



COMUNE DI GENOVA

*COMUNE DI GENOVA*

*RISTORAZIONE*

*Ufficio Nutrizione e Dietetica*

*SISTEMA DI GESTIONE  
QUALITÀ  
UNI EN ISO 9001*

*RICETTARIO E GRAMMATURE  
NIDO D'INFANZIA E COABITAZIONI*

*Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017*

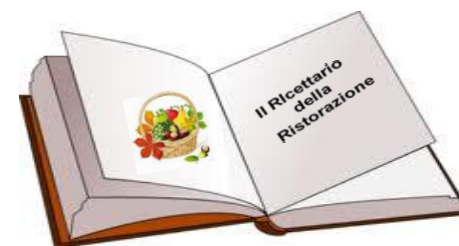




## Ricettario

*Nelle pagine seguenti sono riportati gli ingredienti e le grammature dei piatti utilizzati nel menu scolastico. Si riportano alcune precisazioni in merito a quanto indicato:*

- il peso indicato si riferisce al prodotto pulito , al netto degli scarti e/o della glassatura in caso di prodotti surgelati*
- le grammature del prodotto fresco non differiscono da quello surgelato*
- le verdure utilizzate per tutte le preparazioni sono fresche. Solo in caso di necessità le Aziende possono utilizzare verdure surgelate o di IV gamma, previa autorizzazione.*
- i legumi utilizzati per le preparazioni possono essere secchi (crema di legumi e polpettine di legumi) o surgelati ( polpettine di legumi, piselli e fagiolini).*
- la grammatura del sale iodato ove non è indicata nel ricettario va aggiunta ai cibi (es. insalate) sempre in quantità limitata*
- il prosciutto cotto deve essere sempre senza polifosfati caseinati e lattati*



## Primi Piatti Asciutti



### *Pastasciuttina o Riso al sugo di pomodoro*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b>          | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <p><i>Far stufare in casseruola un trito di: carota, cipolla e sedano con olio a calore moderato.</i></p> <p><i>Unire i pomodori pelati, l'aglio e il sale, cuocere per trenta minuti circa.</i></p> <p><i>Passare la salsa e riportarla a bollore per altri cinque minuti circa, a fine cottura aggiungere poco olio a crudo.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta o il riso (secondo il menu) in acqua salata e condire con il sugo preparato.</i></p> |
| <i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i> | 55                  | 60                      | 80                      | 90                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>pomodori pelati</i>                        | 50                  | 55                      | 75                      | 95                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>carota gr 8, cipolla gr 4, sedano gr 4</i> | 16                  | 16                      | 16                      | 16                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>parmigiano reggiano</b>                    | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>             | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino grosso</i>                     | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino iodato fino</i>                | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>aglio</i>                                  | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Pasta o Riso al ragù di vitellone*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b>          | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <p><i>Far stufare in casseruola un trito di carota, cipolla, sedano con olio a calore moderato.</i></p> <p><i>Unire la carne di vitellone al trito e all'alloro, far insaporire e aggiungere i pomodori pelati passati, unire il sale fino, cuocere lentamente il sugo e proseguire la cottura.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta o il riso (secondo il menu) in acqua salata e condire con il sugo preparato.</i></p> |
| <i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i> | 55                  | 60                      | 80                      | 90                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>pomodori pelati</i>                        | 50                  | 55                      | 75                      | 95                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>carne trita di vitellone</i>               | 10                  | 15                      | 20                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>carota gr 8, cipolla gr 4, sedano gr 4</i> | 16                  | 16                      | 16                      | 16                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>parmigiano reggiano</b>                    | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>             | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>sale marino grosso</i>                     | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>sale marino iodato fino</i>                | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>alloro fresco</i>                          | 0,01                | 0,01                    | 0,01                    | 0,01                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Pasta al ragù vegetale*

| <i>Ingredienti</i>                              | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b>            | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <p><i>Far stufare in casseruola un trito di carota, porro e zucchine con olio a fuoco moderato.</i></p> <p><i>Unire l'aglio e i pomodori pelati, salare, cuocere per trenta minuti circa, a fine cottura aggiungere olio crudo.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta in acqua salata e condire con il ragù di verdure.</i></p> |
| <i>pomodori pelati</i>                          | 50                  | 55                      | 75                      | 95                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>carota gr 8, porro gr 5, zucchine gr. 8,</i> | 21                  | 21                      | 21                      | 21                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>parmigiano reggiano</b>                      | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>               | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>sale marino grosso</i>                       | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>sale marino iodato fino</i>                  | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>aglio</i>                                    | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

*Pastasciuttina o Riso all'olio extra vergine d'oliva*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b>          | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <i>Lessare la pasta o il riso (secondo il menu) in acqua salata, scolare e condire con olio extra vergine d'oliva e parmigiano</i> |
| <i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i> | 55                  | 60                      | 80                      | 90                    |                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>             | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                    |
| <b>parmigiano reggiano</b>                    | 5                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                    |
| <b>parmigiano reggiano (con riso)</b>         | 6                   | 6                       | 8                       | 10                    |                                                                                                                                    |
| <i>sale marino grosso</i>                     | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

*Pastasciuttina al burro*

| <i>Ingredienti</i>                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                       |
|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b> | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <i>Lessare la pasta in acqua salata, scolare e condire con il burro e il parmigiano</i> |
| <b>burro</b>                         | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                         |
| <b>parmigiano reggiano</b>           | 5                   | 5                       | 8                       | 10                    |                                                                                         |
| <i>sale marino grosso</i>            | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                         |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

### *Pastasciuttina al pesto*

| <i>Ingredienti</i>                      | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>prima-<br/>ria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b>    | 50                  | 60                      | 70                            | 80                    | <p><i>Mondare e lavare il basilico (seguendo la procedura). Lessare i pinoli (seguendo procedura). Frullare nel cutter gli ingredienti (tranne il parmigiano) avendo cura di non insistere troppo per evitare di riscaldare la salsa. Unire il parmigiano a salsa pronta omogenea.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta in acqua salata e condirla con il "pesto".</i></p> |
| <b>pasta formato "gnocchetti sardi"</b> | 60                  | 70                      | 80                            | 90                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>parmigiano reggiano</b>              | 8                   | 8                       | 10                            | 12                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>       | 6                   | 6                       | 7                             | 9                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>sale marino grosso</i>               | 3                   | 3                       | 4                             | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>pinoli</i>                           | 3                   | 3                       | 4                             | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>basilico (solo foglie)</i>           | 7                   | 10                      | 10                            | 10                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>sale marino iodato fino</i>          | 0,1                 | 0,2                     | 0,25                          | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>aglio</i>                            | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                           | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: glutine, latte e derivati**

