



COMUNE DI BRANDIZZO

CITTÀ METROPOLITANA DI TORINO

Via Torino 121 – C.A.P. 10032 -C.F. 82501690018 -P.I. 02249880010 -Tel 011/9138093 Fax 011/9139962 -E-mail politiche.culturali@brandizzo.com

SETTORE POLITICHE EDUCATIVE E CULTURALI

CENTRALE UNICA DI COMMITTENZA

Istituita tra il Comune di Montanaro e il Comune di Brandizzo

**CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO PER IL SERVIZIO DI RISTORAZIONE NELLE
SCUOLE DELL'OBBLIGO E DELL'INFANZIA, NELL'ASILO NIDO,
MENZA DIPENDENTI COMUNALI**

(Approvato con Det. n. 409 del 6.10.2016 e con Det. n. 21 del 10.10.2016 C.U.C.)

Allegato B

TABELLE DIETETICHE

Indice

1 - Asilo Nido	pag. 2
2 - Scuole Infanzia, Primaria e Secondaria	pag. 16

ASILO NIDO

FASCIA D'ETÀ 9/12 MESI

PREMESSE

- Il pasto di svezzamento può essere offerto con il biberon, meglio con il cucchiaino.
- È sconsigliata l'aggiunta di sale o zucchero ai cibi.
- Non utilizzare sedano nelle preparazioni.
- **I bambini di età compresa tra 12 e 14 mesi, se non riescono ad assumere la dieta prevista per i bambini sopra l'anno, possono essere alimentati ancora secondo lo schema previsto dalla dieta "lattanti".**

PREPARAZIONI E GRAMMATURE

PRANZO

PASSATO DI VERDURA

Brodo vegetale di verdura: 250 ml

n° 1 invernale = acqua bollita da 1 L a 500 ml con

patata: ~60g
carota: ~40g
zucchini: ~30g
zucca: ~30g
finocchio: ~30g

n° 2 estivo = acqua bollita da 1 L a 500 ml con

patata: ~60g
carota: ~40g
zucchini: ~30g
fagiolini: ~30g

Passato di verdure: 90 gr (ottenuti dal brodo vegetale sopra descritto)

Pastina "0-00-000": 25 gr (3 cucchiaini) oppure semolino: 25 gr oppure crema multicereali: 20-25 gr
oppure riso: 25 gr

Parmigiano grattugiato: 5 gr (2 cucchiaini)

Olio extra vergine d'oliva: 10 ml (1 cucchiaino)

PASTINA AL POMODORO: sugo preparato con 30 gr di pomodoro fresco cotto lentamente e privato di semi e di buccia, olio extra vergine d'oliva 10 ml, parmigiano reggiano grattugiato 5 gr.

PASSATO DI LENTICCHIE:

Lenticchie lessate o in scatola al naturale: 100 gr (o 30 gr di lenticchie secche, lasciate a bagno non più di un'ora e cotte molto lentamente)

Parmigiano grattugiato: 5 gr (2 cucchiaini)

Olio extra vergine d'oliva: 10 ml (1 cucchiaino)

Passato di verdura: 20-30 gr

Brodo vegetale n°1: quanto basta

Pastina "0-00-000": 12 gr (1 e 1/2 cucchiaini)

CREMA DI CECI

farina di ceci gr 45

passato di verdura gr 20 - 30

brodo vegetale n° 2 quanto basta

olio ml 10

parmigiano gr 5

VELLUTATA/CREMA DI LENTICCHIE E PORRI

Lenticchie secche	gr 15
Porri	gr 15
Patate	gr 25
Sale	QB
Olio extra vergine di oliva	gr 3
Parmigiano Reggiano	gr 3

FORMAGGIO a scelta tra:

ricotta 45 g
robiola fresca 30 g
tomini freschi 30 g
stracchino 30 g
parmigiano 15 g

CARNE FRULLATA:

30 gr

PROSCIUTTO FRULLATO:

30 gr

PESCE FRULLATO: (platessa, merluzzo, nasello, nocciolino)

40 gr

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE:

100 gr massimo

Estiva: mela, pera, banana, melone, pesca, albicocca

Invernale: mela, pera, banana, arancia, mandarino

MERENDA:

Frullato di frutta: frutta fresca di stagione con l'aggiunta eventuale di latte

e 2 cucchiaini di biscotto granulato 100 gr

Yogurt (solo frutta sopra indicata) 125 g

Frutta (100 gr) e biscotti primimesi (20 gr)

Frutta cotta (mele, prugne) (100 gr) e biscotti primimesi (20 gr)

ACQUA: per tutte le fasce dei lattanti 250 ml giornalieri di acqua minerale naturale.

FASCIA D'ETÀ 12/36 MESI

PRIMI PIATTI

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Riso asciutto	40	90
Pasta asciutta nei vari formati	50	90
Tagliatelle all'uovo	30	70
Gnocchi di patate	50	150
Pasta fresca di magro	50	150
Pastina per brodo	25	45
Semolino	20	35
Riso nei vari passati	20	50
Pasta nei vari passati	20	50
Orzo perlato	20	45

Il sedano dev'essere escluso da qualsiasi preparazione.

