



SERVIZIO DI RISTORAZIONE

ALLEGATO TABELLE DIETETICHE E DELLE GRAMMATURE

Per la redazione delle tabelle dietetiche sono state utilizzate, come criterio ispiratore, le linee di indirizzo nazionali per la ristorazione scolastica (D.L. 28 ottobre 2021) e le linee guida di ATS Insubria per la ristorazione scolastica.

La composizione delle ricette e dei menù deriverà pertanto sia dalle indicazioni pubblicate nei citati documenti, sia dalle osservazioni e dai dati raccolti nel corso del tempo, in relazione al gradimento, da parte degli alunni, delle pietanze proposte.

Il pasto a scuola rappresenta solo una delle varie occasioni alimentari della giornata, pertanto va considerato come proposta il più possibile equilibrata, nutrizionalmente adeguata, ma anche sin dove possibile, in sintonia con il gusto dell'utenza.

L'apporto calorico di riferimento per il pasto consumato a scuola rappresenta circa il 40% rispetto a quello dell'intera giornata. La composizione classica prevede un primo piatto, un secondo accompagnato da un contorno, la frutta ed il pane. Una volta alla settimana potrà essere proposto un "piatto unico", come ad esempio pasta e legumi, pizza, accompagnati da verdure fresche. Sarà garantita l'alternanza delle fonti proteiche: carne, pesce, uova, latticini, legumi.

Frequenze di consumo di riferimento utilizzate per la composizione del menù

Alimenti	Frequenza di consumo
Cereali	1 porzione tutti i giorni. Saranno proposti anche cereali alternativi alla pasta e al riso, come orzo, farro, avena, miglio, amaranto, grano saraceno, cous cous, pasta e riso integrali ecc., ed il primo piatto in brodo potrà essere presente almeno una volta alla settimana.
Piatto unico (lasagne, pizza, polenta, piadina, pizzoccheri, etc)	1 volta alla settimana. Per esigenze specifiche (al fine di evitare un incompleto consumo del pasto da parte dell'utenza), in abbinamento al piatto unico potrà essere proposta mezza razione di secondo piatto, con eventuale correlata diminuzione delle grammature previste per il piatto unico.
Carni	1-2 volte alla settimana. La carne rossa o bianca (compresi gli affettati) sarà indicativamente proposta una volta alla settimana. Potrà essere occasionalmente proposta 2 volte nella stessa settimana, in base alle alternanze previste per le altre fonti proteiche.
Pesce	1-2 volte settimana. Le impanature sono preparate presso le cucine ed i centri cottura. Non è previsto l'utilizzo di prodotti nella cui composizione industriale sia presente una impanatura già pronta (Es. cotolette, bastoncini di pesce ecc.). Il pesce potrà essere proposto anche sotto forma di crocchette o polpette, sempre preparate presso le cucine o i centri cottura.
Uova	1 volta settimana. Sarà utilizzato uovo con guscio nelle cucine di asili nido e scuole dell'infanzia. Sarà utilizzato prevalentemente il misto d'uovo pastorizzato nei centri cottura.

Formaggi	1 volta settimana. I formaggi proposti possono essere di tipo fresco o stagionato.
Salumi	2 volte al mese. Del tipo DOP (prosciutto crudo) o IGP (bresaola), oppure prosciutto cotto di Alta Qualità, privo di polifosfati e di glutammato monosodico.
Verdure	Tutti i giorni. crude e cotte, prevalentemente fresche di stagione per nidi e scuole infanzia, possibile l'utilizzo del prodotto surgelato per le verdure da cuocere. Le verdure crude saranno proposte in abbinamento agli alimenti più ricchi di sale, come pasta ripiena, affettati, formaggi, pizza etc.
Patate	2 volte/mese. E' preferibile proporle in associazione ad un primo piatto in brodo.
Legumi	1 -2 volte settimana. Saranno utilizzati come componente del primo piatto (es. pasta e lenticchie) o in associazione alle verdure (es. bis di carote e piselli), o sotto forma di hamburger o polpette come secondo piatto.
Frutta	Prevista tutti i giorni. Presso le scuole dell'infanzia ed i nidi, ove possibile, sarà proposta invece che come fine pasto come spuntino della mattina.
Dessert	2 volte al mese potrà essere proposto solo a merenda o yogurt o budino o gelato o torte semplici.
Pane	Tutti i giorni, a ridotto contenuto di sale e senza grassi aggiunti. Pane integrale 1 o 2 volte/settimana
Condimenti	Tutti i giorni. Previsto l'utilizzo di olio extravergine d'oliva da aggiungere sia ai primi piatti che alle verdure. È possibile aggiungerlo a crudo nelle preparazioni dei secondi piatti che lo prevedono. Sarà utilizzato il burro per la preparazione dei piatti della tradizione (es. besciamella, risotti).
Sale	Per la salatura delle pietanze è previsto l'utilizzo solo del sale di tipo iodato . Sarà utilizzato solo in minime quantità e solo se necessario. Per carne, pesce, sughi ecc. sarà privilegiata l'aggiunta di erbe aromatiche.
Acqua	Gli alunni avranno a disposizione acqua di rete durante il pasto, nelle scuole primarie e secondarie di primo grado. Per i nidi e le scuole dell'infanzia è prevista la fornitura di acqua minerale naturale ai pasti.

Alimenti che non possono essere utilizzati e sostanze che non devono essere presenti nella lista degli ingredienti.
Glutammato monosodico; grassi idrogenati;
Additivi: polifosfati, solfiti
Squaloidi fino alla scuola secondaria di 1° grado. Molluschi e crostacei.
Estratto di carne o preparato per brodo di carne (granulare o dado).
Tutti i prodotti prefritti, precucinati e prepanati.
Tutti i tipi di würstel, anche di pollo o di tacchino.
Creme di cioccolato spalmabili
Succhi di frutta con zuccheri aggiunti
Thè non decaffeinato e zuccherato.
Bibite zuccherate
Zucchero aggiunto alle merende

Tabelle dietetiche nidi

Apporti raccomandati di energia, nutrienti e fibra riferiti a PRANZO per i bambini dai 12 ai 36 mesi

Energia (Kcal) relativa al 40% dell'energia giornaliera	340-570
Proteine (10-15% del pasto)	5,2-6,6 g
Rapporto proteine animali/vegetali	0,66
Grassi (25-30% del pasto)	10-19 g
Grassi saturi (<10%)	<6 g
Carboidrati (55-60% del pasto)	50-91 g
Carboidrati semplici (<15%)	<23 g
Ferro	5 mg
Calcio	280 mg
Fibra	5g

Grammature

Tutti i pesi proposti sono da considerarsi al crudo e al netto degli scarti

Alimenti	Grammatura di riferimento
Primi piatti	g
Gnocchi	100
Ravioli per asciutti freschi	55
Pasta, riso, farro, orzo, miglio, quinoa, avena, farina di mais, grano saraceno	40
Polenta (farina di mais)	45
Pizza margherita (base/pasta di pane)	60

Secondi piatti	g
Carne	40
Affettati: prosciutto crudo, prosciutto cotto, bresaola	30
Uovo di gallina intero (n.)	1/2
Pesce	40
Formaggi freschi	30

formaggi stagionati	20
Legumi freschi o surgelati se sostituiscono secondo piatto	80
Legumi secchi	40
Contorni	g
Verdura cotta	80
Verdura cruda	50
Legumi freschi come contorno	50
Patate se sostituiscono primo piatto	200
Patate come contorno o purè	80
Condimenti	g
Olio oliva extravergine	5
Burro crudo	2
Parmigiano	3
Pane	g
Pane senza condimenti aggiunti e a ridotto contenuto di sale	30
Frutta/dessert	g
Banane, cachi, uva	35
Arance, mele, pere, kiwi.	50
Yogurt/budino conf.	60

INDICAZIONI PER UN CORRETTO DIVEZZAMENTO

DAL 6° MESE:

- Tutti i giorni brodo vegetale preparato con patate, carote e sedano;
- Nel brodo vegetale verranno aggiunti: 20 g di crema di riso, crema di mais, tapioca o altri cereali;
- Come secondo piatto si alterna: 30-40 g di legumi decorticati e passati (non frullati) preferibilmente piselli, lenticchie rosse e fagioli; 40 g di carne omogeneizzata in vasetto oppure 20 g di carne fresca da omogeneizzare;
- Olio extravergine di oliva: un cucchiaino (5 g);
- Frutta: mela o pera;
- Non aggiungere parmigiano e sale fino al 1° anno di vita.

➤ MERENDA: latte artificiale o di proseguimento (o secondo parere del Pediatra)

DAL 7° MESE:

- A giorni alterni: brodo vegetale o passato di verdura (patate, carote, zucchine, sedano, erbe o coste) con 20 g pastina per la prima infanzia o riso arboreo;

- Come secondo piatto si alterna: g di legumi decorticati e passati (non frullati) preferibilmente piselli, lenticchie rosse e fagioli; 40 g di carne omogeneizzata in vasetto oppure 20 g di carne fresca da omogeneizzare, 10 g di parmigiano grattugiato o 20 g formaggio fresco o ipolipidico una volta alla settimana;
- Olio extravergine di oliva: un cucchiaino (5 g);
- Frutta: mela, pera o banana;
- Non aggiungere parmigiano e sale alla pappa fino al 1° anno di vita.

➤ MERENDA: latte di proseguimento (o secondo parere del Pediatra)

DAL 8° ALL'11° MESE:

- A giorni alterni: brodo vegetale o passato di verdura (patate, carote, zucchine, sedano, erbe aromatiche) con pastina per la prima infanzia o riso arboreo;
- Una volta alla settimana: passato di legumi decorticati e passati (non frullati) e verdura con 20 g pastina per la prima infanzia o riso arboreo;
- Olio extravergine di oliva: un cucchiaino (5 g);
- Come secondo piatto si alterna: g di legumi decorticati e passati (non frullati) preferibilmente piselli, lenticchie rosse e fagioli; 40 g di carne omogeneizzata in vasetto oppure 20 g di carne fresca da omogeneizzare, 10 g di parmigiano grattugiato o 20 g di formaggio fresco (stracchino, crescenza, casatella, ricotta) una volta alla settimana; pesce lessato diliscato 20 g (alternato ad 80 g di omogeneizzato di pesce) a scelta tra sogliola, nasello, merluzzo, halibut, pesce persico, dentice, cernia, orata, trota, spigola, salmone; un tuorlo d'uovo cotto;
- Frutta: mela, pera, arancia o banana;
- Non aggiungere parmigiano e sale alla pappa fino al 1° anno di vita.