### *Pastasciuttina al sugo di pinoli ed erbe aromatiche*

| <i>Ingredienti</i>                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b> | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <p><i>Lessatura dei pinoli (seguendo procedura). Tritare i pinoli e aggiungere la maggiorana tritata, il parmigiano e il latte, formando un composto. Lessare la pasta in acqua leggermente salata, scolarla e mantecare con il composto ottenuto incorporare a essi olio extra vergine d'oliva.</i></p> |
| <b>latte bio intero fresco</b>       | 20                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>parmigiano reggiano</b>           | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>    | 4                   | 5                       | 6                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>pinoli</i>                        | 3                   | 4                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>sale marino grosso</i>            | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>sale marino iodato fino</i>       | 0,1                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>maggiorana fresca</i>             | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Pastasciuttina alla crema di zucchine*

| <i>Ingredienti</i>                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b> | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <i>Far stufare in una casseruola con olio un trito di carota, sedano e cipolla e salare , sucessivamente unire le zucchine tagliate a dadini e cuocere a fuoco moderato per circa trenta minuti.</i><br><i>A fine cottura unire al sugo il prezzemolo e frullare.</i><br><i>Cuocere la pasta in acqua salata e condire con la crema di zucchine .</i><br><i>Cospargere di parmigiano reggiano.</i> |
| <i>zucchine</i>                      | 40                  | 40                      | 45                      | 50                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>carote</i>                        | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>sedano</b>                        | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>cipolla</i>                       | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine di oliva</i>   | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>parmigiano reggiano</b>           | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino grosso</i>            | 3                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Pastasciuttina alla crema di piselli*

| <i>Ingredienti</i>                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b> | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <i>Far stufare in cassseruola un trito di cipolla e olio e sale ,sucessivamente unire i piselli e cuocere a fuoco moderato.</i><br><i>A fine cottura aggiungere del prezzemolo e frullare.</i><br><i>Cuocere la psta in acqua salata e condire con la crema di piselli.</i><br><i>Cospargere di parmigiano reggiano.</i> |
| <i>*piselli</i>                      | 50                  | 50                      | 55                      | 60                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>olio extra vergine di oliva</i>   | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>parmigiano reggiano</b>           | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>sale marino grosso</i>            | 3                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>cipolla</i>                       | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <i>prezzemolo</i>                    | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

### *Lasagne al sugo di pomodoro al forno*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>pomodori pelati</i>                        | 90                  | 90                      | 100                     | 110                   | <i>Far stufare in casseruola un trito di carota, cipolla e sedano con olio a calore moderato. Unire i pomodori pelati e il sale e cuocere per trenta minuti circa. Passare la salsa e riportarla a bollore per altri cinque minuti circa. Lessare le lasagne in acqua salata, in seguito unire il sugo a strati alternando gli ingredienti (sugo, parmigiano e besciamella). Spolverare di parmigiano e infornare.</i> |
| <b>besciamella UHT</b>                        | 75                  | 80                      | 90                      | 110                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>*lasagne surgelate</b>                     | 60                  | 70                      | 80                      | 90                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>carota gr 8, cipolla gr 4, sedano gr 4</i> | 16                  | 16                      | 16                      | 16                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>parmigiano reggiano</b>                    | 8                   | 8                       | 10                      | 10                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>             | 4                   | 5                       | 6                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino grosso</i>                     | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i>                | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Risotto alla crema di zucca*

| <i>Ingredienti</i>                                                 | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i>                      | 55                  | 60                      | 80                      | 90                    | <i>Preparare un brodo vegetale con le verdure. In una casseruola stufare un trito di cipolle con olio a calore moderato, unire ad esse la zucca tagliata a tocchetti, frullare a cottura ultimata. Unire alla zucca il riso, far insaporire e proseguire la cottura irrorando con brodo vegetale bollente affinché non sia rallentata la cottura, salare. A cottura ultimata e a fuoco spento unire il burro e parmigiano reggiano.</i> |
| <i>zucca</i>                                                       | 40                  | 40                      | 45                      | 50                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>carota gr 5, cipolla gr 5, sedano gr 5 (per brodo vegetale)</i> | 15                  | 15                      | 15                      | 15                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>parmigiano reggiano</b>                                         | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>burro</b>                                                       | 4                   | 4                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                                  | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>cipolla</i>                                                     | 5                   | 5                       | 8                       | 10                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino grosso</i>                                          | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino iodato fino</i>                                     | 0,1                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati**



### *Riso al latte*

| <i>Ingredienti</i>               | <i>nido<br/>gr</i> | <i>infanzia<br/>gr</i> | <i>primaria<br/>gr</i> | <i>adulti<br/>gr</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                          |
|----------------------------------|--------------------|------------------------|------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>riso "Parboiled" o "Roma"</i> | 50                 | 60                     | 70                     | 80                   | <i>Far bollire il riso nel latte con aggiunta di acqua bollente salata q.b. A cottura ultimata mantecare con il burro e il parmigiano.</i> |
| <b>latte fresco intero bio</b>   | 80                 | 80                     | 90                     | 100                  |                                                                                                                                            |
| <b>burro</b>                     | 3                  | 3                      | 4                      | 4                    |                                                                                                                                            |
| <b>parmigiano reggiano</b>       | 4                  | 4                      | 5                      | 6                    |                                                                                                                                            |
| <i>sale marino grosso</i>        | 3                  | 3                      | 3                      | 5                    |                                                                                                                                            |
| <i>sale marino iodato fino</i>   | 0,2                | 0,2                    | 0,2                    | 0,3                  |                                                                                                                                            |
| <i>acqua</i>                     | <i>q.b.</i>        | <i>q.b.</i>            | <i>q.b.</i>            | <i>q.b.</i>          |                                                                                                                                            |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati**

### *Risotto con \*asparagi*

| <i>Ingredienti</i>                                                 | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i>                      | 55                  | 60                      | 80                      | 90                    | <i>Preparare un brodo vegetale con sale. A parte lessare gli asparagi e passarli al setaccio. In una casseruola far appassire la cipolla con olio a calore moderato, unire il riso, far insaporire sempre mescolando, aggiungere poco alla volta brodo vegetale. A metà cottura del riso, aggiungere la purea di asparagi. A cottura ultimata condire con olio a crudo e parmigiano reggiano.</i> |
| <i>*asparagi</i>                                                   | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <i>carote gr 5, cipolle gr 5, sedano gr 5 (per brodo vegetale)</i> | 15                  | 15                      | 15                      | 15                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <i>cipolla</i>                                                     | 5                   | 5                       | 8                       | 10                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>parmigiano reggiano</b>                                         | 4                   | 5                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                                  | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <i>sale marino grosso</i>                                          | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati**

### *Risotto alla parmigiana*

| <i>Ingredienti</i>                                                       | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr</i> | <i>primaria<br/>gr</i> | <i>adulti<br/>gr</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>riso "Roma" o "Parboiled"</i>                                         | 55                  | 60                     | 80                     | 90                   | <p><i>Preparare il brodo vegetale con le verdure e salare. Far appassire la cipolla in pentola o brasiera insieme all'olio, aggiungere il riso e far insaporire. Aggiungere il brodo vegetale bollente fino al termine della cottura. Mantecare con il burro e il parmigiano reggiano.</i></p> |
| <i>olio extra vergine di oliva</i>                                       | 3                   | 3                      | 4                      | 5                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>cipolla</i>                                                           | 5                   | 5                      | 5                      | 6                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>carota gr.5, cipolla gr.5, <b>sedano</b> gr.5(per brodo vegetale)</i> | 15                  | 15                     | 15                     | 15                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>burro</b>                                                             | 3                   | 3                      | 4                      | 5                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>parmigiano reggiano</b>                                               | 4                   | 4                      | 5                      | 6                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino grosso</i>                                                | 3                   | 3                      | 4                      | 5                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino iodato fino</i>                                           | 0,2                 | 0,2                    | 0,2                    | 0,3                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati**