Il parmigiano reggiano dev'essere sempre servito a parte, tranne nei casi in cui fa parte integrante della ricetta (es. sugo al pesto, gnocchi alla romana, polpette, tortini, piatti gratinati).

LA PASTA DOVRÀ ALTERNARSI SECONDO I SEGUENTI FORMATI :

- **Piccoli:** (es. anellini, stelline, tempestine) per facilitare il passaggio da lattanti a divezzi
- **Normali:** (es. ½ penne, sedanini, gnocchetti sardi, fusillini, pipette rigate, fantasia) nel caso di bambini già in grado di alimentarsi autonomamente.

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Brodo vegetale		
Patata	25	30
Carota	10	15
Cipolla	10	15
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Si richiede che le verdure impiegate per la preparazione del brodo di verdura vengano passate ed inserite nel brodo stesso. Quando la stagionalità lo consente, alle sopracitate verdure si aggiunge lo zucchini.		
Gnocchi alla romana		
Semola di grano duro	30	60
Uova	1X6	1X4
Latte intero pastorizzato	100	200
Burro	5	8
Parmigiano Reggiano	5	10
Olio e.v.o.	3	5
Sale	q.b.	q.b.
Minestra di piselli		
Piselli surgelati	20	35
Patata	35	55
Cipolla	4	4
Carota	4	4
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Pasta/riso all'olio e parmigiano		
Olio e.v.o.	5	7
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Insalata di riso		
Riso	40	90
Prosciutto cotto	20	45
Piselli	10	30
Carota	10	30
Mozzarella	20	30
Basilico	q.b.	q.b.
Olive verdi / nere denocciolate	10	10
Olio e.v.o.	q.b.	q.b.
Pasta in bianco		
Olio e.v.o./Burro	3/2	5/2
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Passato di legumi		
Cannellini, piselli, ceci	15	40
Patata	25	40
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Passato di lenticchie		
Lenticchie secche	10	30
Patata	25	50
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Pomodori pelati	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Vellutata di erbe		
Erbe	50	80
Patata	35	65
Carota	4	5
Cipolla	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Vellutata di patate e carote		
Patata	40	85
Carota	15	55
Cipolla	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
SUGHI		
Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Sugo agli aromi		
Rosmarino e salvia	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	5	7
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Ragù vegetale		
Pomodori Pelati	30	70
Carote	10	15
Fagiolini	10	15
Piselli	5	10
Zucchine	15	30
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Sugo al tonno		
Pomodori pelati	40	70
Tonno sott'olio sgocciolato	15	30
Olio e.v.o.	2	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Sugo al pomodoro		
Pomodori pelati	30	70
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
È consentita l'aggiunta di una ridotta quantità di zucchero come correttore di acidità.		
Sugo di pomodoro fresco e basilico		
Pomodoro fresco	40	80
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Basilico	4	5
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Sugo al pomodoro e ricotta		
Pomodori pelati	40	60
Ricotta	6	15
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Erbe aromatiche	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Sugo alla milanese		
Zafferano	1 bustina x 4	1bustina x 4
Burro	5	5
Brodo vegetale	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Sugo al ragù di carne		
Carne di bovino adulto	25	50
Pomodori pelati	35	60
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Rosmarino	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5
Sugo al pesto		
Pinoli	2	6
Basilico	5-10	15-20
Olio e.v.o.	5	7
Parmigiano Reggiano	3	7
Sugo al pesto patate e fagiolini		
Pinoli	2	6
Basilico	5-10	15-20
Olio e.v.o.	5	7
Parmigiano Reggiano	3	7
Fagiolini	30	40
Patate	20	20
Sale	0,2	0,3

SECONDI PIATTI CALDI

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Arrosto di tacchino / lonza / bovino		
Fesa di tacchino / lonza / bovino	50	110
Carota	5	7
Cipolla	5	7
Rosmarino	q.b.	q.b.
Salvia	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	3	5
Sale	q.b.	q.b.
Crocchette di platessa al forno		
Filetto di platessa (peso lordo)	70	140
Uova	1x6	1x4
Mollica di pane	10	10
Latte uht intero	10	10
Parmigiano Reggiano	3	3
Olio e.v.o.	3	3
Cipolla	4	4
Carota	4	4
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Pangrattato	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Limone a parte	20	20
Coscia (fuso/sovracoscia) di pollo al forno		
Coscia di pollo (peso lordo)	170	200
Olio e.v.o.	5	5
Rosmarino e salvia	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Filetto di halibut gratinato		
Halibut	70	140
Rosmarino e salvia	q.b.	q.b.
Pangrattato	12	20
Olio e.v.o.	4	7
Farina	q.b.	q.b.
Aceto di vino	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Filetto di platessa/nasello impanato al forno		
Filetto di platessa/nasello surgelato (peso lordo)	70	140
Uova	1x6	1x4
Pangrattato	10	10
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Limone a parte	20	20
Filetto di platessa infarinato		
Filetto di platessa	70	140
Farina	5	10
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Limone a parte	20	20