➤ MERENDA: latte di proseguimento (o secondo parere del Pediatra)

Ingredienti NON concessi nella ristorazione scolastica per i nidi
Glutammato monosodico; grassi idrogenati;
Additivi: polifosfati, solfiti etc.
Tonno, squaloidi, molluschi e crostacei.
Brodo di carne fino al 1° anno di vita, Estratto di carne, preparato per brodo di carne e vegetale (granulare o dado).
Tutti i prodotti prefritti, precucinati e prepanati.
Tutti i tipi di würstel, anche di pollo o di tacchino.
Crema di cioccolato spalmabili .
Succhi di frutta.
Thè.
Miele

Bibite zuccherate
Zucchero aggiunto alle merende
Purè istantaneo in busta;
Prosciutto cotto/affettati fino al 1° anno di vita;
Pesto.

LINEE GUIDA PER UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE VEGETARIANA

In linea generale i soggetti che scelgono una dieta vegetariana dovrebbero porre attenzione alle seguenti indicazioni:

- Variare il più possibile la propria alimentazione, che deve includere cereali integrali, frutta e verdura, legumi, frutta a guscio e, se possibile, latte e uova e loro derivati. ➤ Limitare i prodotti raffinati, privilegiando gli alimenti integrali ed evitare il consumo di zuccheri semplici e prodotti eccessivamente grassi.
- Se l'alimentazione prevede anche alimenti di origine animale, è preferibile consumare prodotti meno ricchi di grassi, come latte parzialmente scremato e formaggi freschi. L'apporto eccessivo di latte e uova causa l'eccessiva assunzione di acidi grassi saturi, responsabili della formazione di placche ateromatose sulla parete dei vasi sanguigni, e c'è il rischio che questi alimenti sostituiscano i quelli di origine vegetale.
- Occorre valutare attentamente le eventuali carenze alimentari e utilizzare gli alimenti fortificati o le supplementazioni di vitamine e oligoelementi.
- Dopo i 6 mesi di vita il fabbisogno di ferro aumenta e l'allattamento al seno esclusivo non è più sufficiente a coprirlo. In questo caso è necessaria una supplementazione di ferro, e di Vitamina D se l'assunzione con gli alimenti e l'esposizione al sole è limitata.
- Non bisogna ridurre l'apporto di grassi nei bambini di età inferiore ai due anni. Dai 18 mesi è possibile prevedere il consumo di frutta a guscio, semi, avocado, oli vegetali che sono ricchi di acidi grassi essenziali.

LA DIETA VEGETARIANA DURANTE LO SVEZZAMENTO E AL NIDO

La dieta vegetariana nel bambino in fase di svezzamento deve essere correttamente pianificata per evitare le carenze nutrizionali che in fase di sviluppo possono risultare ancora più dannose che nel soggetto adulto. Le sostanze potenzialmente carenti in una dieta vegetariana sono gli amminoacidi essenziali, le vitamine del gruppo B, la vitamina D, il calcio, il ferro e lo zinco. Un motivo per cui è consigliabile ritardare l'inizio di una dieta vegana è che i bambini possiedono un apparato digerente ancora in sviluppo e, pertanto, potrebbero non tollerare un'elevata quantità di fibre.

Non esistono linee guida ufficiali per lo svezzamento, che dovrebbe incominciare dopo il 6° mese di

vita, ma è importante introdurre gradualmente cibi diversi mentre il bambino è ancora allattato al seno, o, ove non è possibile, allattato con latte artificiale. Di seguito, indichiamo alcune proposte per pianificare correttamente l'alimentazione del bambino latte-ovo vegetariano.

DAL 6° MESE:

- Tutti i giorni brodo vegetale preparato con patate, carote e sedano;
- Nel brodo vegetale verranno aggiunti: crema di riso, crema di mais, tapioca o miglio (cereali senza glutine);
- Come secondo piatto si alterna: legumi decorticati e passati (non frullati) preferibilmente piselli e fagioli; parmigiano grattugiato o formaggio fresco (robiola, crescenza, ricotta);germe di grano.
- Olio extravergine di oliva
- Frutta: mela, pera, banana, prugna;
- Non aggiungere sale fino al 1° anno di vita

➤ MERENDA: latte artificiale o di proseguimento (o secondo parere del Pediatra)

DAL 7° MESE:

- A giorni alterni: brodo vegetale o passato di verdura (patate, carote, zucchine, sedano, erbe, coste, zucchine, finocchi) con pastina per la prima infanzia, riso arboreo, farine di grano, orzo, segale, avena;
- Come secondo piatto si alterna: legumi decorticati e passati (non frullati) preferibilmente piselli e fagioli; parmigiano grattugiato o formaggio fresco (robiola, crescenza, ricotta);germe di grano; yogurt.
- Olio extravergine di oliva.
- Frutta: mela, pera, banana, prugna;
- Non aggiungere sale fino al 1° anno di vita.

➤ MERENDA: latte di proseguimento (o secondo parere del Pediatra)

DAL 8° ALL'11° MESE:

- A giorni alterni: brodo vegetale o passato di verdura (patate, carote, zucchine, sedano, erbe, coste, zucchine, finocchi, verza, cavoli, asparagi) con pastina per la prima infanzia, riso arboreo, farine di grano, orzo, segale, avena;
- Come secondo piatto si alterna: legumi decorticati e passati (non frullati) come piselli, fagioli e lenticchie; parmigiano grattugiato o formaggio fresco (robiola, crescenza, ricotta);germe di grano; yogurt; un tuorlo d'uovo cotto;
- Olio extravergine di oliva.
- Frutta: mela, pera, banana, prugna, agrumi, pesca, albicocca, uva, anguria;
- Non aggiungere sale fino al 1° anno di vita.

DAL 12° MESE:

- Pasta, riso, gnocchi, polenta, quinoa, mais, kamut, cous cous, cereali integrali. Minestre o passati di verdura almeno una volta alla settimana.
- E' possibile introdurre i pomodori e gli spinaci.
- È possibile introdurre latte vaccino, fresco, intero e di alta qualità o latti formulati per l'infanzia o bevande a base di cereali (latte di riso, di soia, di avena ecc.);
- Come secondo piatto è possibile introdurre l'albume d'uovo cotto.

DAL 18° MESE:

- È possibile introdurre fragole, meloni, lamponi e frutta secca e denocciolata non a guscio come prugne, albicocche, uva passa.

CONSIGLI PRATICI:

- Tutti gli alimenti devono essere introdotti gradualmente e in famiglia prima che all'Asilo. ➤ Variare il più possibile gli alimenti, utilizzando ricette originali per abituare il bambino a una dieta ricca di colori e gusti differenti.
- Prediligere frutta e verdura di stagione, più ricca di vitamine e sali minerali e più rispettosa dell'ambiente.
- Cominciare lo svezzamento con cereali raffinati e non integrali e legumi passati e non frullati per permettere maggiore assorbimento di ferro e limitare la quota di fibre che potrebbe compromettere le normali funzioni del piccolo apparato gastrointestinale.
- È possibile utilizzare creme di cereali già pronte in commercio, oppure utilizzare cereali cotti in brodo vegetale fino al completo assorbimento dell'acqua. Se si usano cereali integrali è necessario passarli nel passaverdura una volta cotti per eliminare la parte fibrosa.
- Introdurre i legumi passati cominciando con un cucchiaino per poi passare gradualmente alla porzione completa.
- Grattugiare o schiacciare la frutta, oppure cuocerla e passarla.
- È possibile utilizzare erbe aromatiche come prezzemolo, rosmarino, timo, basilico. ➤ Condire le pappe e gli alimenti solo con olio extravergine di oliva.

SCUOLE DELL'INFANZIA, DELL'OBBLIGO, SECONDARIE DI 1° ED ADULTI

TABELLA DELLE GRAMMATURE

Tutti i pesi degli alimenti proposti sono da considerarsi al crudo e al netto degli scarti

<i>Alimenti</i>	<i>Scuole dell'infanzia 3- 5 anni*</i>	<i>Scuole dell'obbligo 6 – 11 anni</i>	<i>Scuole secondarie 1° 12-15 anni</i>	<i>Adulti</i>
PRIMI PIATTI				
Gnocchi	120 g	150 g	200 g	220 g

Pasta, riso o altri cereali	50 g	70 g	80 g	80 g
Ravioli per asciutti freschi	80 g	100 g	130 g	130 g
Pomodori pelati	50 g	60 g	50 g	50 g
PANE E POLENTA				
Pane senza condimenti aggiunti	40 g	40 g	50 g	50 g
Polenta (farina)	50 g	60 g	70 g	80 g
Base per pizza	80 g	100 g	120 g	140 g
SECONDI PIATTI				
Carni: vitello, tacchino, pollo, maiale, vitellone	40 g	50 g	60 g	80 g
Pesci: merluzzo, trota, palombo, platessa	50 g	60 g	80 g	120 g
Formaggi a pastadura: parmigiano, Asiago dop, Emmental...)	30 g	40 g	50 g	50 g
Formaggi a pasta molle: mozzarella, robiola, primo sale..)	40 g	50 g	60 g	100 g
Salumi: prosciutto cotto, prosciutto crudo, bresaola	40 g	50 g	60 g	100 g
Uovo di gallina intero (peso medio 50 g)	1	1 + ½	2	2
CONTORNI				
Patate	100 g	120 g	150 g	200 g
Purè di patate	100 g	120 g	150 g	170 g
Insalata in foglia	40 g	50 g	70 g	80 g
Verdura cruda o da cuocere	100 g	120 g	150 g	170 g
FRUTTA				
Banane, cachi, uva, fichi...	50 g	80 g	100 g	120 g
Altra frutta (Arance, mele, kiwi....)	100 g	150 g	200 g	200 g
CONDIMENTI				
Olio extravergine di oliva	5 g	6 g	7 g	8 g
Parmigiano reggiano	5 g	5 g	6 g	6 g
Burro crudo	3 g	5 g	5 g	5 g

- per questa fascia di età, come primi piatti saranno utilizzati formati di prodotto (pasta, gnocchi) di

dimensioni ridotte, per favorire una migliore e più completa masticazione.

MERENDE PER SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA

Tipologie di merende pomeridiane complete di relative grammature da alternare anche secondo la stagione:

Pane gr. 40 con cioccolato fondente gr.20

Pane gr. 40 con marmellata o miele gr. 20

Thè deteinato con biscotti secchi n°2/3 o focaccia gr. 45/50

Spremuta di arancia gr.100 con crackers g. 15/20

Budino gr. 125

Gelato gr. 50- 80

Frutta/macedonia di frutta fresca gr.100

Yogurt al naturale o alla frutta gr. 125

Latte intero gr. 150 con biscotti secchi n° 2/3

Prodotti da forno semplici g. 100 – 120, privi di conservanti

Pop corn gr. 30, privi di sale aggiunto

RICETTARIO

Il ricettario proposto descrive le possibili preparazioni che rientrano nella rotazione stagionale. Ogni proposta potrà essere utilizzata per incrementare la variabilità dei piatti offerti. Alcune ricette prevedono suggerimenti per la preparazione, utili per rendere la pietanza più gradita ed appetibile.