### *Grano spezzato (bulgur) o cous cous con sugo di pomodoro*

| <i>Ingredienti</i>                       | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>grano spezzato bulgur o cous cous</b> | 40                  | 50                      | 70                    | <p><i>Lavare bene il bulgur o il cous cous, lasciarlo a bagno per circa un'ora.</i></p> <p><i>Nel frattempo preparare un brodo vegetale con parte degli ortaggi.</i></p> <p><i>Tritare nel frattempo gli ortaggi rimanenti e stufarli in un tegame con olio, aggiungere il pomodoro, l'alloro, sale e portare a cottura.</i></p> <p><i>Unire al sugo il bulgur, aggiungere poco alla volta brodo vegetale e cuocere per circa 15 minuti, aggiustare di sale e servire con parmigiano e un trito di prezzemolo.</i></p> |
| <i>pomodori pelati</i>                   | 60                  | 70                      | 80                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>carota, <b>sedano</b>, porro</i>      | 30                  | 30                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>        | 3                   | 4                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>parmigiano reggiano</b>               | 3                   | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>prezzemolo</i>                        | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino grosso</i>                | 2                   | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i>           | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>aglio</i>                             | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>alloro</i>                            | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**



## Primi piatti in brodo

### *Minestra di verdure con pasta o riso o pasta integrale o farro o orzetti*

| <i>Ingredienti</i>                                                                      | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate</i>                                                                           | 50                  | 80                      | 100                     | 120                   | <i>Lessare in acqua salata le verdure.<br/>A cottura ultimata passarle e rimetterle al fuoco, aggiungere il cereale previsto nel menu (riso o pasta) e ultimare la cottura.<br/>Condire a crudo con olio e parmigiano</i> |
| <i>zucchine</i>                                                                         | 20                  | 20                      | 30                      | 50                    |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>pasta di semola di grano duro o<br/>riso o pasta integrale o farro o<br/>orzetti</b> | 20                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>bietole</i>                                                                          | 10                  | 15                      | 20                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>zucca</i>                                                                            | 5                   | 5                       | 6                       | 10                    |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>carote</i>                                                                           | 8                   | 8                       | 10                      | 12                    |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>cipolle</i>                                                                          | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>sedano</b>                                                                           | 2                   | 2                       | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>parmigiano reggiano</b>                                                              | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                                                       | 4                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>sale marino grosso</i>                                                               | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                           |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento, orzo, farro(glutine), sedano, latte e derivati**

### *Minestra primavera con pasta*

| <i>Ingredienti</i>                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate</i>                        | 50                  | 90                      | 100                     | 120                   | <i>Lessare in acqua salata le verdure.<br/>A cottura ultimata passarle e rimetterle<br/>sul fuoco, aggiungere la pasta e ultimare<br/>la cottura.<br/>Condire a crudo con olio e parmigiano</i> |
| <i>zucchine</i>                      | 20                  | 25                      | 35                      | 50                    |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>pasta di semola di grano duro</b> | 20                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                 |
| <i>bietole</i>                       | 10                  | 15                      | 20                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                 |
| <i>carote</i>                        | 8                   | 10                      | 15                      | 20                    |                                                                                                                                                                                                 |
| <i>cipolle</i>                       | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>sedano</b>                        | 2                   | 2                       | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>parmigiano reggiano</b>           | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                 |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>    | 4                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                 |
| <i>sale marino grosso</i>            | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                 |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Semolino di grano al sugo di pomodoro (per dieta codice "C" 12/18 Mesi)*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>Lattanti<br/>12/18 mesi<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>pomodori pelati</i>            | 55                                     | <i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano.<br/>Porre in una casseruola i sapori tritati con olio far stufare a fuoco moderato, unire i pelati ed un pizzico di sale, portare a termine la cottura.<br/>Cuocere il semolino nel brodo vegetale a fine cottura condirlo con il sugo preparato, parmigiano e servire.</i> |
| <b>semolino di grano</b>          | 30                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>carota, cipolla, sedano</i>    | 20                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>parmigiano reggiano</b>        | 4                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 3                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>Per brodo vegetale</i>         |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>carota, cipolla, sedano</i>    | 25                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino grosso</i>         | 2                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Brodo di carne con pastina*

| <i>Ingredienti</i>                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pastina di semola grano duro</b> | 25                  | 30                      | 35                      | 40                    | <i>In una pentola con acqua fredda mettere la carne da bollito, le carote, cipolle e sedano, unire il sale e portare ad ebollizione fino a termine cottura della carne. Estrarre dal brodo la carne, e il sedano. Frullare i restanti sapori, unire la pastina e a cottura ultimata, cospargere di parmigiano e servire.</i> |
| <i>bollito di vitellone magro</i>   | 80                  | 90                      | 110                     | 130                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>carote, cipolle, sedano</i>      | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>parmigiano reggiano</b>          | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>sale marino grosso</i>           | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**

### *Crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con pastina*

| <i>Ingredienti</i>                                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta di semola di grano duro</b>              | 20                  | 25                      | 30                      | 35                | <i>Mettere a bagno i fagioli secchi in acqua fredda per 12 ore (per la preparazione della crema di legumi con fagioli). Lavare molto bene i piselli o i fagioli secchi in acqua fredda.</i><br><i>Far stufare in pentola un trito di carota, cipolla, sedano con olio a calore moderato. Unire ai sapori i piselli o i fagioli, le patate a tocchetti, acqua e continuare la cottura fino a cottura dei legumi.</i><br><i>Successivamente frullare il composto unire la pasta e completare la cottura. Condire con olio a crudo.</i> |
| <i>patate</i>                                     | 50                  | 80                      | 100                     | 120               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>piselli o fagioli cannellini secchi</i>        | 20                  | 25                      | 30                      | 35                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>carota 10 gr., cipolla 10 gr., sedano gr.5</i> | 25                  | 25                      | 25                      | 25                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>parmigiano reggiano</b>                        | 4                   | 4                       | 5                       | 6                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                 | 4                   | 4                       | 4                       | 5                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <i>sale marino grosso</i>                         | 2                   | 3                       | 4                       | 4                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati**



## Secondi piatti di carne di pollame

### *Petto di pollo o fesa di tacchino al vapore*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>prima-<br/>ria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>petto di pollo</i>             | 70                  | 70                      | 90                            | 110                   | <i>In una casseruola porre la carne di pollo o tacchino (come da menu) con olio e alloro. A metà cottura aggiungere sale, portare a termine la cottura.</i> |
| <i>fesa di tacchino</i>           | 70                  | 70                      | 90                            | 110                   |                                                                                                                                                             |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                             | 6                     |                                                                                                                                                             |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                           | 0,35                  |                                                                                                                                                             |
| <i>alloro</i>                     | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                           | 0,1                   |                                                                                                                                                             |

