q.b.    | 60<br>60<br>35 ml<br>8<br>7<br>q.b.    | 70<br>60<br>45 ml<br>8<br>7<br>q.b.    |
| <u>Purè di zucca</u><br>patate<br>zucca<br>latte intero UHT<br>burro<br>grana padano<br>sale marino iodato                                       |  | 50<br>50<br>25ml<br>5<br>5<br>q.b.     | 55<br>60<br>25ml<br>7<br>6<br>q.b.     | 60<br>70<br>45 ml<br>8<br>7<br>q.b.    |
| <u>Zucca al forno con rosmarino</u><br>zucca<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>rosmarino                                    |  | 100<br>5<br>q.b.<br>q.b.               | 120<br>7<br>q.b.<br>q.b.               | 150<br>8<br>q.b.<br>q.b.               |
| <u>Piselli stufati</u><br>piselli (a cotto)<br>aromi (salvia e rosmarino)<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>porro - cipolla |  | 50<br>q.b.<br>5<br>q.b.<br>q.b.        | 70<br>q.b.<br>5<br>q.b.<br>q.b.        | 80<br>q.b.<br>5<br>q.b.<br>q.b.        |
| <u>Piselli al pomodoro</u><br>piselli (a cotto)<br>pomodori pelati<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>cipolla                |  | 50<br>20<br>5<br>q.b.<br>q.b.          | 70<br>30<br>5<br>q.b.<br>q.b.          | 80<br>30<br>5<br>q.b.<br>q.b.          |

**SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE ALLE TABELLE DIETETICHE  
PER CIASCUNA TIPOLOGIA DI UTENTI**

|  |  |                                  |                                  |                                  |
|--|--|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <u>Carote prezzemolate /<br/>carote olio e prezzemolo</u><br>carote (a cotto)<br>olio di oliva extravergine<br>prezzemolo<br>sale marino iodato                  |  | 100<br>5<br>q.b.<br>q.b.         | 120<br>5<br>q.b.<br>q.b.         | 150<br>5<br>q.b.<br>q.b.         |
| <u>Carote agli aromi /<br/>Carote saltate al rosmarino</u><br>carote (a cotto)<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>aromi (salvia e rosmarino) |  | 100<br>5<br>q.b.<br>q.b.         | 120<br>5<br>q.b.<br>q.b.         | 150<br>5<br>q.b.<br>q.b.         |
| <u>Carote/cavolfiori/finocchi gratinati</u><br>carote/cavolfiori/finocchi (a cotto)<br>burro<br>grana padano<br>sale marino iodato                               |  | 100<br>4<br>5<br>q.b.            | 120<br>5<br>7<br>q.b.            | 150<br>5<br>7<br>q.b.            |
| <u>Zucchine gratinate</u><br>zucchine (a cotto)<br>olio di oliva extravergine<br>grana padano<br>sale marino iodato  |  | 100<br>5<br>5<br>q,b             | 120<br>5<br>7<br>q.b.            | 150<br>5<br>7<br>q.b.            |
| <u>Zucchine trifolate</u><br>zucchine (a cotto)<br>olio di oliva extravergine<br>sale marino iodato<br>cipolla<br>prezzemolo fresco                              |  | 100<br>5<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b. | 120<br>6<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b. | 150<br>7<br>q.b.<br>q.b.<br>q.b. |
| <u>Insalata mista con pomodori</u><br>insalata verde<br>pomodori<br>olio di oliva extravergine   |  | 20<br>40<br>q.b.                 | 30<br>50<br>q.b.                 | 30<br>60<br>q.b.                 |
| <u>Insalata mista con frutta secca</u><br>insalata verde<br>carote<br>noci<br>olio di oliva extravergine   |  | 20<br>20<br>4<br>q.b.            | 30<br>30<br>7<br>q.b.            | 35<br>35<br>7<br>q.b.            |