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Petto di pollo impanato al forno		
Petto di pollo	50	100
Uova	1x6	1x4
Pangrattato	10	15
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Limone a parte	20	20
Piselli e prosciutto a dadini		
Piselli	30	60
Prosciutto cotto a dadini	30	60
Cipolla	4	8
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Polpette di bovino in umido		
Carne di bovino adulto	50	100
Uova	1x6	1x4
Parmigiano Reggiano	3	5
Latte uht intero	10	20
Mollica di pane	10	20
Pangrattato	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	20	30
Cipolla	4	4
Carota	4	4
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	3	5
Sale	q.b.	q.b.
Polpette di legumi		
Patate	30	60
Ceci	15	30
Lenticchie	15	30
Fagioli borlotti	15	30
Uova	1x5	1x4
Parmigiano Reggiano	5	10
Pangrattato	7	10
Olio e.v.o.	3	5
Sale	q.b.	q.b.
Polpette di lonza alla pizzaiola		
Lonza	50	100
Uova	1x6	1x4
Parmigiano Reggiano	4	7
Latte uht intero	10	20
Mollica di pane	12	25
Pangrattato	q.b.	q.b.
Cipolla	4	5
Carota	4	5
Olio e.v.o.	2	3
Sale	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	20	40
Scaloppine di bovino al limone		
Coscia di bovino	50	100
Farina	8	15
Olio e.v.o.	3	6
Sale	q.b.	q.b.
Limone	18	30

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Sformato di patate al gratin		
Patate	60	100
Parmigiano Reggiano	10	20
Pangrattato	5	5
Uova	1x5	1x4
Olio e.v.o.	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Spezzatino di tacchino in umido con patate		
Carne di tacchino	60	120
Pomodori pelati	50	80
Olio e.v.o.	6	8
Patata	130	200
Carota	5	6
Cipolla	5	6
Sale	q.b.	q.b.
Torta salata ricotta e spinaci		
Pasta sfoglia	50	100
Ricotta	40	80
Spinaci	20	40
Patate	20	40
Pangrattato	25	50
Uova	1x5	1x4
Parmigiano Reggiano	5	10
Olio e.v.o.	2	4
Sale	q.b.	q.b.
Tortino arcobaleno		
Uova	1	2
Carota	10	15
Patata	10	15
Piselli	6	10
Olio e.v.o.	5	5
Parmigiano Reggiano	3	3
Sale	q.b.	q.b.
Tortino latte e parmigiano		
Uova	1	2
Latte uht intero	10	15
Parmigiano Reggiano	7	10
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Tortino alle zucchine		
Uova	1	2
Zucchine	20	50
Olio e.v.o.	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI FREDDI

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Prosciutto cotto	40	100
Formaggi: mozzarella fiordilatte, caciottina fresca, crescenza, stracchino, ricotta, robiola fresca, fontal	40	100
Tonno sott'olio ben sgocciolato	40	80
Affettato di manzo	40	100

CONTORNI

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Carote al forno		
Carote	90	180
Olio e.v.o.	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Carote al burro		
Carote	90	180
Olio e.v.o.	2	4
Burro	3	6
Sale	q.b.	q.b.
Costine/spinaci olio e parmigiano		
Costine/spinaci surgelati	80	160
Costine fresche	130	250
Olio e.v.o.	5	7
Sale	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano	5	5
Costine/spinaci saltate all'olio		
Costine/spinaci surgelati	80	160
Costine fresche	130	250
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Cavolfiori saltati all'olio		
Cavolfiore	130	250
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Fagiolini saltati all'olio		
Fagiolini surgelati	60	130
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Finocchi saltati all'olio		
Finocchi	100	160
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Insalata di carote rapè		
Carote	40	120
Olio e.v.o.	5	5
Limone	20	20
Sale	q.b.	q.b.
Insalata di carote e sedano rapa rapè		
Carote	20	60
Sedano rapa	20	50
Olio e.v.o.	5	5
Limone	20	20
Sale	q.b.	q.b.
Insalata di fagiolini		
Fagiolini surgelati	60	130
Olio e.v.o.	5	5
Aceto	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Insalata di pomodori		
Pomodori	80	150
Olio e.v.o.	5	5
Aceto	q.b.	q.b.
Origano	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Pisellini saltati all'olio		
Pisellini surgelati	50	110
Olio e.v.o.	5	5
Cipolla	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Piselli e carote all'olio		
Pisellini surgelati	30	60
Carote	50	80
Olio e.v.o.	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Patate al forno		
Patate	120	200
Olio e.v.o.	5	7
Rosmarino, alloro	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Patate lesse calde		
Patate	120	200
Olio e.v.o.	5	7
Sale	q.b.	q.b.
Purea di patate		
Patate	100	150
Latte uht intero	30	60
Burro	5	5
Sale	q.b.	q.b.
Zucchine primavera		
Zucchine	100	150
Olio e.v.o.	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.
Zucchine e melanzane trifolate		
Zucchine	65	80
Melanzane	45	70
Olio e.v.o.	5	7
Prezzemolo	q.b.	q.b.
Basilico	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.