### *Cosce di pollo al forno*

| <i>Ingredienti</i>                                                                              | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>cosce di pollo (fuselli o sovracosce o coscia intera ) per primaria e adulti</i>             |                     |                         | 180                     | 300                   | <i>Lavare ed asciugare le cosce di pollo. Disporle nelle teglie con sale, alloro ed un trito finissimo di aglio e rosmarino. Infornare. A cottura ultimata, eliminare la pelle dalle cosce di pollo destinate ai bimbi nido, infanzia e primo ciclo primaria spolparle e tagliare la carne a pezzetti.</i> |
| <i>cosce di pollo (sopra cosce o polpa di coscia di pollo) per nido e infanzia</i>              | 130                 | 150                     |                         |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>Polpa di coscia di pollo (qualora utilizzata al posto delle cosce di pollo da disossare)</i> | 75                  | 90                      | 95                      | 105                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>aglio, alloro, rosmarino</i>                                                                 | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>sale marino iodato fino</i>                                                                  | 0,20                | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

### *Pollo alla cacciatora*

| <i>Ingredienti</i>                 | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>polpa di coscia di pollo</i>    | 75                  | 90                      | 95                      | 105                   | <i>Disporre la polpa della coscia di pollo in una casseruola con olio, aggiungere aglio, timo e cipolla tritata, salare e far rosolare la carne. A metà cottura, aggiungere i pinoli e le olive.</i> |
| <i>olive verdi denocciolate</i>    | 2                   | 2                       | 3                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                      |
| <i>pinoli</i>                      | 1                   | 1                       | 2                       | 3                     |                                                                                                                                                                                                      |
| <i>cipolla</i>                     | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                      |
| <i>olio extra vergine di oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                      |
| <i>aglio, timo</i>                 | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                      |
| <i>sale marino iodato fino</i>     | 0,20                | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                      |

### *Fesa di tacchino arrosto*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>fesa di tacchino</i>                       | 70                  | 80                      | 100                     | 120                   | <i>Preparare poco brodo vegetale con parte di carota, cipolle, sedano, sale. Adagiare la fesa di tacchino nelle teglie precedentemente unte di olio e far rosolare in forno caldo. Quando la carne è rosolata irrorare con il latte, successivamente aggiungere le restanti carote, cipolle e sedano tagliati a tocchetti, continuare la cottura aggiungendo poco alla volta brodo vegetale. A metà cottura unire alla carne il trito finissimo di aglio e rosmarino e alcune foglie intere di alloro. Ultimare la cottura. Levare l'alloro, frullare tutte le verdure e unire il fondo di cottura alle fettine di tacchino.</i> |
| <i>carota gr 8, cipolla gr 8, sedano gr 4</i> | 20                  | 20                      | 20                      | 20                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>latte intero fresco bio</b>                | 8                   | 8                       | 10                      | 12                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>             | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>sale marino grosso</i>                     | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>aglio, alloro, rosmarino</i>               | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>sale marino iodato fino</i>                | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati, sedano**

### *Bocconcini di tacchino o pollo agli aromi*

| <i>Ingredienti</i>                                     | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bocconcini di fesa di tacchino o petto di pollo</i> | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di pollo o tacchino (a seconda del menu) con olio.<br/>Tritare aglio, rosmarino e salvia finissimi, unirli ai bocconcini insieme al sale ed alcune foglie di alloro che andranno levate a fine cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                      | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>alloro, rosmarino, salvia</i>                       | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>aglio</i>                                           | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i>                         | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                                                        |

### *Bocconcini di pollo gratinati al timo*

| <i>Ingredienti</i>                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bocconcini di petto di pollo</i> | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di pollo con olio.<br/>Tritare aglio, rosmarino, timo e pane grattato (quanto basta per gratinarli in forno), salare.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>   | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                      |
| <i>rosmarino, salvia, timo</i>      | 0,7                 | 0,7                     | 0,7                     | 0,9                   |                                                                                                                                                                      |
| <i>aglio</i>                        | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                      |
| <i>sale marino iodato fino</i>      | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                      |
| <b>pane grattato</b>                | 6                   | 6                       | 6                       | 6                     |                                                                                                                                                                      |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)**

### *Bocconcini di pollo al limone*

| <i>Ingredienti</i>                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bocconcini di petto di pollo</i> | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>Infarinare leggermente i bocconcini di pollo e farli rosolare in casseruola con olio e salare.<br/>Spremere i limoni e irrorare con il succo i bocconcini per ultimare la cottura. A fine cottura aggiungere la scorza grattugiata di alcuni limoni.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>   | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>limone</i>                       | 2                   | 2                       | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>farina</b>                       | 8                   | 8                       | 10                      | 12                    |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>sale marino iodato fino</i>      | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>scorza di limone grattugiata</i> | q.b.                | q.b.                    | q.b.                    | q.b.                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)**



### *Spezzatino di tacchino con carote*

| <i>Ingredienti</i>                    | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bocconcini di fesa di tacchino</i> | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>Tritare cipolla, aglio, rosmarino.<br/>Stufare in casseruola insieme all'alloro, aggiungere la carne, farla rosolare, a metà cottura, salare e unire le carote tagliate a pezzi.<br/>Portare a cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>     | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino iodato fino</i>        | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                |
| <i>carote</i>                         | 40                  | 40                      | 50                      | 70                    |                                                                                                                                                                                                                |

### *Secondi piatti di carne di bovina*

#### *Carne trita di vitellone al vapore*

| <i>Ingredienti</i>                    | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                        |
|---------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>carne trita di vitellone magra</i> | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>In una casseruola porre la carne di vitellone (come da menu) con olio e alloro.<br/>A metà cottura aggiungere sale, portare a termine la cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>     | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                          |
| <i>sale marino iodato fino</i>        | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                          |
| <i>alloro</i>                         | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                          |

#### *Bollito di vitellone*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bollito di vitellone magro</i> | 80                  | 90                      | 110                     | 130                   | <i>La carne bollita precedentemente per il brodo deve essere affettata e porzionata per gli adulti e per gli utenti scuola primaria.<br/>Per i bambini del Nido e dell' Infanzia, deve essere tritata.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                            |

### *Uccelletto di vitellone agli aromi*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>uccelletto di #vitellone</i>   | 70                  | 90                      | 110                     | 130                   | <i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di vitellone o lonza (secondo il menu) con olio, aglio, alloro e sale.<br/>Portare a termine la cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                         |
| <i>alloro</i>                     | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                         |
| <i>aglio</i>                      | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                         |

### *Polpettine di vitellone al sugo di pomodoro con piselli*

| <i>Ingredienti</i>                                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>polpa di #vitellone tritata</i>                   | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <i>Lessare le patate in acqua salata, a fine cottura passarle e lasciarle raffreddare. Unire ad esse la carne, le uova, il parmigiano l'aglio e la maggiorana tritati, salare.<br/>Formare delle palline di media grandezza, successivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare.</i> |
| <i>patate</i>                                        | 25                  | 25                      | 35                      | 40                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>uova pastorizzate</b>                             | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>parmigiano reggiano</b>                           | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                    | 2                   | 2                       | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino grosso</i>                            | 2                   | 2                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>maggiorana fresca</i>                             | 0,3                 | 0,3                     | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino iodato fino</i>                       | 0,25                | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>aglio</i>                                         | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>Ingredienti per sughetto</i>                      |                     |                         |                         |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>pomodori pelati</i>                               | 65                  | 70                      | 80                      | 90                    | <i>Preparazione sughetto:in una casseruola far appassire a fuoco moderato con olio la carota, cipolla, sedano, unire i piselli surgelati e far stufare, unire i pomodori pelati e salare, cuocere per circa trenta minuti.<br/>Quando il sughetto é pronto unirlo alle polpettine e servire.</i>   |
| <i>*piselli fini</i>                                 | 45                  | 50                      | 60                      | 70                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>carota gr 8, cipolla gr 4, <b>sedano gr 4</b></i> | 16                  | 16                      | 16                      | 16                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                    | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                                      |                     |                         |                         |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati, uova**