PRIMI PIATTI IN BRODO

Per i nidi viene utilizzata Pomodori pelati/polpa in bottiglia di vetro (*)

Per nidi e materne viene utilizzato battuto di basilico (**)

ORZOTTO AI PORRI	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Orzo			g.35	g.50
Patate			g.20	g.30
Carote			g.7	g.10
Cipolle			g.20	g.30

Sale			g. 0,10	g. 0,12
Olio extravergine di oliva			g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano			g.5	g.5

MINESTRA DI VERDURE CON ORZO, FARRO O PASTINA	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta formato piccolo o altro	g.20	g.30	g.40	g.50
Verdure cubettate (sedano carote cipolle zucchine, patate o altre verdure)	g.60	g.100	g.120	g.120
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASSATO DI VERDURA (ev. con legumi) CON PASTA, CROSTINI O ALTRO CEREALE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pastina, farro o altro cereale	g.20	g.25/30	g.30	g.40
Crostini	g.20	g.25	g.30	g.35
Verdura mista surgelata o fresca	g.60	g.80	g.100	g.120
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Se passato di <u>verdure e legumi</u> mettere anche lenticchie secche come ingrediente come da tabella				
Lenticchie secche	g.9	g.10	g.15 g.10 con crostini	g.18 g.12 con crostini

PASSATO DI LEGUMI CON RISO, CROSTINI O ALTRO CEREALE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso, farro o altro cereale	g.20	g.25	g.30	g.40
Crostini	g.20	g.25	g.30	g.35
Carote, cipolla, sedano	g.6	g.8	g.9	g.12
Fagioli Borlotti secchi	g. 6	g.8	g.10	g.12
Lenticchie secche	g. 6	g.8	g.10	g.12

Ceci secchi	g. 6	g.8	g.10	g.12
Patate fresche	g.7	g.10	g.13	g.15
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASTINA O MIGLIO IN BRODO VEGETALE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta formato piccolo o miglio	g.20	g.25	g.40	g.50
Brodo di verdure (carota,cipolla,sedano)	g.6	g.7	g.9	g.12
Patate	g.3	g.4	g.5	g.6,5
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Zucchine	g.2	g.2	g.3	g.4
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

ZUPPA DI FARRO (grammatura per 30 bb.)	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Farro	g.1200	g.1500	g.2100	g.2400
Carota	g.100	g.150	g.200	g.240
Cipolla	g.100	g.150	g.200	g.240
Sedano	g.100	g.150	g.200	g.240
Pomodori pelati/polpa	g.200*	g.300	g.400	g.500
Patate	g.200	g.330	g.400	g.500
Aglio, rosmarino, basilico	g.50	g.70	g.100	g.120
Olio e Parmigiano Reggiano a termine cottura	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Tritare cipolla, sedano, carote, aglio e aggiungere il pomodoro, il rosmarino e il basilico, preparare un sugo di base, mettere da parte.

Portare a bollire l'acqua salata e cucinare il farro sino a completamento di cottura.

Aggiungere il farro alle verdure precedentemente preparate e mescolare, aggiungere l'olio e il Parmigiano Reggiano.

Il farro dovrà essere abbondantemente sciacquato prima della cottura, con acqua corrente.

PRIMI PIATTI

<i>GNOCCHETTI SARDI POMODORO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g.50	g.70	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.10*	g.15	g.20	g.30
Cipolla	g.1	g.3	g.5	g.6
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Ricotta	g.10	g.15	g.20	g.30
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Preparare il sugo con Pomodori pelati/polpa, cipolla, basilico e olio; a fuoco spento aggiungere la ricotta. Cuocere la pasta scolare, condire e servire.				

<i>GNOCCHI AL POMODORO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Gnocchi / chicche di patata	g.100	g.120	g.150	g.200/220
Pomodori pelati/polpa	g.10 *	g.15	g.20	g.25
Carota	g.2	g.5	g.10	g.12
Cipolla	g.2	g.5	g.10	g.12
Sedano	g.2	g.5	g.10	g.12
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10

<i>INSALATA DI ORZO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Orzo perlato	g.40	g.50	g.70	g.80
Pomodori freschi a pezzetti	g.20	g.30	g.40	g.50
Mais	g.10	g.15	g.20	g.25
Carote	g.20	g.30	g.40	g.50
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA DI FARRO AL BATTUTO DI BASILICO E POMODORI	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Farro	g.40	g.50	g.70	g.80
Pomodori freschi a pezzi	g.20	g.30	g.40	g.50
Basilico fresco (pesto)	g.10	g.10	g.10	g.15
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AGLI AROMI	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta o pasta integrale	g 40	g 50	g. 70	g. 80
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Aromi (basilico, salvia, rosmarino, erba cipollina, prezzemolo...)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Tritare finemente le erbe aromatiche, lasciarle macerare in olio per qualche ora e filtrare. Cuocere la pasta e condire con l'olio aromatizzato				

PASTA OLIO E PARMIGIANO	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g 40	g 50	g. 70	g. 80
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AL PESTO	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g. 40	g.50	g.70	g.80
Pesto senza conservanti	*	*	g.10	g.15
Olio extravergine di oliva	g.5.	g.5	g.5	g.7/8
Pesto			g. 10	g. 15
Basilico (battuto)**	g.10	g.15		

Parmigiano Reggiano	g.3	g.5		
Olio oliva extravergine	g.5	g.5		
Sale	q.b.	q.b.		
Condire la pasta con il pesto preventivamente allungato con un po' d'acqua di cottura. ** Utilizzato per nidi e materne				

PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g.50	g.70	g.80
Olio extravergine oliva	g.5	g.5	g.5	g.5
Zucchine fresche	g.10	g.15	g.20	g.25
Cipolla	g.2	g.2	g.4	g.5
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.7/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AL POMODORO	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta o pasta integrale	g.40	g.50	g.70	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.40*	g.50	g.60	g.70/80
Carote	g.10	g.15	g.25	g.30
Sedano	g.10	g.15	g.20	g.25
Cipolla	g.10	g.15	g.20	g.25
Olio di oliva extravergine.	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AL POMODORO FRESCO E BASILICO	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g.50	g.70	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.20*	g.30	g.60	g.70
Cipolla	g.1	g.2	g.5	g.6
Basilico	q b	q b	q b	q b
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AL RAGU' VEGETALE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g.50	g.70	g.80
Zucchine o altra verdura	g.30	g.30	g.70/75	g.70/75
Carote	g.	g.	g.	g.
Cipolla,sedano,carota	g.5	g.5	g.5/6	g.5/6
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Brasare la cipolla ben tritata e l'aglio a spicchi interi, eliminare l'aglio, aggiungere le zucchine e farle dorare. Aggiustare di sale, condire la pasta e aggiungere un po' di Parmigiano Reggiano.				

PASTA ALL' ORTOLANA	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g.50	g.60	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.15*	g.20	g.30	g.40
Verdure fresche di stagione	g.20	g.30	g.40	g.50
Cipolla	g.10	g.10	g.15	g.20
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10

PASTA ALL' AURORA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Carote fresche			g.3	g.3
Cipolla			g.3	g.3
Farina 00			g.3	g.3
Grana Padano			g.6	g.6
Latte parz.scremato			cc.34	cc.34
Olio extravergine oliva			g.4	g.4
Pasta			g.70	g.80
Polpa di pomodoro			g.20	g.20
Sedano			g.3	g.3
Sale			q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano			g.5	g.10

PASTA ALLO ZAFFERANO	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g. 50	g.70	g.80
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Lo zafferano va sciolto con acqua di cottura				

PASTA E BROCCOLI	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.30	g. 50	g.60	g.80
Broccoli a rosette	g.20	g.30	g.40	g.50
Cipolla	g.10	g.10	g.15	g.20
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Sale	g.0,06	g.0,08	g.0,10	g.0,12

PASTA POMODORO, PANCETTA	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta				g.80
Polpa di pomodoro				g.25
Pancetta arrotolata				g.20
Carote fresche				g.3
Sedano				g.3
Cipolla				g.3
Olio di oliva extravergine				g.6
Parmigiano Reggiano				g.10
Sale				q.b.

RAVIOLI/TORTELLI BURRO E SALVIA	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Tortelli di magro (raviolini per nido)	g.50	g.80	g.100	g.130
Burro	g.2	g.3	g.5	g.5
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10

Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
------	------	------	------	------

<i>RISOTTO AL POMODORO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso	g. 40	g.50	g.70	g.80
Cipolla	g. 3	g.6	g.10	g. 12
Brodo vegetale (con carote, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati/polpa	g. 10*	g.15	g.20	g.30
Burro	g. 2	g.3	g.5	g.5
Parmigiano Reggiano	g. 3	g.5	g.5	g.10

<i>RISOTTO ALLA PARMIGIANA</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso	g.40	g.50	g.70	g.80
Cipolla	g.3	g.6	g.10	g.12
Brodo vegetale(con carote, sedano,cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Burro	g.2	g.3	g.5	g.5
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

<i>RISOTTO ALLA ZUCCA</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso	g.40	g.50	g.70	g.80
Cipolla	g.3	g.6	g.10	g.12
Brodo vegetale (carote, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Zucca a dadini	g.30	g.40	g.50	g.60
Burro	g.2	g.3	g.5	g.5
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.5	g.5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

<i>RISOTTO ALLE VERDURE</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso	g.40	g.50	g.70	g.80
Cipolla	g.3	g.6	g.10	g.12

Verdure di stagione fresche (miste o di un solo tipo)	g.20/30	g.40/50	g.80/100	g.80/100
Brodo vegetale (carote,sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

<i>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso	g.40	g.50	g.70	g.80
Cipolla	g.3	g.6	g.10	g.12
Brodo vegetale (carote,sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Zafferano 1 bustina ogni 12 pasti				
Burro	g.2	g.3	g.5	g.5
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PIATTI UNICI

<i>INSALATA DI FARRO CON MOZZARELLA, OLIVE E POMODORO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Farro			g.60	g.80
Pomodori freschi a pezzi			g.20	g.25
Olive			g.10	g.15
Mozzarella			g.40	g.50
Olio extravergine di oliva			g.6	g.7/8
Sale			g.0,10	g.0,12

<i>INSALATA DI FARRO CON TONNO, OLIVE E POMODORO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Farro				g.80
Pomodori freschi a pezzi				g.25
Olive				g.15
Tonno				g.40
Olio extravergine di oliva				g.7/8
Sale				g.0,12

<i>INSALATA DI FARRO CON TONNO, OLIVE E POMODORO</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Farro	g.30	g.50	g.60	g.80
Pomodori freschi a pezzi	g.10	g.15	g.20	g.25
Olive	g.15	g.15	g.15	g.15
Mais surgelato	g.10	g.10	g.10	g.10
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Sale	g.0,06	g.0,08	g.0,10	g.0,12

<i>PASTA AL RAGU'</i>	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.40	g.50	g.70	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.10*	g.15	g.20	g.25
Carota	g.2	g.2	g.10	g.10/12
Cipolla	g.1	g.1	g.5	g.6
Sedano	g.1	g.3	g.5	g.6
Carne bovina	g.40	g.50	g.70	g.80
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10