PANE e FRUTTA

Descrizione piatti	Grammature bambini	Grammature adulti
Pane per pranzo	40	80
Pane per merenda	40	
Frutta di stagione	150	150

MERENDE

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia
BEVANDE	
Latte / latte+cacao / latte+orzo	
Latte	130 ml
Cacao amaro / Orzo solubile	5 / 2
Zucchero	5
Spremuta d'arancia	
Spremuta d'arancia	100 ml
Zucchero	5
Tisana alla frutta	
Tisana alla frutta	130 ml (1 bustina x 2)
Zucchero	5
Karkadè	
Karkadè	130 ml (1 bustina x 2)
Zucchero	5
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	1 brik da 200 ml
POSSIBILI ABBINAMENTI	
Fette biscottate	2 fette biscottate
Biscotti secchi	3 biscotti secchi
Corn flakes	15
Pane	40
Marmellata	15
Miele	15
Pane con olio+origano / olio+pomodoro+origano / pane e prosciutto cotto	
Pane	40
Pomodoro	40
Prosciutto cotto	20
Olio e.v.o.	3
Sale e origano	q.b.
Focaccia / Pizza al pomodoro o al pom. fresco	40
Crackers	1 pacchetto da gr.12
Gelato (vaniglia e cacao)	n. 1 coppetta da gr. 60
Mousse di frutta (no kiwi, frutti di bosco)	n. 1 conf. gr.100
Macedonia di frutta fresca	150 gr.
Yogurt alla frutta (no banana, kiwi, frutti di bosco)	n. 1 vasetto gr. 125
Budino	n. 1 vasetto gr. 100
Banana	n. frutto da 130 gr
Anguria o melone	200
Torta margherita	
Farina 00	30
Uova	1x4
Zucchero	30
Burro	5
Latte uht intero	15
Lievito	2
Torta di mele	
Farina 00	25
Uova	1x6
Zucchero	15
Burro	5
Latte uht intero	13
Lievito	2
Mele	25

DIETA IN BIANCO

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia
Pasta o Riso all'olio	
Pasta/Riso	40
Olio e.v.o.	5
Parmigiano Reggiano	3
Sale	q.b.
Carne di bovino/tacchino/pollo ai ferri	
Carne di bovino/tacchino/pollo ai ferri	50
Olio e.v.o.	5
Limone	20
Sale	q.b.
Filetto di platessa all'olio e limone	
Filetto Platessa	110 (Peso Lordo)
Olio e.v.o.	5
Limone	20
Sale	q.b.
Carote/patate lesse	
Carote/patate	80
Olio e.v.o.	5
Sale	q.b.
Pane e frutta di stagione	
Pane	30
Frutta di stagione	150
Merenda:	
Tisana alla frutta con biscotti secchi	
Tisana	130 ml (1 bustina x 2)
Zucchero	5
Biscotti secchi	3 biscotti secchi

CESTINI DA VIAGGIO

<u>BAMBINI</u>	
Pane (formato bocconcino)	1 panino da gr. 40 cad.
Focaccia bianca	1 pezzo da gr. 40 cad.
Pizza	1 pezzo da gr. 40 cad.
Formaggio stabilizzato:	Formaggino gr. 25
	Formaggio sottovuoto gr. 25
Marmellata o Barretta di cioccolato	gr. 25
Dolce da forno	gr. 40
<i>oppure</i>	
Budino stabilizzato	gr. 100
Succo di frutta no gusto arancia	1 brik da 200 ml
Banana	gr. 150
Acqua minerale naturale	1 bottiglia da 500 ml

<u>ADULTI</u>	
Pane (formato bocconcino)	3 panini da gr. 40 cad.
Focaccia bianca	2 pezzo da gr. 40 cad.
Pizza	1 pezzo da gr. 40 cad.
Formaggio stabilizzato:	Formaggino gr. 75
	Formaggio sottovuoto gr. 50
Marmellata o Barretta di cioccolato	gr. 50
Dolce da forno	gr. 40
<i>oppure</i>	
Budino stabilizzato	gr. 125
Succo di frutta (no gusto arancia)	1 brik da 200 ml
Banana	gr. 150
Acqua minerale naturale	1 bottiglia da 500 ml

N.B. Si richiede la fornitura di stoviglie (posate, tovaglioli e bicchieri) a perdere.

SCUOLE INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA

PRIMI PIATTI

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1° grado/Adulti
Riso asciutto	60	70	90
Pasta asciutta nei vari formati	60	70	90
Riso nei vari passati	30	40	50
Pasta nei vari passati	30	40	50
Pastina in brodo	30	35	45
Orzo perlato	25	35	45
Crostini	25	35	45

Il sedano dev'essere escluso da qualsiasi preparazione.