### Polpettine di vitellone al forno o in casseruola

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>polpa di vitellone tritata</i> | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    | <p><i>Lessare le patate in acqua salata, a fine cottura passarle e lasciarle raffreddare. Unire ad esse la carne, le uova, il parmigiano, l'aglio e la maggiorana tritati, salare.</i></p> <p><i>Formare delle palline di media grandezza, passarle nel pangrattato, successivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare.</i></p> |
| <i>patate</i>                     | 25                  | 25                      | 35                      | 40                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>uova pastorizzate</b>          | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>parmigiano reggiano</b>        | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>pane grattugiato</i>           | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 2                   | 2                       | 3                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino grosso</i>         | 2                   | 2                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>maggiorana fresca</i>          | 0,3                 | 0,3                     | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,25                | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>aglio</i>                      | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati, uova**



### Secondi piatti di carne suina

#### Bocconcini di lonza alle mele

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>uccelletto di lonza</i>        | 70                  | 80                      | 100                     | 120                   | <p><i>Frullare i sapori, gli aromi e le mele stufandole con olio, poi rosolare la carne di lonza e aggiungere se necessario brodo vegetale e completare la cottura.</i></p> |
| <i>mele</i>                       | 15                  | 15                      | 15                      | 15                    |                                                                                                                                                                             |
| <i>carote</i>                     | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                             |
| <i>cipolla</i>                    | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                             |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                             |
| <b>sedano</b>                     | 2                   | 2                       | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                             |
| <i>salvia</i>                     | 0,2                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                   |                                                                                                                                                                             |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                             |
| <i>aglio</i>                      | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                             |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano**

### *Arrosto di lonza in casseruola o al forno*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| lonza di maiale                               | 70                  | 80                      | 100                     | 120                   | Preparare poco brodo vegetale con parte di carota, cipolle, sedano, sale. Adagiare la lonza nelle teglie precedentemente unte di olio e far rosolare in forno caldo. Quando la carne è rosolata aggiungere le restanti carote, cipolle e sedano tagliati a tocchetti, continuare la cottura aggiungendo poco alla volta brodo vegetale. A metà cottura unire alla carne il trito finissimo di aglio e rosmarino e alcune foglie intere di alloro. Ultimare la cottura. Levare l'alloro, frullare tutte le verdure e unire il fondo di cottura alle fettine di lonza. |
| carota gr 8, cipolla gr 8, <b>sedano</b> gr 4 | 20                  | 20                      | 20                      | 20                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| olio extra vergine d'oliva                    | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sale marino grosso                            | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| aglio, alloro, rosmarino                      | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sale marino iodato fino                       | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano**



### *Secondi piatti di pesce*

#### *Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore o Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore con olio e limone*

| <i>Ingredienti</i>                                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>filetti di *merluzzo</b>                         | 80                  | 100                     | 120                     | 140                   | Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale.<br>Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce.<br>Colarli, frullarli e condirli con olio, limone e sale. |
| <b>*halibut</b>                                     | 90                  | 100                     | 120                     | 140                   |                                                                                                                                                                                     |
| carota, cipolla, <b>sedano</b> (per brodo vegetale) | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                     |
| succo di limone                                     | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                     |
| olio extra vergine d'oliva                          | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                     |
| sale marino grosso                                  | 2                   | 2                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                     |
| sale marino iodato fino                             | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                     |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce, sedano***Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore o al verde*

| <i>Ingredienti</i>                                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>filetti di *merluzzo</b>                         | 80                  | 100                     | 120                     | 140                   | <i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale.<br/>Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce.<br/>Colarli, frullarli e condirli con olio, limone, prezzemolo tritato con aglio e sale.</i> |
| <b>*halibut</b>                                     | 90                  | 100                     | 120                     | 140                   |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>carota, cipolla, sedano (per brodo vegetale)</i> | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>succo di limone</i>                              | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                   | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>sale marino grosso</i>                           | 2                   | 2                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>sale marino iodato fino</i>                      | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>prezzemolo</i>                                   | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>aglio</i>                                        | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                            |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce, sedano***Filetti di merluzzo al verde con capperi e olive*

| <i>Ingredienti</i>                 | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>filetti di *merluzzo</b>        | 80                  | 100                     | 120                     | 140                   | <i>Lavare il merluzzo, infarinare e metterlo nella teglia unta di olio. Tritare capperi, olive, prezzemolo e aglio e sale versare sul pesce, e infornare.<br/>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale da versare sul pesce all'occorrenza.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>  | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>farina di grano tenero "00"</b> | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>sale marino grosso</i>          | 2                   | 2                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>sale marino iodato fino</i>     | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>aglio</i>                       | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>prezzemolo</i>                  | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>capperi sotto sale</i>          | 1                   | 1                       | 1                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <i>olive verdi denocciolate</i>    | 2                   | 2                       | 2                       | 2                     |                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), pesce**

### *Crocchette di merluzzo al forno*

| <i>Ingredienti</i>                            | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>filetti di *merluzzo</b>                   | 55                  | 55                      | 65                      | 85                    | <p><i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano, aglio ed un limone senza buccia, sale e lessare il pesce nel brodo preparato.</i></p> <p><i>Lessare a parte le patate e passarle al setaccio. Pulire il pesce, amalgamarlo alle patate, uovo, parmigiano, aglio e prezzemolo, sale.</i></p> <p><i>Formare con l'impasto così ottenuto delle crocchette di media dimensione, passarle nel pangrattato e adagiarle nelle teglie precedentemente unte con olio ed infornare</i></p> |
| <i>patate bianche</i>                         | 40                  | 50                      | 60                      | 70                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>uova pastorizzate</b>                      | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>carote gr 6, cipolle gr 6, sedano gr 3</i> | 15                  | 15                      | 15                      | 15                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>pane grattugiato</b>                       | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>parmigiano reggiano</b>                    | 3                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>             | 3                   | 3                       | 3                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>sale marino grosso</i>                     | 2                   | 3                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>limone ogni 6 persone</i>                  | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>sale marino iodato fino</i>                | 0,2                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>aglio e prezzemolo</i>                     | 0,2                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati, pesce, uova, sedano**

### *Halibut impanato*

| <i>Ingredienti</i>                         | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>filetti di *halibut</b>                 | 90                      | 110                     | 130                   | <p><i>Passare i filetti di halibut scongelati nell'uovo precedentemente salato, impanare e adagiare il pesce nelle teglie unte di olio, infornare. Servire i filetti impanati, una volta cotti, accompagnati con limone a spicchi.</i></p> |
| <b>pane grattugiato</b>                    | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>uova pastorizzate</b>                   | 10                      | 12                      | 15                    |                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>          | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>limone in spicchi (ogni 6 presenze)</i> | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>sale marino iodato fino</i>             | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                            |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), pesce, uova**