<i>INSALATA DI RISO o riso semi- integrale</i>	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Riso parboiled o riso semintegrale	g.40	g.50	g.60	g.70
Pomodori a dadini	g.10	g.15	g.20	g.25
Piselli surgelati	g.10	g.15	g.20	g.25
Prosciutto cotto	g.10	g.15	g.20	g.25
Mais surgelato	g.10	g.10	g.15	g.20
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
In abbinamento al piatto sarà prevista mezza razione di formaggio con contorno di stagione				

LASAGNE ALLA BOLOGNESE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Lasagna surgelata	g.60	g.70	g.80	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.15*	g.15	g.20	g.20
Carota	g.2	g.2,5	g.3	g.4
Cipolla	g.2	g.2	g.3	g.4
Sedano	g.2	g.2,5	g.3	g.4
Olio	g.3	g.4	g.5	g.7
<u>Besciamella:</u>				
Burro	g.1	g.3	g.5	g.5
Farina	g.2	g.3,2	g.4	g.5
Latte	cc.20	cc.30	cc.40	cc.40
Carne bovina	g.20	g.20	g.25	g.40/50
Parmigiano Reggiano	g.4	g.5	g.7	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

LASAGNE VEGETARIANE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Lasagna surgelata	g.60	g.70	g.80	g.80
Pomodori pelati/polpa o pomodori freschi	g.15	g.15	g.20	g.20
Zucchine	g.5	g.10	g.10	g.10
Cipolla	g.5	g.10	g.10	g.10
Verdura di stagione	g.5	g.5	g.5	g.5
<u>Besciamella:</u>				
Burro	g.1	g.3	g.5	g.5
Farina	g.2	g.3	g.4	g.5
Latte	cc.20	cc.30	cc.40	cc.40
Parmigiano Reggiano	g.4	g.5	g.7	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
In abbinamento al piatto sarà prevista mezza razione di secondo con contorno di stagione				

PASTA AL TONNO	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e adulti
Pasta				g.80
Pomodori pelati/polpa				g.25
Carota				g.4

Cipolla				g.3
Sedano				g.4
Tonno				g.30
Olio oliva extravergine				g.5
Sale				q.b.

PASTA POMODORO E LENTICCHIE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Lenticchie secche	g.20	g.30	g.40	g.50
Pasta	g.30	g.50	g.60	g.80
Pomodori pelati/polpa	g.10*	g.15	g.20	g.25
Cipolla	g.2	g.3	g.5	g.5
Sedano	g.2	g.3	g.5	g.5
Carota	g.2	g.3	g.5	g.5
Olio extravergine di oliva	g.805	g.5	g.6	g.7/8
Parmigiano reggiano	g.3	g.5	g.5	g.5
Sale	g.0,06	g.0,08	g.0,10	g.0,12

PIADINA/FOCACCIA farcita	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Fontal			g.25	g.25
Piadina o focaccia			g.115	g.115
Prosciutto cotto			g.30	g.30/50

PIZZA DI PATATE	12-36 mesi	3 -5 anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Patate fresche	g. 70			
Parmigiano Reggiano	g. 15			
Pomodori pelati/polpa (Passata di pomodoro)	g. 50*			
Farina tipo 0	g. 8			
Sale	q.b.			
Olio extravergine oliva	g. 4			

PIZZA MARGHERITA	12-36 mesi	3 -5 anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Pasta di pane fresca	g. 60	g.80	g.110	g.120
Pomodori pelati/polpa	g. 40*	g. 50	g. 60	g. 80
<u>In alternativa:</u>				
Base surgelata per pizza	g. 100	g. 100	g. 110	g.120
Olio oliva extravergine	g. 2	g. 3	g. 5	g. 8
Origano e basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Mozzarella	g. 20	g. 30	g. 60	g. 50

POLENTA E BRUSCITT O SPEZZATINO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15anni e Adulti
Carne bovina macinata o tagliata a spezzatino	g.40	g.40	g.50	g.60/80
Pomodori pelati/polpa	g.30*	g.50	g.60	g.70/80
Aromi (cipolle, carote, sedano...)		g.5	g.6	g.10
Olio extravergine di oliva	g.4	g.4	g.5	g.6/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<u>Per la polenta:</u>				
Farina di mais	g.40	g.50	g.60	g.70/80
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine oliva	g.2	g.2	g.3	g.4
<u>Spezzatino di tacchino con patate</u>				
Patate			g. 10	g. 15

POLPETTE DI CARNE AL SUGO CON RISO LUNGO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Carne bovina magra	g.30	g.30	g.40	g.80
Uovo pastorizzato	g.6	g.6	g.8	g.10
Parmigiano Reggiano	g.6	g.6	g.8	g.10
Patate lessate	g.6	g.12	g.15	g.20
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi (sedano,carota,cipolla)				g.3,5

Olio extravergine di oliva	g.3	g.3	g.4	g.5/7
Riso lungo	g.40	g.50	g.70	g.80
Olio extravergine oliva	g.3	g.3	g.5	g.6
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pane grattugiato	g.6	g.6	g.8	g.10/14
Pomodori pelati/polpa	g.30*	g.30	g.40	50/70

VELLUTATA DI CECI CON PASTA	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pasta	g.20	g.25	g.30	g.40
Ceci secchi	g.30	g.30	g.40	g.40
Patate fresche	g.25	g.30	g.40	g.50
Carote fresche	g.2	g.2	g.3	g.4
Sedano	g.2	g.2	g.3	g.4
Cipolla	g.2	g.2	g.3	g.4
Olio extravergine oliva	g.5	g.5	g.6	g.8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI

ARROSTO DI MAIALE/ TACCHINO/VITELLO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Carne	g.40	g.50	g.60	g.60/80
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.5/6	g.7/8
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

AFFETTATI	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Prosciutto cotto	g.30	g.30	g.40	g.60/70
Prosciutto cotto ½ razione	g.15	g.20	g.25	g.30/50
<u>Bresaola</u>			g.50	g.60/100
Olio extravergine oliva			g.5	g.6/10

BOCCONCINI DI POLLO IMPANATI	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Petto di pollo fresco	g.40	g.40		
Misto uovo pastorizzato	g.15	g.15		
Pane grattugiato	g.8	g.8		
Olio extravergine oliva	g.5	g.5		

COTOLETTA ALLA MILANESE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Suino filone			g.50	g.60/80
Misto uovo pastorizzato			g.20	g.25
Pane grattugiato			g.10	g.15/20
Olio extravergine oliva			g.6	g.8

COTOLETTA DI PESCE	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Filetto di merluzzo	g.40	g.50	g.60	g.80/120
Misto uovo pastorizzato	g.13	g.16	g.20	g.25
Pane grattugiato	g.7	g.8	g.10	g.1/15
Olio oliva extravergine	g.4	g.5	g.6	g.8
Limone			g.5	g.7/10

TORTINO DI RICOTTA E SPINACI/LEGUMI	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15-e Adulti
Ricotta	g.15			
Spinaci	g.15			
Misto d'uovo pastorizzato	g.4			
Parmigiano Reggiano	g.5			
Pane grattugiato	g.5			
Olio extravergine oliva	g.2			
Patate	g.5			
Sale	q.b.			

<i>CROCCHETTE DI LEGUMI</i>	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15-e Adulti
Ceci secchi	g.30			
Misto d'uovo pastorizzato	g.7			
Parmigiano Reggiano	g.7			
Pane grattugiato	g.7			
Olio extravergine oliva	g.4			
Patate	g.7			
Sale	q.b.			

<i>CROCCHETTE DI PATATE E CANNELLINI</i>	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15-e Adulti
Ceci secchi	g.30			
Misto d'uovo pastorizzato	g.7			
Parmigiano Reggiano	g.7			
Pane grattugiato	g.7			
Olio extravergine oliva	g.4			
Patate	g.7			
Sale	q.b.			

<i>FAGIOLI ALL'UCCELLETTO</i>	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Fagioli Cannellini secchi			g.50	g.50
Pomodori pelati/polpa			g.30	g.30
Salvia fresca			q.b.	q.b.
Olio extravergine oliva			g.5	g.7
Sale			q.b.	q.b.

<i>FORMAGGI</i>	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Formaggi stagionati	g.10	g.20	g.30	g.40/50
Formaggi freschi	g.20	g.30	g.40	g.50/100
Ricotta	g.30	g.40	g.50	g.100

FRITTATA	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15 – e Adulti
Misto d’uovo pastorizzato	g.15	g.40	g.5	g.70
Latte	cc.2	cc.6	cc.10	cc.13
Parmigiano Reggiano	g.1	g.5	g.5	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	g.1	g.3	g.6	g.7/8

FRITTATA CON VERDURE/PATATE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Misto d’uovo pastorizzato	g.15	g.50	g.75	g.100
Verdure (spinaci, zucchine, patate)	g.15	g.15	g.20/30	g.30
Parmigiano Reggiano	g.2	g.3	g.5	g.7
Latte UHT	cc.2	cc.6	cc.10	cc.13
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine oliva	g.1	g.3	g.5	g.7
Suggerimenti di preparazione: cuocere le verdure e passarle al setaccio o frullarle, aggiungerle al misto d’uovo con Parmigiano Reggiano e latte. Cuocere in forno su carta forno disposta nelle teglie.				

HAMBURGER DI PESCE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Filetto di merluzzo	g.20	g.25	g.30	g.40/60
Patate lessate passate	g.15	g.18	g.20	g.30/45
Olio extravergine di oliva	g.2	g.3	g.4	g.6
Pangrattato	g.2	g.2	g.3	g.4/6
Farina 00	g.2	g.2	g.3	g.4
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Misto uovo pastorizzato	g.5	g.6	g.7	g.10
Parmigiano Reggiano	g.2	g.2	g.3	g.5

HAMBURGER VEGETALE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Piselli surgelati		g.12	g.15	g.0/30
Patate		g.60	g.80	g.110/160
Pangrattato		g.2	g.3	g.4/6

Misto uovo pastorizzato		g.5	g.7	g.10/14
Grana Padano		g.2	g.3	g.4/6
Fontal		g.18	g.25	g.35/50
Sale		q.b.	q.b.	q.b.

INVOLTINI PROSCIUTTO COTTO E FORMAGGIO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Fontal			g.20	g.25/50
Prosciutto cotto			g.25	g.25/50

LEGUMI	12-36mesi	3-5 anni	6-11 anni	12-15 e adulti
Primo piatto in brodo secchi		g.10	g.15	g.20
Primo piatto in brodo freschi/gelo		g.30	g.45	g.60
Secondo piatto secchi		g.30	g.40	g.50
Secondo piatto freschi/gelo		g.90	g.120	g.150

LEGUMI IN UMIDO	12-36mesi	3-5 anni	6-11 anni	12-15 e adulti
Legumi secchi	g.25	g.30		
Cipolla	g.3	g.4		
Pomodori pelati/polpa	g.25*	g.30		
Olio extravergine oliva	g.6	g.7		
Sale	q.b.	q.b.		