Il parmigiano dev'essere sempre servito a parte, tranne nei casi in cui fa parte integrante della ricetta (es. sugo al pesto, gnocchi alla romana, polpette, tortini, piatti gratinati)

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1° grado/Adulti
Crema di piselli con crostini			
Piselli surgelati	30	35	40
Patate	20	25	30
Carote	5	5	10
Cipolle	2	2	2
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	5	5	7
Crostini	20	25	30
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Focaccia alla genovese			
Focaccia (farina, tipo 00, acqua, lievito naturale, Olio e.v.o., malto, sale)	100	150	200
Insalata di riso			
Riso	50	70	90
Prosciutto Cotto	20	25	30
Piselli	15	20	30
Carote	15	20	30
Mozzarella	20	25	30
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Olive verdi / nere denocciolate	10	10	10
Olio e.v.o.	q.b.	q.b.	q.b.
Lasagne			
Pasta all'uovo fresca/surgelata	90	120	150
Pasta/riso in bianco			
Olio e.v.o./Burro	5/2	5/2	5/2
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Pastina in brodo vegetale Brodo vegetale: patate, carote, cipolla Olio e.v.o. Sale Parmigiano Reggiano	q.b. 2 q.b. 5	q.b. 2 q.b. 5	q.b. 3 q.b. 5
Si richiede che le verdure impiegate per la preparazione del brodo di verdura vengano passate ed inserite nel brodo stesso. Quando la stagionalità lo consente, alle sopracitate verdure, si aggiunge lo zucchini.			
Passato di patate e carote Patate Carote Piante aromatiche e ortaggi Olio e.v.o. Sale Parmigiano Reggiano	40 20 q.b. 2 q.b. 5	60 30 q.b. 2 q.b. 5	90 50 q.b. 3 q.b. 5
Passato di verdura Verdure miste: carote, zucca o zucchini, costine o coste, verza, porro, cipolla Patata Olio e.v.o. Ortaggi Sale Parmigiano Reggiano	60 40 2 q.b. q.b. 5	70 45 2 q.b. q.b. 5	90 50 3 q.b. q.b. 5
Passato di legumi Legumi: cannellini, piselli, ceci Patata Ortaggi Olio e.v.o. Sale Parmigiano Reggiano	20 30 q.b. 2 q.b. 5	35 45 q.b. 2 q.b. 5	50 55 q.b. 3 q.b. 5
Passato di zucca Zucca gialla Patate Olio e.v.o. Piante aromatiche e ortaggi Sale Parmigiano	50 40 2 q.b. q.b. 5	55 45 2 q.b. q.b. 5	70 60 3 q.b. q.b. 5
Polenta al pomodoro Acqua Farina gialla Sale Sugo di pomodoro: Pomodori pelati Olio e.v.o. Sale, aromi e ortaggi Parmigiano Reggiano	q.b. 60 q.b. 55 2 q.b. 5	q.b. 70 q.b. 65 2 q.b. 5	q.b. 80 q.b. 70 3 q.b. 5

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Riso agli asparagi			
Riso	50	70	90
Asparagi	20	25	30
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	q.b.	q.b.	q.b.
Ravioli di magro			
Ravioli di magro freschi/surgelati	80	100	140
Ingredienti del ripieno: ricotta e/o formaggio delicato, spinaci/erbette/cavolo, parmigiano, uovo, sale pangrattato, aromi. Il formato dei ravioli è a scelta dell'I.A.			
Vellutata di patate e carote			
Patate	45	65	90
Carote	25	35	50
Cipolle	5	5	5
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	3	3	3
Vellutata di patate e costine			
Patate	70	85	90
Costine o Erbette	50	65	70
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Vellutata di verdura			
Carote, zucca o zucchini, coste o costine, verza, porro, cipolla	65	75	85
Patate	50	55	60
Ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Vellutata di zucca			
Zucca gialla	50	60	70
Patate	45	55	65
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Parmigiano Reggiano	5	5	5
SUGHI			
Pesto			
Basilico	15	20	30
Olio e.v.o.	5	5	7
Pinoli	5	5	7
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pesto confezionato			
Pesto	20	25	30
Olio	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Ragù di carne			
Carne di bovino adulto	30	40	50
Pomodori pelati	40	50	60
Olio e.v.o.	3	3	3
Cipolle	4	4	5
Carote	4	4	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Ragù vegetale			
Pomodori pelati	60	65	70
Olio e.v.o.	2	2	3
Verdure miste: carote, zucchine, fagiolini, piselli, cipolla	60	65	80
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sugo al pomodoro			
Pomodori pelati	45	60	75
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano	5	5	5
È consentita l'aggiunta di ridotta quantità di zucchero come correttore di acidità.			
Sugo al pomodoro e basilico			
Pomodori pelati	45	60	75
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sugo al pomodoro e pesto			
Pomodori pelati	50	55	60
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pesto confezionato	15	20	25
Sugo al pomodoro e ricotta			
Pomodori pelati	45	55	60
Ricotta	10	15	20
Ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Sugo alla milanese			
Zafferano	1x4	1x4	1x4
Burro	5	6	7
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Carota/ Cipolla	4/4	5/5	5/5
Besciamella (latte, farina, burro/olio, sale)	80	100	120
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Sugo al tonno			
Pomodori pelati	45	60	70
Tonno sott'olio sgocciolato	20	25	30
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Sugo ai formaggi			
Latte Uht	45	50	55
Parmigiano Reggiano	5	10	15
Stracchino	10	15	20
Fontal	10	15	20
Burro	5	5	5
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	q.b.	q.b.	q.b.
Sugo alla siciliana			
Pomodori pelati	45	60	70
Pinoli	5	6	7
Ricotta	15	20	25
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sugo agli aromi			
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano	5	5	5
Sugo alle melanzane			
Pomodori pelati	45	60	70
Melanzane	10	15	20
Ortaggi	5	5	5
Olio e.v.o.	3	3	4
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sugo con zucchini			
Pomodori pelati	45	60	70
Zucchini	25	35	40
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sugo ai ceci			
Pomodori pelati	45	55	60
Ceci secchi	10	15	20
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sugo burro e salvia			
Burro	7	10	15
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI CALDI