**Bastoncini di merluzzo al forno (limone a spicchi) per infanzia primaria e adulti**

| <i>Ingredienti</i>                         | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>bastoncini di *merluzzo (numero)</b>    | 3                       | 4                       | 5                     | <i>In un tegame unto di olio adagiarvi i bastoncini di merluzzo in uno solo strato, salare leggermente. Infornare, servire con spicchi di limone</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>          | 2                       | 3                       | 4                     |                                                                                                                                                      |
| <i>limone in spicchi (ogni 6 presenze)</i> | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                      |
| <i>sale marino iodato fino</i>             | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                      |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce, glutine (leggere attentamente l'etichetta del prodotto confezionato)**

**Tortino di halibut/merluzzo al forno**

| <i>Ingredienti</i>                              | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>*halibut /*merluzzo</b>                      | 50                  | 50                      | 60                      | 70                    | <i>Far lessare in acqua salata le patate, al termine della cottura passarle. Nel frattempo far appassire in una padella cipolla, carota e sedano tritati, con olio a calore moderato. A parte lessare il pesce e tritarlo. Unire al pesce e alle patate le uova, la ricotta, il parmigiano, l'aglio e prezzemolo tritati, le verdure precedentemente appassite, sale fino ed amalgamare bene tutti gli ingredienti. Stendere il composto (se sfornato) o formare delle piccole polpettine (se crocchette) nelle teglie leggermente unte di olio. Infornare a forno caldo</i> |
| <i>patate bianche</i>                           | 40                  | 50                      | 60                      | 70                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>carote gr 10, cipolle gr 10, sedano gr 5</i> | 25                  | 25                      | 25                      | 25                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>uovo pastorizzato</b>                        | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>ricotta bio</b>                              | 20                  | 20                      | 25                      | 25                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>parmigiano reggiano</b>                      | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>pane grattugiato</b>                         | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>               | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>sale marino grosso</i>                       | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>sale marino iodato fino</i>                  | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>aglio</i>                                    | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <i>prezzemolo</i>                               | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati, pesce, uova**





## Secondi piatti a base di uova e verdure

### *Torta di verdure e ricotta*

| <i>Ingredienti</i>              | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>           | 60                  | 60                      | 80                      | 90                    | <p><i>Lessare in acqua salata le patate, a metà cottura delle stesse unire le bietole, al termine della cottura passare il tutto.</i></p> <p><i>Quando le patate e bietole si sono raffreddate, unire ad esse le uova, la ricotta, il parmigiano, la maggiorana tritata, la cipolla appassita precedentemente, salare ed amalgamare bene tutti gli ingredienti.</i></p> <p><i>Stendere il composto nelle teglie precedentemente unte di olio e spolverate con pangrattato, ultimare cospargendo la superficie con pangrattato, decorare con i rebbi di una forchetta ed irrorare con un filo di olio extra vergine oliva. Infornare a calore medio.</i></p> |
| <i>bietole</i>                  | 40                  | 40                      | 50                      | 60                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>uovo pastorizzato</b>        | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>ricotta</b>                  | 15                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>parmigiano reggiano</b>      | 7                   | 8                       | 9                       | 10                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>olio extra vergine oliva</i> | 5                   | 7                       | 8                       | 9                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>cipolla</i>                  | 5                   | 6                       | 7                       | 10                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>pane grattugiato</b>         | 4                   | 4                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>sale marino grosso</i>       | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>maggiorana fresca</i>        | 0,2                 | 0,2                     | 0,3                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>sale marino iodato fino</i>  | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati, uovo**

### *Crocchette di patate e ricotta*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 80                  | 90                      | 100                     | 110                   | <p><i>Lessare le patate in acqua salata, al termine della cottura passarle.</i></p> <p><i>Quando le patate si sono raffreddate unire ad esse, le uova, la ricotta, il parmigiano, aglio e maggiorana tritati finissimi, salare ed amalgamare bene tutti gli ingredienti.</i></p> <p><i>Formare delle crocchette di medie dimensioni leggermente appiattite, passarle nel pangrattato e adagiarle nelle teglie precedentemente unte di olio, infornare.</i></p> |
| <b>ricotta</b>                    | 20                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>uova pastorizzate</b>          | 20                  | 20                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>parmigiano reggiano</b>        | 8                   | 10                      | 12                      | 15                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>pane grattugiato</b>           | 5                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 3                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino grosso</i>         | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,1                 | 0,1                     | 0,15                    | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>aglio</i>                      | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <i>maggiorana fresca</i>          | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati, uova**



### Polpettone di fagiolini

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 60                  | 60                      | 80                      | 100                   | <p><i>Far lessare in acqua salata le patate e i fagiolini. Nel frattempo far appassire in una padella la cipolla tritata o a fettine sottilissime con poco olio a calore moderato.</i></p> <p><i>Passare le verdure cotte, unire ad esse la cipolla appassita, le uova, il parmigiano e la maggiorana tritata, regolare di sale fino.</i></p> <p><i>Stendere il composto nelle teglie unte di olio e spolverate di pangrattato, ultimare cospargendo la superficie con pangrattato ed un filo di olio.</i></p> <p><i>Decorare con i rebbi di una forchetta ed infornare a calore medio.</i></p> |
| <i>*fagiolini fini</i>            | 65                  | 65                      | 85                      | 105                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>uova pastorizzate</b>          | 25                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>parmigiano reggiano</b>        | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>pane grattugiato</b>           | 4                   | 4                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>sale marino grosso</i>         | 3                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>cipolla</i>                    | 2                   | 2                       | 3                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>maggiorana fresca</i>          | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,1                 | 0,1                     | 0,15                    | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), uova, latte e derivati**

### Polpettine di legumi al forno

| <i>Ingredienti</i>                           | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>secondaria<br/>1° grado<br/>e adulti gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate</i>                                | 35                  | 40                      | 50                      | 60                                              | <p><i>Lessare le patate ed i fagioli (se si utilizzano i fagioli secchi mettere in ammollo 12 ore prima) in acqua salata, a fine cottura passarli e lasciarli raffreddare.</i></p> <p><i>Unire le uova, il parmigiano, l'aglio, il prezzemolo tritati e qb il pangrattato ( se l'impasto risultasse troppo morbido), salare .</i></p> <p><i>Formare delle palline di media grandezza , passarle nel pangrattato, sucessivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare.</i></p> |
| <i>fagioli cannellini secchi o surgelati</i> | 20                  | 20                      | 25                      | 30                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                              | 35                  | 40                      | 50                      | 60                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>uova pastorizzate</b>                     | 10                  | 10                      | 15                      | 20                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>parmigiano reggiano</b>                   | 4                   | 5                       | 10                      | 15                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>cipolle</i>                               | 4                   | 5                       | 10                      | 15                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>            | 3                   | 3                       | 4                       | 5                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>aglio</i>                                 | 0.5                 | 0,5                     | 1                       | 1                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>sale marino grosso</i>                    | 2                   | 2                       | 3                       | 3                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>prezzemolo</i>                            | 1                   | 1                       | 1.5                     | 1.5                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>pane grattugiato</b>                      | <i>q.b</i>          | <i>q.b</i>              | <i>q.b</i>              | <i>q.b</i>                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>sale marino iodato fino</i>               | 0,25                | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati**