MERLUZZO IN UMIDO	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15 anni e Adulti
Filetè di merluzzo	g-40	g.50	g.60	g.80/120
Pomodori pelati/polpa	g-15*	g.20	g.25	g.30/50
Carote fresche	g-2	g.2	g.3	g.4/6
Sedano	g-2	g.2	g.3	g.4/6
Cipolla	g-2	g.2	g.3	g.4/6
Farina	g-3	g.4	g.5	g.7/10
Olio extravergine di oliva	g-3	g.4	g.5	g.7/10
Prezzemolo fresco	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

MERLUZZO POMODORINI E OLIVE	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15 anni e Adulti
Filetè di merluzzo			g.100	g.120
Pomodorini			g.50	g.60
Olive nere denocciolate			g.20	g.25
Olio extravergine oliva			g.5	g.6
Sale			q.b.	q.b.

MOZZARELLA CAPRESE	12-36 mesi	3-5- anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Mozzarella	g.30	g.40	g.50	g.60/100
Pomodoro fresco	g.60	g.80	g.90	g.100
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Basilico o origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

OMELETTE	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15-e Adulti
Misto d'uovo pastorizzato	g. 40	g.50	g.70	g.100
Olio extravergine di oliva	g. 5	g. 5	g. 6	g. 7/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PESCE GRATINATO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Merluzzo/platessa/trota(al netto della glassatura)	g.40	g.50	g.60	g.80/120
Pane grattugiato	g.6	g.8	g.10	g.13/20
Olio oliva extravergine	g.3	g.4	g.5	g.10
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Limone			g.10	g.13

PETTO DI POLLO O TACCHINO AL FORNO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Petto di pollo o di tacchino	g.40	g.50	g.60	g.60/80
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8

Succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
-----------------	------	------	------	------

POLLO ALLA CACCIATORA	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Carota,cipolla, sedano			g.6	g.8
Olio extravergine oliva			g.5	g.6/8
Pollo sovracosce			g.50	g.60/80
Polpa di pomodoro			g.60	g.70/80
Sale			q.b.	q.b.

POLLO ARROSTO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Pollo fusi / sovracosce (disossato)	g.40	g.40	g.150	g.220/250
Salvia fresca	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine oliva	g.5	g.5	g.5	g.5

POLPETTE AL SUGO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Manzo magro	g.40	g.50	g.60	g.60/80
Misto uovo pastorizzato	g.5	g.8	g.10	g.15
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10
Pane grattugiato	g.2	g.3	g.5	g.5
Pomodori pelati/polpa	g.10*	g.15	g.20	g.25
Cipolla	g.1	g.1	g.3	g.3
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio di oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8

POLPETTE DI PESCE	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Pesce (merluzzo surgelato scongelato)	g.20	g.25	g.30	g.40/60
Misto uovo pastorizzato	g.3	g.5	g.8	g.10
Parmigiano Reggiano	g.5	g.6	g.7	g.10/15
Patate lessate	g.15	g.18	g.20	g.30/45
Aromi			q.b.	q.b.
Olio di oliva extravergine	g.2	g.3	g.4	g.5
Pane grattugiato	g.2	g.2	g.3	g.4/6

Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
------	------	------	------	------

POLPETTE DI LEGUMI AL SUGO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Ceci secchi (messi in ammollo precedentemente)	g.30	g.30	g.40	g.40
Pane grattugiato	g.7	g.7	g.10	g.10
Parmigiano Reggiano grattugiato	g.7	g.7	g.10	g.10
Misto d'uovo pastorizzato	g.7	g.7	g.10	g.10
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati/polpa	g.40*	g.50	g.60	g.80
Cipolla, sedano, carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.5	g.7
Patate	g.7	g.7	g.10	g.10
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SCALOPPINE AL LIMONE	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e Adulti
Tacchino pollo o maiale	g.40	g.50	g.60	g.60/60
Farina	g.1	g.3	g.5	g.5
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SCALOPPINE DI TACCHINO ALLA PIZZAIOLA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15anni e Adulti
Tacchino	g.40	g.40		
Farina	g.1	g.1		
Olio extravergine oliva	g.2	g.2		
Sale	q.b.	q.b.		
Polpa di pomodoro	g.25	g.25		
Origano secco	q.b.	q.b.		

SPEZZATINO CON PATATE	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Manzo magro	g.40	g.50	g.60	g.60/60

Carote	g.10	g.15	g.20	g.25/30
Sedano	g.2	g.3	g.3	g.3/5
Cipolla	g.2	g.3	g.3	g.3/5
Pomodori pelati/polpa	g.10*	g.15	g.20	g.25
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Patate	g.100	g.260	g.320	g.350

SPEZZATINO DI TACCHINO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Tacchino spezzatino/fettine	g.40	g.40	g.50	g.80
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	g.6	g.9
Pomodori pelati/polpa	g.4	g.4	g.60	g.80
Olio oliva extravergine	q.b.	q.b.	g.5	g.7
Patate (opzionali)	g.15	g.20	g.30	g.40
Farina tipo 0	g.2	g.3	g.4	g.5

SPINACINE DI POLLO	12-36 mesi	3-5-anni	6-11-anni	12-15-e Adulti
Petto di pollo macinato	g.40	g.40	g.50	g.60/80
Patate	g.15	g.20	g.30	g.40
Spinaci	g.2	g.4	g.5	g.7
Olio extravergine di oliva	g.4	g.4	g.6	g.6/8
Pane grattugiato	g.2	g.2	g.3	g.3/4
Grana Padano	g.2	g.2	g.3	g.3/4

STRACCETTI DI TACCHINO	12-36 mesi	3 -5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Fesa di tacchino	g.40	g.40		
Sale	q.b.	q.b.		
Olio extravergine oliva	g.4	g.4		
Salvia fresca	q.b.	q.b.		
Farina 0	g.2	g.2		

HAMBURGER	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
Carne bovina macinata magra	g.40	g.50	g.60	g.60/80

Patate lessate passate	g.10	g.25	g.20	g.30
Latte	g.5	g.8	g.10	g.12
Olio extravergine di oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8

SFORMATO VEGETARIANO DI LENTICCHIE	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 anni e Adulti
	g.30	g.30	g.40	g.50/60
	g.5	g.8	g.15	g.15
	g.5	g.8	g.15	g.15
	g.5	g.5	g.6	g.7/8
	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

CONTORNI

PATATE	12-36 mesi	3-5 anni	6-11-anni	12-15 e adulti
Patate (sostituto del primo piatto asciutto)	g.70	g.200	g.250	g.300
Patate come contorno (in associazione a un piatto in brodo)	g.80	g.100	g.120	g.150/200
Olio extravergine oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PATATE AL FORNO	12-36 mesi	3-5 anni	6-11 anni	12-15 e adulti
Olio extravergine oliva			g.6	g.7/8
Patate			g.120	g.150/200
Rosmarino secco			q.b.	q.b.
Sale			q.b.	q.b.

PURE' DI PATATE	12-36 mesi	3-5 anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Patate	g.80	g.100	g.120	g.150
Latte	cc.15	cc.20	cc.30	cc.40
Burro	g.2	g.5	g.6	g.7
Parmigiano Reggiano	g.3	g.5	g.5	g.10

FINOCCHI/CAVOLFIORI GRATINATI	12-36 mesi	3-5- anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Finocchi o cavolfiori surgelati	g.80	g.100	g.120	g.150/170
Olio extravergine oliva	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Grana Padano	g.3	g.4	g.5	g.6/7

BIS/TRIS DI VERDURE (carote,cavolfiori,broccoli)	12-36 mesi	3-5- anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Carote		g.33	g.40	g.50/60
Cavolfiori		g.33	g.40	g.50/60
Broccoli		g. 33	g.40	g.50/60
Sale		q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine oliva		g.5	g.6	g.7/8

VERDURA COTTA	12-36 mesi	3-5- anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Verdura (al netto dello scarto)	g.80	g.100	g.120	g.150/170
Olio oliva extravergine	g.5	g.5	g.6	g.7/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Erbette, fagiolini, broccoletti, carote, carote baby, cavolfiori, finocchi.				

VERDURA CRUDA	12-36 mesi	3-5- anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Pomodoro, carota julienne, finocchio (in insalata)	g. 50	g. 100	g. 120	g. 150/170
Olio oliva extravergine	g. 5	g. 5	g. 6	g. 7/8
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

VERDURA CRUDA A FOGLIA(insalata)	12-36 mesi	3-5- anni	6-11 anni	12-15 e adulti
Lattuga, verza, radicchio (al netto dello	g. 40	g. 40	g. 50	g. 70/80

scarto)				
Olio oliva extravergine	g. 5	g. 5	g. 7	g. 8
Aceto	g.2	g.3	g.3	g.4
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Nella preparazione di insalata mista con verdura a foglia (esempio carote, finocchio, insalata), raggiungere il peso totale di g. 120(130) per 6 – 11 anni, e g. 150(160) per 11 – 14 anni, g 200 per 12-15 anni ed adulti.				

PANE

PANE BIOLOGICO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Pane bio bianco/integrale	g. 35	g. 40	g. 50	g. 50

FRUTTA

FRUTTA FRESCA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Frutta fresca di stagione (al netto dello scarto)	g. 35 -50	g. 50 /100	g. 80/150	g. 120/200

MERENDA

BUDINO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Vaniglia o cioccolato	g.125	g.125	g.125	g.125

CROSTATINA ALLA MARMELLATA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
			g.40	g.40

FOCACCIA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
	g.30	g.30	g.45	g.45

PANE E CIOCCOLATO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Pane			g. 25	g. 25
Barretta cioccolato fondente			g. 20	g. 20

PANE E MARMELLATA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Pane	g.25	g.25	g.25	g.25
Marmellata	g.25	g.25	g.25	g.25

GELATO	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
	g.25	g.25	g.25	g.25

SPREMUTA E BISCOTTI	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Spremuta d' arancia	g.100	g.100	g.100	g.100
Biscotti secchi	g.30	g.30	g.30	g.30

TORTA	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
	g.30		g.40	g.40

PLUM-CAKE	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
			g.40	g.40

YOGURT	12-36 mesi	3-5-anni	6 – 11 anni	12-15 e adulti
Frutta	g.125	g.125	g.125	g.125

TORTE

<i>CROSTATA CON MARMELLATA</i> <i>(per circa 20 fettine)</i>	GRAMMATURE	PREPARAZIONE
Farina bianca	g 500	In una ciotola mettere la farina, lo zucchero, il lievito, le uova e il burro morbido, la scorza di limone grattugiata e lavorare tutti gli ingredienti, far riposare in frigo per 1 ora.. Dopo il periodo di riposo stendere l'impasto lasciandone da parte un po' per la guarnizione. Farcire con marmellata e completare con l'impasto rimanente guarnendo a piacere.
Zucchero	g 200	
Burro	g 200	
Uova (2 interi-2tuorli)	n° 4	
Lievito per dolci	½ bustina	
Scorza di limone	q.b.	
Marmellata a piacere	q.b.	
Cuocere in forno già caldo a 180° per 30/40 minuti.		