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1° grado/Adulti
Arista al latte			
Lonza	60	90	110
Latte Intero UHT	10	15	20
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Arrosto di bovino o di lonza			
Carne di bovino adulto (coscia) o lonza	60	90	110
Olio e.v.o.	5	5	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Bastoncini di pesce			
Bastoncini di merluzzo	90	120	140
Cotoletta di lonza / pollo / tacchino alla milanese			
Lonza/pollo/tacchino	60	90	110
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Uova	12	12	12
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Coscia/sovracoscia di pollo al forno			
Coscia/fuso/sovracoscia (peso lordo)	180	200	220
Olio e.v.o.	4	4	6
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Fesa di tacchino al pomodoro con verdure			
Fesa di tacchino	60	90	110
Olio e.v.o.	3	3	5
Carote	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio, rosmarino, salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	15	20	25
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Filetti di merluzzo / platessa / halibut / nasello dorati			
Filetto di merluzzo / platessa / halibut / nasello (peso netto)	90	120	140
Uova pastorizzate	12	12	12
Olio e.v.o.	5	5	7
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Limone a parte	20	20	20

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Filetto di merluzzo gratinato			
Filetto di merluzzo	90	120	140
Pan grattato	5	6	8
Olio e.v.o.	5	5	7
Aceto	0,5	0,5	1
Prezzemolo	0,5	0,5	0,5
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Aglione	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Limone a parte	20	20	20
Filetto di merluzzo alla mediterranea			
Filetto di merluzzo	90	120	140
Pomodori pelati	35	40	45
Cipolla	10	14	16
Carota	7	8	10
Olio e.v.o.	2	2	2
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Aglione	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Filetto di merluzzo olio e limone			
Filetto di merluzzo	90	120	140
Olio e.v.o.	2	2	2
Succo di limone	1,5	1,5	1,5
Carota	4	4	4
Cipolla	2	2	2
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Frittata con prosciutto e formaggio			
Uova pastorizzate	50	60	80
Patate	20	30	40
Prosciutto cotto	20	20	30
Mozzarella	20	20	30
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Olio e.v.o., sale e aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Hamburger di bovino ai ferri / pane / formaggio			
Carne di bovino adulto 1°Cottura	60	70	100
Uova pastorizzate	10	15	15
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Latte UHT intero	10	15	20
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	10	10	15
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Panino per hamburger	50	50	50
Formaggio a fette	10	10	10
Insalata verde	20	20	20
Salsa ketchup a parte	6-8	6-8	6-8

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Medaglione arcobaleno			
Carne di tacchino	70	80	100
Uova pastorizzate	10	10	15
Piselli surgelati	7	7	10
Carote	5	5	5
Pangrattato	10	15	20
Olio e.v.o.	5	5	5
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Medaglione/hamburger al pomodoro			
Carne di bovino adulto 1°Cottura	60	70	100
Uova pastorizzate	10	15	15
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Latte UHT intero	10	15	20
Pangrattato	10	10	15
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Salsa di pomodoro:			
Pomodori pelati	25	30	35
Olio e.v.o.	2	3	3
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Medaglione/hamburger al forno			
Carne di bovino adulto 1°Cottura	60	70	100
Uova pastorizzate	10	15	15
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Latte UHT intero	10	15	20
Pangrattato	10	10	15
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	2	2	3
Polpette di bovino in umido			
Carne di bovino adulto 1°cottura	60	70	100
Pomodori pelati	25	30	35
Olio e.v.o.	2	3	3
Uova pastorizzate	10	15	15
Parmigiano Reggiano	5	5	7
Latte UHT intero	10	15	20
Pane grattugiato	10	10	15
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Sale, aromi e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Polpette di ricotta e spinaci			
Ricotta	30	40	50
Spinaci surgelati	15	17	20
Patate	18	22	25
Pangrattato	20	25	30
Uova pastorizzate	5	7	10
Parmigiano Reggiano	3	4	5
Olio e.v.o.	2	2	2
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Salsiccia di suino in umido			
Salsiccia di puro suino	60	80	100
Pomodori pelati	30	40	50
Olio e.v.o.	2	2	3
Piante aromatiche e ortaggi per salsa	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Salsiccia di suino al forno			
Salsiccia di puro suino	60	80	100
Olio e.v.o.	2	2	3
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Spiedini di pollo e tacchino / pollo e salsiccia			
Petto di pollo	40	40	60
Carne di tacchino <i>oppure</i>	40	40	60
Salsiccia di puro suino	40	40	60
Olio e.v.o.	4	4	6
Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Peperoni	20	20	30
Tortino al parmigiano			
Uova pastorizzate	50	60	80
Parmigiano Reggiano	10	10	15
Olio e.v.o.	5	5	7
Patate	15	20	40
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Tortino di spinaci			
Uova pastorizzate	50	60	80
Spinaci	20	25	30
Patate	15	15	20
Parmigiano Reggiano	8	8	10
Olio e.v.o.	5	5	7
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Tortino alle erbe fini			
Uova pastorizzate	50	60	80
Erbe fini (basilico, maggiorana, rosmarino, erba cipollina)	q.b.	q.b.	q.b.
Patate	15	15	20
Parmigiano Reggiano	8	8	10
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Tortino di zucchine			
Uova pastorizzate	50	60	80
Zucchine saltate	20	25	30
Patate	15	15	20
Olio e.v.o.	5	5	7
Parmigiano Reggiano	8	8	10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Tortino di erbette			
Uova pastorizzate	50	60	80
Erbette	20	25	30
Patate	15	15	20
Parmigiano Reggiano	8	8	10
Olio e.v.o.	5	5	7
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI FREDDI