## Pizza

### *Pizza Margherita*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta per pizza</b>            | 80                  | 90                      | 110                     | 130                   | <p>Stendere la pasta da pizza e disporla nelle teglie unte di olio.</p> <p>Lasciare lievitare, frullare i pomodori unire ad essi olio, origano, sale.</p> <p>Disporre sulla pasta da pizza il pomodoro, lo stracchino, infornare a forno caldo.</p> |
| <i>pomodori pelati</i>            | 50                  | 55                      | 60                      | 70                    |                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>stracchino</b>                 | 40                  | 45                      | 50                      | 55                    |                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>farina</i>                     | 5                   | 6                       | 8                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>origano</i>                    | 0,2                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,3                 | 0,4                     | 0,4                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

## PIATTI FREDDI

*Prosciutto cotto (senza lattati caseinati e polifosfati )*

| <i>Nido divezzi<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-----------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 40                          | 50                      | 60                      | 80                    |

**Tonno sott' olio (per scuola infanzia primaria e adulti)**

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce**

| <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 45                      | 60                      | 80                    |



### Formaggi

|                                                                    | <i>nido</i><br><i>gr.</i> | <i>infanzia</i><br><i>gr.</i> | <i>primaria</i><br><i>gr.</i> | <i>adulti</i><br><i>gr.</i> |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| <b>Casatella, primosale, stracchino</b>                            | 50                        | 60                            | 90                            | 90                          |
| <b>Mozzarella (per bimbi nido tagliare a dadini molto piccoli)</b> | 50                        | 60                            | 90                            | 90                          |
| <b>Ricotta</b>                                                     | 50                        | 60                            | 70                            | 100                         |
| <b>Parmigiano Reggiano (per diete)</b>                             | 35                        | 40                            | 45                            | 50                          |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati**

### Contorni crudi freschi (grammature riferite a parte edibile)

| <i>Ingredienti</i>                     | <i>nido</i><br><i>gr.</i> | <i>infanzia</i><br><i>gr.</i> | <i>primaria</i><br><i>gr.</i> | <i>adulti</i><br><i>gr.</i> |
|----------------------------------------|---------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| <i>Carote crude o in insalata</i>      | 30                        | 35                            | 45                            | 60                          |
| <i>Insalata verde: varietà lattuga</i> | 40                        | 40                            | 50                            | 70                          |
| <i>Pomodori in insalata</i>            | 70                        | 100                           | 120                           | 150                         |
| <i>Insalata mista: varietà Lattuga</i> | 15                        | 20                            | 25                            | 40                          |
| <i>Carote tagliate a julienne</i>      | 10                        | 10                            | 15                            | 15                          |





### Per condire

| <i>Ingredienti</i>                                                                                                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                                                                                 | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |
| <i>aceto di vino bianco o aceto balsamico tipo Modena<br/>(solo per materna, elementare, adulti) su richiesta</i> |                     | 5                       | 5                       | 5                     |
| <i>limone</i>                                                                                                     | 2                   | 5                       | 5                       | 5                     |
| <i>sale marino iodato fino</i>                                                                                    | 0,15                | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |

### Contorni cotti

#### *Patate al forno*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate rosse</i>               | 80                  | 100                     | 150                     | 180                   | <i>Pelare e lavare le patate, tagliarle a tocchetti e metterle nelle teglie unte di olio, tritare aglio e rosmarino e spargerlo sulle patate, unire poche foglie di alloro intere che a fine cottura andranno levate, salare e infornare a forno caldo.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>aglio</i>                      | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>rosmarino, alloro</i>          | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |

### *Patate al forno con timo e origano*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate rosse</i>               | 80                  | 100                     | 150                     | 180                   | <i>Pelare e lavare le patate, tagliarle a tocchetti e metterle nelle teglie unte di olio, tritare aglio timo e origano cospargerlo sulle patate, salare ed infornare a forno caldo.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 5                       | 6                       | 7                     |                                                                                                                                                                                         |
| <i>aglio</i>                      | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                         |
| <i>timo, origano</i>              | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                         |

### *Patate lessate*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                      |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 80                  | 100                     | 130                     | 160                   | <i>Lessare le patate in acqua salata, a cottura ultimata scolarle e condirle con olio e sale fino.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                        |
| <i>sale marino grosso</i>         | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,1                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                        |

### *Purea di patate*

| <i>Ingredienti</i>             | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                  |
|--------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>          | 80                  | 100                     | 140                     | 150                   | <i>Lessare le patate in acqua salata, passarle, unire ad esse il burro, il latte e sale fino, amalgamare bene gli ingredienti.</i> |
| <b>latte bio intero fresco</b> | 30                  | 35                      | 40                      | 50                    |                                                                                                                                    |
| <b>burro</b>                   | 7                   | 8                       | 9                       | 10                    |                                                                                                                                    |
| <i>sale marino grosso</i>      | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                    |
| <i>sale marino iodato fino</i> | 0,1                 | 0,15                    | 0,2                     | 0,25                  |                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati**

### *Purea di carote o di zucca*

| <i>Ingredienti</i>             | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                      |
|--------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>          | 35                  | 40                      | 45                      | 50                    | <i>Bollire le carote o la zucca e le patate in acqua salata, scolare, frullare le verdure e aggiungere il latte tiepido e il burro e il sale fino.</i> |
| <i>carote o zucca</i>          | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    |                                                                                                                                                        |
| <b>latte bio intero fresco</b> | 5                   | 10                      | 15                      | 20                    |                                                                                                                                                        |
| <b>burro</b>                   | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino grosso</i>      | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i> | 0,1                 | 0,15                    | 0,2                     | 0,25                  |                                                                                                                                                        |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati**

### *Patate prezzemolate*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                      |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 80                  | 100                     | 130                     | 160                   | <i>Lessare le patate in acqua salata. Scolarle e condirle con un trito finissimo di prezzemolo e olio e sale fino.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                        |
| <i>sale marino grosso</i>         | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                        |
| <i>prezzemolo</i>                 | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,1                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                        |

### *Patate e fagiolini lessati*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                     |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 40                  | 50                      | 80                      | 100                   | <i>Bollire le verdure in acqua salata, a termine cottura scolarle e condire con olio e sale fino.</i> |
| <i>*fagiolini fini</i>            | 40                  | 40                      | 50                      | 70                    |                                                                                                       |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                       |
| <i>sale marino grosso</i>         | 3                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                       |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                       |

### *Patate e zucchine lessate*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                     |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 40                  | 50                      | 80                      | 100                   | <i>Lessare in acqua salata le verdure, a termine cottura scolarle e condire con olio e sale fino.</i> |
| <i>zucchine fresche</i>           | 40                  | 40                      | 50                      | 70                    |                                                                                                       |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                       |
| <i>sale marino grosso</i>         | 3                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                       |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                       |

### *Carote lessate o Finocchi lessati o Carote lessate con olio e limone*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>carote fresche</i>             | 50                  | 60                      | 80                      | 110                   | <i>Dopo aver pulito le carote e lavate in acqua corrente, lessarle in acqua salata. A cottura ultimata scolarle e condirle con olio o con olio e succo di limone e sale fino.</i> |
| <i>finocchi freschi</i>           | 70                  | 80                      | 100                     | 110                   |                                                                                                                                                                                   |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                   |
| <i>sale marino grosso</i>         | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                   |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,1                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                   |
| <i>limone</i>                     | 2                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                   |