<i>TORTA DI MELE</i> <i>(per circa 10 – 12 fettine)</i>	GRAMMATURE	PREPARAZIONE
Farina bianca	g 300	Tagliare le mele a pezzetti, metterle in una ciotola con un po' di zucchero e limone, montare bene le uova con lo zucchero e il burro, aggiungere la farina con il lievito ed il latte, infine le mele dopo averle scolate dal liquido che si era formato
Zucchero	g 150	
Burro	g 100	
Mele	n° 4	
Scorza di limone grattugiata	q-b-	
Lievito per dolci	½ bustina	
Latte	cc.200	
Cuocere in forno già caldo a 180° per 35/40 minuti.		

<i>TORTA ALLO YOGURT 1</i> <i>(per circa 10 – 15 fettine)</i>	GRAMMATURE	PREPARAZIONE
Farina bianca	g 250	Montare le uova con zucchero e burro fino ad ottenere un composto spumoso, unire lo yogurt e la farina con il lievito.
Zucchero	g 100	
Uova	n° 3	
Yogurt naturale	Vasetti n° 2	

Burro	g 100	
Lievito	1 bustina	
Cuocere in forno già' caldo a 180° per 35 minuti		

<i>TORTA ALLO YOGURT 2</i> <i>(per circa 10 – 12 fettine)</i>	GRAMMATURE	PREPARAZIONE
Yogurt naturale	n° 1 vasetti	Montare le uova con lo zucchero e l’olio fino ad ottenere un composto schiumoso ,unire lo yogurt la scorza di limone, la farina con il lievito. (L’unita’ di misura è il vasetto dello yogurt da 125g)
Farina	n °4 vasetti	
Zucchero	n° 2 vasetti	
Olio di semi	n° 1 vasetti	
Scorza di limone grattugiata	q.b.	
Uova	n° 3	
Lievito	1 bustina	
Cuocere in forno già caldo a 180° per 35/40 minuti.		

SCHEMA MERENDE PER SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA

Tipologie di merende pomeridiane complete di relative grammature da alternare anche secondo la stagione:

Pane g 25/30 con cioccolato fondente g20 (solo scuole infanzia)

Pane g 25/30 con marmellata g10/20

Thè deinato con biscotti secchi n°2/3 o focaccia g 25/30

Spremuta di arancia g100 con crackers g. 15/20

Budino g 125

Gelato g 50- 80

Frutta/macedonia di frutta fresca g100

Yogurt al naturale o alla frutta g 125

Latte intero cc. 150 con biscotti secchi n° 2/3

Prodotti da forno semplici g. 100 – 120, privi di conservanti e gasi vegetali saturi

Pop corn g 30, privi di sale aggiunto

INTEGRAZIONI PREVISTE PER IL MENÙ DEDICATO AI CENTRI DIURNI PER ANZIANI

I menù dedicati ai centri diurni vedranno proposte le stesse pietanze previste per il menù scolastico. Le grammature di riferimento saranno quelle indicate per gli adulti.

Quotidianamente, in alternativa al primo piatto del giorno, dovranno essere affiancate alternative quali:

- riso in bianco, condito con olio extravergine e parmigiano
- pasta in bianco, condita con olio extravergine e parmigiano

- pastina in brodo vegetale.

Quotidianamente, in alternativa al secondo piatto del giorno, potranno essere proposti:

- affettati (prosciutto cotto, prosciutto crudo, mortadella)
- mozzarella, formaggio tipo quark, primo sale, robiola o crescenza.

L'offerta del giorno sarà completata da caffè a richiesta.

ESEMPI DI MENU'

NIDI - MENU' INVERNALE 2023-2024

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1°	RISO AL POMODORO ⁷ TORTINO DI RICOTTA E SPINACI ¹ BROCCOLETTI ^{3 7} FRUTTA E PANE ¹	PASTA AGLI AROMI ^{1 3 6 7 10} STRACCETTI DI TACCHINO ¹ FINOCCHI IN INSALATA FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	MINESTRA DI ORZO E PORRI ^{1 7 9} HAMBURGER VEGETARIANO ^{3 7} CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	LASAGNA ALLA BOLOGNESE ^{1 3 6 7 9} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI VERDURE CON RISO ⁷ MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA * ^{1 4 9} FAGIOLINI FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE ¹ E MARMELLATA	MERENDA: PLUMCAKE ^{1 3 6 7 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷
2°	PASTA INTEGRALE AL POMODORO ^{1 3 6 7 9 10} PROSCIUTTO COTTO * CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	RISOTTO ALLE VERDURE ⁷ RICOTTA ⁷ INSALATA MISTA FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE ^{1 3 6 7 10} POLLO AL LIMONE ¹ FAGIOLINI FRUTTA E PANE ¹	RISO ALL'OLIO ^{7 9} SFORMATO DI PISELLI ^{1 3 7} FINOCCHI CRUDI AL LIMONE FRUTTA E PANE ¹	ZUPPA DI FARRO ^{1 7 9} POLPETTE DI MERLUZZO * ^{1 3 4} ERBETTE FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE ¹ E MARMELLATA	MERENDA: YOGURT ⁷	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: CROSTATINA ALBICOCCA ^{1 3 6 7 8}
3°	PASTA AGLI AROMI ^{1 3 6 7 10} CAVOLFIORI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI ZUCCHINE CON ORZO ^{1 7} HAMBURGER DI MERLUZZO * ^{1 3 4} CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	RISOTTO ALLO ZAFFERANO * ^{7 9} FRITTATA CON ZUCCHINE ^{3 7} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	PASTA OLIO E PARMIGIANO * ^{1 3 6 7 10} ARROSTO DI LONZA * CAVOLFIORI, BROCCOLI E CAROTE FRUTTA E PANE ¹	ZUPPA DI LENTICCHIE CON PASTA ^{1 3 6 7 9 10} FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PLUMCAKE ^{1 3 6 7 8}	MERENDA: PANE E MARMELLATA ¹	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: FOCACCIA ¹
4°	PASTA ALLE VERDURE ^{1 3 6 7 10} FRITTATA ^{3 7} ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	POLENTA E BRUSCITT * INSALATA MISTA FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	RISOTTO ALLA ZUCCA ^{7 9} MERLUZZO GRATINATO * ^{1 4} FAGIOLINI FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL POMODORO ^{1 3 6 7 9 10} CROCCETTE DI LEGUMI ^{1 3 7} CAVOLO CAPPUCCIO FRUTTA E PANE ¹	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI ^{1 7} FORMAGGIO A PASTA MOLLE ⁷ PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA ^{1 3 6 7 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: SUCCO E BISCOTTI ^{1 6 8}

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, arance, mandarini, kiwi

La merenda indicata nella tabella viene distribuita solo agli utenti aventi diritto (iscritti al doposcuola lungo).
 Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati
 Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico

NIDI - MENU' ESTIVO 2024



Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	PASTA AGLI AROMI ^{1, 3; 6; 7, 10} MOZZARELLINE ⁷ FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	INSALATA DI FARRO CON MAIS E POMODORINI ^{1; 7} STRACCETTI DI TACCHINO ^{1; 3} INSALATA VERDE FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL POMODORO ^{1; 3; 6; 9; 10} SFORMATO DI PATATE E LEGUMI ^{1; 3; 7} ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL RAGU ^{*1; 3; 6; 7; 9; 10} CAROTE COTTE FRUTTA E PANE ¹	PASTA ALLE VERDURE ^{1; 3; 6; 7} POLPETTE DI PESCE ^{* 1; 4; 9} POMODORI FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE E MARMELLATA ¹ RISOTTO ALLO ZAFFERANO ^{7; 9}	MERENDA: PLUM CAKE ^{1; 3; 7}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: YOGURT ⁷
2	PASTA ALL'AURORA ^{1; 3; 6; 7; 10} MOZZARELLA ⁷ INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	MERLUZZO [*] GRATINATO ^{1; 4} ZUCCHINE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PASSATO DI VERDURA CON ORZO ^{1; 3; 6; 7} HAMBURGER DI MANZO ^{* 1} FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE ^{1; 3; 6; 7} SFORMATO DI PISELLI ^{1; 3; 7} SPINACI FRUTTA E PANE ¹	PASTA OLIO E PARMIGIANO ^{1; 3; 6; 7; 10} FRITTATA ^{3; 7} BROCCOLI, CAVOLFIORI, CAROTE FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE E MARMELLATA ¹	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA ^{1; 3; 6; 7; 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷
3	RISO AL POMODORO ⁷ PRIMO SALE ⁷ CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PASTA CON CREMA DI CECI ^{1; 3; 6; 7; 10} FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PASTA AGLI AROMI ^{1; 3; 6; 7; 10} SPINACINE DI POLLO ^{1; 7} CRUDITE DI VERDURE FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL BATTUTO DI BASILICO ^{1; 3; 6; 7; 10} COTOLETTA DI LONZA ^{*1; 3} POMODORI FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI VERDURE CON MIGLIO ¹ MERLUZZO [*] ALLA SIRACUSANA ⁴ PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: YOGURT ⁷	MERENDA: PANE E MARMELLATA ¹	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PLUM CAKE ^{1; 3; 7}
4	ORZO AL POMODORO FRESCO E BASILICO ^{1; 3; 6; 7; 10} PROSCIUTTO COTTO [*] ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	PASTA ALLE VERDURE ^{1; 7} FORMAGGIO SPALMABILE ⁷ INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	PASTA INTEGRALE AL POMODORO ^{1; 3; 6; 7; 9; 10} CROCCHEFFE DI LEGUMI ^{1 3} FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	RISOTTO ALLO ZAFFERANO ⁷ POLPETTE DI PESCE ^{* 1; 4} FINOCCHI COTTI FRUTTA E PANE ¹	RAVIOLI AL BURRO E SALVIA ^{1; 3; 7} FRITTATA CON ZUCCHINE ^{3; 7} INSALATA MISTA CON MAIS FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA ^{1; 3; 6; 7; 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: GELATO ^{1; 3; 5; 6; 7; 8; 11; 13}

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, albicocche, pesche, prugne, meloni

La merenda indicata nella tabella viene distribuita solo agli utenti aventi diritto (iscritti al doposcuola lungo)

Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati

Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico

SCUOLE DELL'INFANZIA - MENU' INVERNALE 2023-2024

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1°	RISO AL POMODORO ^{7 9} TORTINO DI RICOTTA E SPINACI ^{1 3 7} BROCCOLETTI FRUTTA E PANE ¹	PASTA AGLI AROMI ^{1 3 6 7 10} STRACCETTI DI TACCHINO ¹ FINOCCHI IN INSALATA FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	MINESTRA DI ORZO E PORRI ^{1 7 9} HAMBURGER VEGETARIANO ^{3 7} CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	LASAGNA ALLA BOLOGNESE ^{1 3 6 7 9} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI VERDURE CON RISO ⁷ MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA * ^{1 4 9} FAGIOLINI FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
2°	PASTA INTEGRALE AL POMODORO ^{1 3 6 7 9 10} PROSCIUTTO COTTO * CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PIZZA MARGHERITA * ^{1 7} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE ^{1 3 6 7 10} POLLO AL LIMONE ¹ FAGIOLINI FRUTTA E PANE ¹	RISO ALL'OLIO ^{7 9} SFORNATO DI PISELLI ^{1 3 7} FINOCCHI CRUDI AL LIMONE FRUTTA E PANE ¹	ZUPPA DI FARRO ^{1 7 9} POLPETTE DI MERLUZZO * ^{1 3 4} ERBETTE FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
3°	PIZZOCCHERI * CON ASIAGO DOP * ED ERBETTE ^{1 6 7 10 13} CAVOLFORI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI ZUCCHINE CON ORZO ^{1 7} HAMBURGER DI MERLUZZO * ^{1 3 4} CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	RISOTTO ALLO ZAFFERANO * ^{7 9} FRITTATA CON ZUCCHINE ^{3 7} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	PASTA OLIO E PARMIGIANO * ^{1 3 6 7 10} ARROSTO DI LONZA * CAVOLFORI, BROCCOLI E CAROTE FRUTTA E PANE ¹	ZUPPA DI LENTICCHIE CON PASTA ^{1 3 6 7 9 10} FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
4°	PASTA ALLE VERDURE ^{1 3 6 7 10} FRITTATA ^{3 7} ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	POLENTA E BRUSCITI * ⁹ INSALATA MISTA FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹	RISOTTO ALLA ZUCCA ^{7 9} MERLUZZO GRATINATO * ^{1 4} FAGIOLINI FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL POMODORO ^{1 3 6 7 9 10} CROCCHETTE DI LEGUMI ^{1 3 7} CAVOLO CAPPUCCIO FRUTTA E PANE ¹	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI ^{1 7} FORMAGGIO A PASTA MOLLE ⁷ PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE INTEGRALE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA ^{1 3 6 7 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: SUCCO E BISCOTTI ^{1 6 8}

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, arance, mandarini, kiwi

La merenda indicata nella tabella viene distribuita solo agli utenti aventi diritto (iscritti al doposcuola lungo)

Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati

Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico



SCUOLA DELL'INFANZIA – MENU' ESTIVO 2024

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	PASTA AGLI AROMI ^{1, 3, 6, 7, 10} MOZZARELLINE ⁷ FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	INSALATA DI FARRO CON MAIS E POMODORINI ^{1, 7} STRACCETTI DI TACCHINO ^{1, 3} INSALATA VERDE FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL POMODORO ^{1, 3, 6, 9, 10} SFORMATO DI LENTICCHIE ^{1, 3, 7} ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL RAGU ^{*1, 3, 6, 7, 9, 10} CAROTE COTTE FRUTTA E PANE ¹	PASTA ALLE VERDURE ^{1, 3, 6, 7} POLPETTE DI PESCE ^{*1, 4, 9} POMODORI FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE E MARMELLATA ¹	MERENDA: PLUM CAKE ^{1, 3, 7}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: YOGURT ⁷
2	PIZZA MARGHERITA ^{*1, 7} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	RISOTTO ALLO ZAFFERANO ^{7, 9} MERLUZZO [*] GRATINATO ^{1, 4} ZUCCHINE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PASSATO DI VERDURA CON ORZO ^{1, 3, 6, 7} HAMBURGER DI MANZO ^{*1} FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE ^{1, 3, 6, 7} SFORMATO DI PISELLI ^{1, 3, 7} SPINACI FRUTTA E PANE ¹	PASTA OLIO E PARMIGIANO ^{1, 3, 6, 7, 10} FRITTATA ^{3, 7} BROCCOLI, CAVOLFIORI, CAROTE FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	Merenda: PANE E MARMELLATA ¹	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA ^{1, 3, 6, 7, 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷
3	RISO AL POMODORO ⁷ PRIMO SALE ⁷ CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PASTA CON CREMA DI CECI ^{1, 3, 6, 7, 10} FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PASTA AGLI AROMI ^{1, 3, 6, 7, 10} SPINACINE DI POLLO ^{1, 7} CRUDITE DI VERDURE FRUTTA E PANE ¹	PASTA AL BATTUTO DI BASILICO ^{1, 3, 6, 7, 10} COTOLETTA DI LONZA ^{*1, 3} POMODORI FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI VERDURE CON MIGLIO ¹ MERLUZZO [*] ALLA SIRACUSANA ⁴ PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: YOGURT ⁷	MERENDA: PANE E MARMELLATA ¹	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PLUM CAKE ^{1, 3, 7}
4	ORZO AL POMODORO FRESCO E BASILICO ^{1, 3, 6, 7, 10} PROSCIUTTO COTTO [*] ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	PIZZA MARGHERITA ^{*1, 7} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	PASTA INTEGRALE AL POMODORO ^{1, 3, 6, 7, 9, 10} CROCCHEFFE DI LEGUMI ^{1, 3, 7} FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	RISOTTO ALLO ZAFFERANO ⁷ POLPETTE DI PESCE [*] 1, 4, 9 FINOCCHI COTTI FRUTTA E PANE ¹	RAVIOLI AL BURRO E SALVIA ^{1, 3, 7} FRITTATA CON ZUCCHINE ^{3, 7} INSALATA MISTA CON MAIS FRUTTA E PANE ¹
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO ⁷	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA ^{1, 3, 6, 7, 8}	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: GELATO ^{1, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 13}

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Triplogia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, albicocche, pesche, prugne, meloni
La merenda indicata nella tabella viene distribuita solo agli utenti aventi diritto (iscritti al doposcuola lungo)

Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 sesame e derivati, 11 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati

Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico

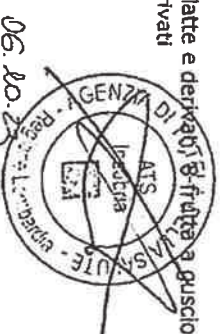
SCUOLE DELL'OBLIGO - MENU' INVERNALE 2023-2024

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1°	GNOCCHI AL POMODORO 1 6 7 8 9 TORTINO DI RICOTTA E SPINACI 1 3 7 BROCCOLETTI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	PASTA AGLI AROMI 1 3 6 7 10 FUSI DI POLLO AL FORNO FINOCCHI IN INSALATA FRUTTA E PANE INTEGRALE 1 MERENDA: PANE 1 E MARMELLATA	MINESTRA DI ORZO E PORRI 1 7 9 HAMBURGER VEGETARIANO 3 7 CAROTE JULIENNE FRUTTA E PANE 1 MERENDA: PLUMCAKE 1 3 6 7 8	LASAGNA ALLA BOLOGNESE 1 3 6 7 9 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	CREMA DI VERDURE CON RISO 7 MERLUZZO ALLA PIZZAIOLA * 1 4 9 FAGIOLINI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: BUDINO 7
2°	PASTA INTEGRALE AL POMODORO 1 3 6 7 9 10 PROSCIUTTO COTTO * CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	PIZZA MARGHERITA * 1 7 CAVOLO CAPPUCCIO FRUTTA E PANE INTEGRALE 1 MERENDA: PANE E CIOCCOLATO 1 6 7 8	PASTA AL PESTO 1 3 6 7 8 10 POLLO AL LIMONE 1 FAGIOLINI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: YOGURT 7	RISO ALL'OLIO 7 9 SFORMATO DI PISELLI 1 3 FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	ZUPPA DI FARRO 1 7 9 POLETTE DI PESCE * 1 3 4 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 1 MERENDA: CROSTATINA ALBICOCCA 1 3 6 7 8
3°	PIZZOCCHERI * CON ASIAGO DOP * ED ERBETTE 1 6 7 10 13 FINOCCHI E CAROTE CRUDI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	CREMA DI ZUCCHINE CON ORZO 1 7 HAMBURGER DI MERLUZZO * 1 3 4 CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE INTEGRALE 1 MERENDA: PLUMCAKE 1 3 6 7 8	RISOTTO ALLO ZAFFERANO * 7 9 FRITTATA CON ZUCCHINE 3 7 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 1 MERENDA: PANE E MARMELLATA 1	PASTA OLIO E PARMIGIANO * 1 3 6 7 10 ARROSTO DI LONZA * CAVOLOFIORE, BROCCOLI E CAROTE FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	ZUPPA DI LENTICCHIE CON PASTA 1 3 6 7 9 10 FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FOCACCIA 1
4°	PASTA ALLE VERDURE 1 3 6 7 10 FRITTATA 3 7 CAROTE JULIENNE FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	POLENTA E BRUSCITT * 9 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE INTEGRALE 1 MERENDA: BUDINO 7	RISOTTO ALLA ZUCCA 7 9 MERLUZZO GRATINATO * 1 4 FAGIOLINI FRUTTA E PANE 1 MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA 1 3 6 7 8	PASTA AL POMODORO 1 3 6 7 9 10 CROCCHETTE DI LEGUMI 1 3 7 CAVOLO CAPPUCCIO FRUTTA E PANE 1 MERENDA: FRUTTA FRESCA	PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI 1 7 FORMAGGIO A PASTA MOLLE 7 PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1 MERENDA: PANE E CIOCCOLATO 1 6 7 8

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, arance, mandarini, kiwi

La merenda indicata nella tabella viene distribuita solo agli utenti aventi diritto (iscritti al doposcuola lungo)
Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati
Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico



SCUOLE DELL'OBLIGO - MENU' ESTIVO 2024



Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	PASTA AGLI AROMI 1; 3; 6; 7; 10 PROVOLONE DOP 7 FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1	INSALATA DI FARRO CON PESTO E POMODORI 1; 3; 6; 7; 9; 10 COSCE DI POLLO CAROTE JULIENNE FRUTTA E PANE 1	PASTA INTEGRALE AL POMODORO 1; 3; 6; 7; 9; 10 SFORMATO DI PATATE E LEGUMI 1; 3; 6; 7; 10; 11; 13 ERBETTE FRUTTA E PANE 1	PASTA AL RAGU* 1; 3; 6; 7; 9; 10 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 1	PASTA ALLE VERDURE 1; 3; 6; 7; 9; 10 MERLUZZO* CON PANATURA AROMATICA 1; 3; 4 POMODORI FRUTTA E PANE 1
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE E MARMELLATA 1	MERENDA: PLUM CAKE 1; 3; 7	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: YOGURT 7
2	PIZZA MARGHERITA 1; 7 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 1	RISOTTO ALLO ZAFFERANO 7 MERLUZZO GRATINATO* 1; 4 POMODORI FRUTTA E PANE 1	PASSATO DI VERDURA CON PASTA 1; 3; 6; 7; 9; 10 HAMBURGER DI MANZO* 1 FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE 1	PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE SFORMATO DI PISELLI ERBETTE FRUTTA E PANE 1	PASTA OLIO E PARMIGIANO 1; 3; 6; 7; 9; 10 FRITTATA 3; 7 ZUCCHINE ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PANE E MARMELLATA 1	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA 1; 3; 6; 7; 8	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO 7
3	RISO AL POMODORO 7 ASIAGO DOP 7 CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1	ZUPPA DI CECI CON ORZO 3; 6; 7; 10 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 1	PASTA AGLI AROMI 1; 3; 6; 7; 10 SPINACINE DI POLLO 1; 7 CRUDITE DI VERDURE FRUTTA E PANE 1	PASTA INTEGRALE AL BATTUTO DI BASILICO 1; 3; 6; 7; 10 COTOLETTA DI LONZA* 1; 3 POMODORI FRUTTA E PANE 1	CREMA DI VERDURE CON CROSTINI 1 HAMBURGER DI PESCE 1; 3; 4 PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: YOGURT 7	MERENDA: PANE E MARMELLATA 1	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: PLUM CAKE 1; 3; 7
4	PASTA AL POMODORO FRESCO E BASILICO 1; 3; 6; 7; 10 FORMAGGIO A PASTA MOLLE 7 ERBETTE FRUTTA E PANE 1	INSALATA DI RISO CON PROSCIUTTO COTTO, MOZZARELLA 7, MAIS, OLIVE* E BASILICO INSALATA MISTA FRUTTA E PANE 7	PASTA INTEGRALE ALLE VERDURE 1; 3; 6; 7; 9; 10 CROCCHETTE DI LEGUMI 1; 3; 7; FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE 1	RISOTTO ALLO ZAFFERANO 7 POLPETTE DI PESCE* 1; 4; 9 FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE 1	RAVIOLI AL BURRO E SALVIA 1; 3; 7 FRITTATA CON ZUCCHINE 3; 7 INSALATA MISTA CON MAIS FRUTTA E PANE 1
	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: BUDINO 7	MERENDA: CROSTATINA ALL'ALBICOCCA 1; 3; 6; 7; 8	MERENDA: FRUTTA FRESCA	MERENDA: GELATO 1; 3; 5; 6; 7; 8; 11; 13

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, albicocche, pesche, prugne, meloni
La merenda indicata nella tabella viene distribuita solo agli utenti aventi diritto (iscritti al doposcuola lungo)

Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati

Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico

**SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO
MENU' INVERNALE 2023-2024**

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1°	GNOCCHI AL POMODORO 1 6 7 8 9 TORTINO DI RICOTTA E SPINACI 1 3 7 BROCCOLETTI FRUTTA E PANE ¹	PASTA AGLI AROMI 1 3 6 7 10 MERLUZZO GRATINATO* 1 4 FINOCCHI IN INSALATA FRUTTA E PANE ¹		LASAGNA ALLA BOLOGNESE 1 3 6 7 9 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	
2°	PASTA INTEGRALE AL POMODORO 1 3 6 7 9 10 FRITTATA 3 7 CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	PIZZA MARGHERITA* 1 7 CAVOLO CAPPUCCIO FRUTTA E PANE ¹		RISO ALL'OLIO 7 9 SFORMATO DI PISELLI 1 3 7 FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE ¹	
3°	PIZZOCCHERI * CON ASIAGO DOP * ED ERBETTE 1 6 7 10 13 FINOCCHI E CAROTE CRUDI FRUTTA E PANE ¹	CREMA DI ZUCCHINE CON ORZO 1 7 HAMBURGER DI MERLUZZO* 1 3 4 CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹		PASTA OLIO E PARMIGIANO* 1 3 6 7 10 ARROSTO DI LONZA* PATATE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	
4°	PASTA ALLE VERDURE 1 3 6 7 10 FRITTATA 3 7 CAROTE JULIENNE FRUTTA E PANE ¹	POLENTA E BRUSCITT* 9 INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹		PASTA AL POMODORO 1 3 6 7 9 10 CROCCHEFFE DI LEGUMI 1 3 7 CAVOLO CAPPUCCIO FRUTTA E PANE ¹	

Il PANE è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, arance, mandarini, kiwi

Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati

Il simbolo "*" indica che il prodotto NON è biologico

06.10.23



SCUOLA SECONDARIA 1°GRADO -
MENU' ESTIVO 2024

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	PASTA AGLI AROMI ¹ 3 6 7 10 PROVOLONE DOP ⁷ FAGIOLINI ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	INSALATA DI FARRO CON PESTO E POMODORI ^{1; 3; 6; 7; 8; 10} COSCE DI POLLO CAROTE JULIENNE FRUTTA E PANE ¹		PASTA AL RAGU' * ^{1; 3; 6; 7; 9; 10} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	
2	PIZZA MARGHERITA* ^{1 7} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹	RISOTTO ALLO ZAFFERANO ^{7 9} MERLUZZO GRATTINATO* ^{1; 4} POMODORI FRUTTA E PANE ¹		PASTA AL PESTO DI ZUCCHINE ^{1 3 6 7 10} SFORMATO DI PISELLI ^{1 3 7} ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	
3	RISO AL POMODORO ⁷ ASIAGO DOP ⁷ CAROTE ALL'OLIO FRUTTA E PANE ¹	ZUPPA DI CECI CON ORZO ^{3; 6;} ^{7; 10} INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹		PASTA INTEGRALE AL BATTUTO DI BASILICO ^{1 3 6} ^{7 10} COTOLETTA DI LONZA* ^{1 3} POMODORI FRUTTA E PANE ¹	
4	PASTAAL POMODORO FRESCO E BASILICO ^{1; 3;} ^{6; 7; 10} FORMAGGIO A PASTA MOLLE ⁷ ERBETTE FRUTTA E PANE ¹	INSALATA DI RISO CON PROSCIUTTO COTTO, MOZZARELLA ⁷ , MAIS, OLIVE* E BASILICO INSALATA MISTA FRUTTA E PANE ¹		RISOTTO ALLO ZAFFERANO ⁷ POLPETTE DI PESCE* ^{1; 4; 9} FINOCCHI CRUDI FRUTTA E PANE ¹	

Il pane è del tipo a basso contenuto di sale.

Tipologia di frutta servita a rotazione (sulla base della disponibilità stagionale): mele, pere, banane, albicocche, pesche, prugne, meloni
Allergeni: 1 glutine, 2 crostacei e derivati, 3 uova e derivati, 4 pesce e derivati, 5 arachidi e derivati, 6 soia e derivati, 7 latte e derivati, 8 frutta a guscio e derivati, 9 sedano e derivati, 10 senape e derivati, 11 sesamo e derivati, 12 anidride solforosa e solfiti, 13 lupino e derivati, 14 molluschi e derivati
Il simbolo “*” indica che il prodotto NON è biologico

MENU' INVERNALE CENTRO ANZIANI 2022-23

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1	Gnocchi al pomodoro <i>Minestrà</i> <i>Frittata</i> <i>Pollo al limone</i> <i>Broccoletti</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Pasta agli aromi <i>Crema</i> <i>Fusi di pollo al forno</i> <i>Pesce al forno</i> <i>Carote all'olio</i> <i>Finocchi in insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Risotto alla zucca <i>Minestrà</i> Hamburger vegetariano <i>Provolone</i> <i>Zucchine all'olio</i> <i>Carote julienne</i> <i>Frutta e pane</i>	Polenta e brusciti (piatto unico**) <i>Crema</i> Crocchette di legumi <i>Prosciutto cotto</i> <i>Finocchi cotti</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Crema di verdure con riso <i>Risotto allo zafferano</i> Merluzzo alla pizzaiola <i>Mozzarella</i> <i>Fagiolini all'olio</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta e pane</i>
2	Pizza margherita <i>Minestrà</i> <i>Prosciutto cotto</i> <i>Legumi</i> <i>Insalata verde</i> <i>Broccoli</i> <i>Frutta e pane</i>	Pasta integrale al pomodoro <i>Crema</i> <i>Provolone</i> <i>Frittata</i> <i>Carote e fagiolini</i> <i>Carote julienne</i> <i>Frutta e pane</i>	Minestrà <i>Polenta e brusciti (piatto unico**)</i> <i>Fagiolini all'uccelletto</i> <i>Pesce gratinato</i> <i>Erbele</i> <i>Finocchi in insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Pasta al pesto <i>Crema</i> <i>Pollo al limone</i> <i>Hamburger vegetale</i> <i>Fagiolini all'olio</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Zuppa di farro <i>Risotto alla parmigiana</i> <i>Polpette di merluzzo</i> <i>Asiago</i> <i>Carote all'olio</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta e pane</i>
3	Pasta aglio olio e parmigiano <i>Minestrà</i> <i>Tortino ricotta e spinaci</i> <i>Formaggio spalmabile</i> <i>Zucchine all'olio</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Crema di zucchine con pasta <i>Risotto con piselli</i> <i>Cotoletta di lonza</i> <i>Frittata</i> <i>Carote all'olio</i> <i>Finocchi in insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Orzotto ai porri <i>Pasta al pesto</i> <i>Frittata</i> <i>Prosciutto cotto</i> <i>Fagiolini</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta e pane</i>	Pasta al pomodoro <i>Crema</i> Hamburger al merluzzo <i>Pollo al forno</i> <i>Insalata</i> <i>Tis di verdure cotte</i> <i>Frutta e pane</i>	Zuppa di lenticchie con pasta <i>Pasta agli aromi</i> <i>Asiago</i> <i>Torino al limone</i> <i>Spinaci</i> <i>Finocchi in insalata</i> <i>Frutta e pane</i>
4	Pasta alle verdure <i>Minestrà</i> <i>Frittata</i> <i>Prosciutto cotto</i> <i>Bis di verdure cotte</i> <i>Carote julienne</i> <i>Frutta e pane</i>	Lasagne alla bolognese (piatto unico**) <i>Crema</i> <i>Legumi</i> <i>Frittata</i> <i>Insalata verde</i> <i>Zucchine all'olio</i> <i>Frutta e pane</i>	Pasta agli aromi <i>Minestrà</i> <i>Crescenza</i> <i>Torino al limone</i> <i>Fagiolini</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Pizza margherita <i>Crema</i> <i>Prosciutto cotto</i> <i>Provolone</i> <i>Broccoletti</i> <i>Insalata</i> <i>Frutta e pane</i>	Passata di verdura con crostini <i>Risotto allo zafferano</i> <i>Merluzzo gratinato</i> <i>Legumi</i> <i>Patate all'olio</i> <i>Insalata mista</i> <i>Frutta e pane</i>

*tutti i giorni si garantisce pasta o riso in bianco

** quando si sceglie il piatto unico gli utenti non devono selezionare il secondo