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Formaggio (Crescenza, Robiola fresca, Quark, Asiago, Fontal, Emmental, Mozzarella fiordilatte, Linea, Taleggio)	50/60	50/60	100/120
Prosciutto cotto	60	80	100
Prosciutto crudo	60	80	100
Tonno sott'olio (ben sgocciolato)	60	70	90
Bresaola/manzo affumicato con olio e limone			
Bresaola/Manzo	60	80	100
Olio e.v.o.	2	2	3
Limone	1x4	1x4	1x4
Arrosto di tacchino con olio e limone			
Arrosto di tacchino senza polifosfati	60	80	100
Olio e.v.o.	2	2	3
Limone	1x4	1x4	1x4

N.B. Per le MEZZE-PORZIONI le grammature dei piatti freddi andranno dimezzate.

CONTORNI

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Carote al forno o all'olio			
Carote	100	140	180
Olio e.v.o.	5	5	7
Aromi: aglio, alloro	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Carote gratinate			
Carote	100	140	180
Parmigiano Reggiano	3	3	3
Pangrattato	5	5	5
Olio e.v.o.	2	2	2
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Carote e piselli all'olio			
Carote	60	70	80
Piselli surgelati	50	60	70
Olio e.v.o.	3	4	5
Rosmarino / Salvia	2 / 2	2 / 2	2 / 2
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Cavolfiori gratinati			
Cavolfiori	130	160	190
Parmigiano Reggiano	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Fagiolini lessi caldi / saltati / all'olio			
Fagiolini surgelati	100	120	140
Olio e.v.o.aromatizzato con aglio e rosmarino	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Fagiolini al pomodoro			
Fagiolini surgelati	100	120	140
Pomodori pelati	30	40	60
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Olio e.v.o.	3	3	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Finocchi gratinati			
Finocchi	120	140	160
Olio e.v.o.	5	5	7
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	3	3	3
Insalata verde			
Insalata verde	25	35	50/75
Olio e.v.o.	5	5	7
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata verde e pomodori			
Insalata verde	20	30	40/50
Pomodori	50	80	100
Olio e.v.o.	5	5	7
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Insalata di pomodori			
Pomodori	100	130	160
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Origano	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata mista			
Insalata verde	25	35	50/75
Carote	25	35	50/75
Olio e.v.o.	5	5	7
Aceto / sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata di carote			
Carote	50	70	100
Olio e.v.o.	5	5	7
Limone	20	20	20
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata di carote e finocchi			
Carote	30	35	50/70
Finocchi	30	35	50/70
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Limone	10	10	15
Insalata di finocchi			
Finocchi	60	80	110
Olio e.v.o.	5	5	7
Limone	20	20	20
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Insalata di verza e carote			
Carote	30	35	50/70
Cavolo verza	25	30	40/60
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Limone a parte	15	15	20
Aceto di vino	q.b.	q.b.	q.b.
Mix di verdure cotte			
Patate	50	60	70
Broccoli	40	50	50
Carote	20	30	40
Olio e.v.o.	5	7	10
Sale e aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Patate al forno			
Patate	140	170	200
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi: rosmarino, aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Purea di patate			
Patate	120	140	160
Latte	lt 3 per 100 porzioni	lt 3 per 100 porzioni	lt 3 per 100 porzioni
Burro	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Patate lesse calde			
Patate	140	170	200
Olio e.v.o.	3	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Piselli all'olio			
Piselli surgelati	60	80	110
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Spinaci/costine all'olio			
Spinaci/Costine	110	140	160
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Spinaci/costine olio e parmigiano			
Spinaci/Costine	110	140	160
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Spinaci burro e parmigiano			
Spinaci	110	140	160
Burro	3	4	4
Parmigiano Reggiano	3	4	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Verdura in pinzimonio			
Carote a stick	40	55	55
Finocchi a fette	30	40	40
Peperoni gialli a filetti	20	30	30
Peperoni rossi a filetti	20	30	30
Olio e.v.o.	10	10	10
Sale	1	1	1
Zucchine primavera			
Zucchine	110	130	150
Olio e.v.o.	5	5	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Zucchine olio e parmigiano			
Zucchine	110	130	150
Olio e.v.o.	5	5	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano	5	5	5

PANE FRUTTA E DESSERT

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1°grado/Adulti
Pane	50	50	100
Grissini	15	30	45
Frutta fresca di stagione	150	150	150
Melone/anguria/ananas	200	200	200
Budino	n. 1 vasetto gr. 125	n. 1 vasetto gr. 125	n. 1 vasetto gr. 125
Succo di frutta (no kiwi, frutti di bosco)	porzione brik ml 200	porzione brik ml 200	porzione brik ml 200
Dolce da forno	40	40	40
Yogurt alla frutta (no banana, kiwi, frutti di bosco)	n. 1 vasetto gr. 125	n. 1 vasetto gr. 125	n. 1 vasetto gr. 125
Mousse di frutta (no kiwi, frutti di bosco)	n. 1 conf. gr.100	n. 1 conf. gr.100	n. 1 conf. gr.100

CESTINI DA VIAGGIO

<u>BAMBINI</u>	
Pane (formato bocconcino) Focaccia bianca Pizza Formaggio stabilizzato: Marmellata o Barretta di cioccolato Dolce da forno <i>oppure</i> Budino stabilizzato Succo di frutta no gusto arancia Banana Acqua minerale naturale	2 panini da gr. 40 cad. 1 pezzo da gr. 40 cad. 1 pezzo da gr. 40 cad. Formaggino gr. 50 Formaggio sottovuoto gr. 50 gr. 50 gr. 40 gr. 125 1 brik da 200 ml gr. 150 1 bottiglia da 500 ml

<u>ADULTI</u>	
Pane (formato bocconcino) Focaccia bianca Pizza Formaggio stabilizzato: Marmellata o Barretta di cioccolato Dolce da forno <i>oppure</i> Budino stabilizzato Succo di frutta (no gusto arancia) Banana Acqua minerale naturale	3 panini da gr. 40 cad. 2 pezzo da gr. 40 cad. 1 pezzo da gr. 40 cad. Formaggino gr. 75 Formaggio sottovuoto gr. 50 gr. 50 gr. 40 gr. 125 1 brik da 200 ml gr. 150 1 bottiglia da 500 ml

N.B. Si richiede la fornitura di stoviglie (posate, tovaglioli e bicchieri) a perdere.

DIETA IN BIANCO

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia	Grammature Scuola Primaria	Grammature Sec. 1° grado/Adulti
Pasta o riso all'olio			
Pasta o riso	60	70	90
Olio e.v.o.	5	5	5
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Carne ai ferri			
Fettina di bovino/pollo/tacchino	60	90	110
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Bresaola olio e limone			
Bresaola	60	80	100
Olio e.v.o.	2	2	3
Limone	1x4	1x4	1x4
Prosciutto crudo di Parma	60	80	100
Verdura lessa			
Patate o carote o fagiolini lessi	100	130	150
Olio e.v.o.	5	7	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Svizzera di bovino			
Carne di bovino di prima cottura	60	70	100
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Svizzera con carni bianche			
Carne di pollo o tacchino di 1° cottura	60	70	100
Olio e.v.o.	5	5	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Filetto di platessa lessa olio e limone			
Platessa (peso lordo)	90	120	140
Olio e.v.o.	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
limone	1x4	1x4	1x4
Pane e Frutta			
Pane comune	50	50	100
Mela	n. 1	n. 1	n. 1

N.B. Tutte le grammature indicate nelle presenti tabelle devono ritenersi al netto degli scarti, eccetto dove diversamente indicato.

MERENDE SCUOLA INFANZIA

Descrizione piatti	Grammature Scuola Infanzia
Latte / latte+cacao / latte+orzo / latte+miele	
Latte	150 ml
Cacao amaro	7
Orzo solubile	5
Miele	10
<u>Possibili abbinamenti al latte:</u>	
Fette biscottate	20/30
Biscotti secchi	20/30
Riso soffiato	10
Corn flakes	20
Spremuta d'arancia	200 ml
The freddo o caldo / tisana alla frutta	200 ml (1 bustina x 2)
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti (no arancia, kiwi, frutti di bosco)	1 brik da 200 ml
<u>Possibili abbinamenti alle bevande suddette:</u>	
Fette biscottate / Pane con marmellata / miele / crema di ricotta e cacao / crema di cioccolato e nocciole / barretta di cioccolato	
Fette biscottate	20/30
Pane	40
Marmellata / miele / crema di ricotta e cacao / crema di cioccolato e nocciole / barretta di cioccolato	20
Pane con olio+origano / olio+pomodoro+origano	
Pane	40
Pomodoro	50
Olio e.v.o.	3
Sale e origano	q.b.
Focaccia / Pizza al pomodoro	50
Dolce da forno	40
Mousse di frutta (no kiwi, frutti di bosco)	n. 1 conf. gr.100
Yogurt alla frutta (no banana, kiwi, frutti di bosco)	n. 1 vasetto gr. 125
Budino	n. 1 vasetto gr. 125
Banana	n. frutto da 130 gr
Anguria o melone	200