### *Finocchi al burro*

| <i>Ingredienti</i>        | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>finocchi</i>           | 70                  | 80                      | 100                     | 110                   | <i>Dopo aver pulito i finocchi e averli lavati in acqua corrente, tagliarli in quarti e lessarli in acqua salata. A cottura ultimata, tagliarli in piccoli pezzi metterli in una casseruola e ripassare con il burro.</i> |
| <b>burro</b>              | 5                   | 7                       | 9                       | 9                     |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>sale marino grosso</i> | 2                   | 3                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                           |
| <i>sale marino fino</i>   | 0,1                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,25                  |                                                                                                                                                                                                                           |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati**

### *Zucchine lessate*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                      |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>zucchine fresche</i>           | 80                  | 90                      | 100                     | 120                   | <i>Bollire le zucchine in acqua salata, a termine cottura scolarle e condire con olio e sale fino.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                        |
| <i>sale marino grosso</i>         | 3                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                        |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                        |

### *Zucchine trifolate*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>zucchine fresche</i>           | 80                  | 90                      | 100                     | 120                   | <i>Lavare, asciugare e tagliare a rondelle sottili le zucchine. In una casseruola mettere le zucchine con olio e l'aglio tritato. Far insaporire, salare lasciar cuocere per 20 minuti circa, se necessario bagnare con poca acqua calda. Tritare il prezzemolo e cospargerlo sulle zucchine a fine cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>prezzemolo</i>                 | 1                   | 1                       | 1                       | 1                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <i>aglio</i>                      | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |



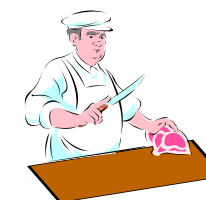




## Pane

|                                 | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|---------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| <b>Pane</b>                     | 20                  | 30                      | 50                      | 50                    |
| <b>Pane abbinato alla pizza</b> | 15                  | 15                      | 30                      | 30                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento ( glutine)**



## ***TAGLI CARNE DI #VITELLONE***

| <i>TAGLI</i>             | <i>TAGLI MUSCOLARI</i> | <i>PREPARAZIONI</i>                                                       |
|--------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| <i>QUARTO ANTERIORE</i>  | <i>Reale</i>           | <i>Arrosto, carne trita, hamburger, polpette, spezzatino, bollito.</i>    |
|                          | <i>Spalla</i>          | <i>Carne trita, hamburger, polpette, spezzatino, uccelletto, bollito.</i> |
| <i>QUARTO POSTERIORE</i> | <i>Fesa</i>            | <i>Fettine, uccelletto.</i>                                               |
|                          | <i>Fetta di mezzo</i>  | <i>Cotolette, involtini.</i>                                              |
|                          | <i>Magatello</i>       | <i>Arrosto.</i>                                                           |
|                          | <i>Noce</i>            | <i>Arrosto, cotolette, scaloppe.</i>                                      |
|                          | <i>Scamone</i>         | <i>Arrosto, scaloppe.</i>                                                 |



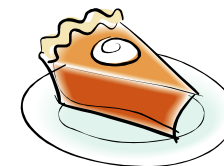
## Frutta

|                                                                                                                                                                                                                                     | <i>nido divezzi<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| <i>Frutta fresca di stagione biologica al netto<br/>periodo invernale: arancia, banana, Kiwi, mela, mandarancio, pera, prugna.<br/>periodo estivo: albicocche, banana, mela, melone, prugna, pera, pesca nettarina, pesca noce.</i> | 80                          | 80                      | 100                     | 100                   |
| <i>Frutta fresca di stagione biologica al netto<br/>Dieta lattanti 9 - 12 mesi Dieta "B"<br/>(mela o banana)</i>                                                                                                                    | 80                          |                         |                         |                       |
| <i>Frutta fresca di stagione biologica al netto<br/>Dieta lattanti 12 - 18 mesi "Dieta C"<br/>(mela o pera o banana)</i>                                                                                                            | 80                          |                         |                         |                       |
| <i>Spremuta di arancia fresca</i>                                                                                                                                                                                                   | 150                         | 200                     | 200                     | 200                   |
| <i>Mousse di frutta mista</i>                                                                                                                                                                                                       | 100                         | 100                     | 100                     | 100                   |

## Frutta snack pomeridiano per i bambini della Scuola Materna

|                                                                                                                                                                                                                                                             | <i>infanzia<br/>gr.</i> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <i>Frutta fresca di stagione al netto<br/>periodo invernale: arancia, mandaranci, banana del mercato equo e solidale, , mela e pera biologica,<br/>periodo estivo:, banana del mercato equo e solidale, mela o pera o albicocche o pesca noce biologica</i> | 80                      |
| <i>Succo di frutta biologico</i>                                                                                                                                                                                                                            | 200                     |
| <i>Frullato pronto</i>                                                                                                                                                                                                                                      | 100                     |





## Merende per i Bimbi del Nido d'Infanzia

### *Torta casalinga allo Yogurt*

| <i>Ingredienti</i>                                 | <i>Quantità<br/>calcolate<br/>per 30 bambini<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>yogurt intero naturale (vasetti da 125 ml.)</b> | 3 n°                                                     | <i>In un contenitore sbattere uova e zucchero, aggiungere farina, yogurt, olio extra vergine d'oliva e buccia grattugiata del limone, unire il latte e lievito, amalgamare fino ad ottenere un composto morbido e omogeneo. Ungere con pochissimo olio extra vergine d'oliva una teglia a bordo alto ed infarinarla lievemente, mettere nella teglia il composto.<br/>Infernare a calore medio per circa 45 minuti.</i> |
| <b>farina bianca</b>                               | 900                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>zucchero semolato</i>                           | 600                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>uova fresche pastorizzate</b>                   | 500 ml.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>latte bio fresco intero</b>                     | 500 ml.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                  | 250 ml.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>lievito per dolci (in bustine)</i>              | 3 n°                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>limoni</i>                                      | 2 n°                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>zucchero a velo senza aromi</i>                 | 1                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati, uova**

| <b><u>MERENDA</u></b>                                                                                                                             | <b><i>Nido gr.</i></b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <i>Banana (al netto)</i>                                                                                                                          | 100                    |
| <b>Brioche fresca</b>                                                                                                                             | 35                     |
| <b>Budino alla vaniglia</b>                                                                                                                       | 100                    |
| <b>Dessert al latte (solo per dieta cod."C") 12-18 mesi</b>                                                                                       | 120 ml.                |
| <b>Gelato Fiordilatte o Vaniglia (per nido)</b>                                                                                                   | 90                     |
| <b>Yogurt alla frutta gusti: albicocca o banana</b>                                                                                               | 125 ml.                |
| <b>Latte intero fresco bio (anche per colazione) con<br/>canestrelli o biscotti prima infanzia</b>                                                | 150 ml.                |
|                                                                                                                                                   | 25 (canestrelli)       |
|                                                                                                                                                   | 30 (biscotti)          |
| <i>Succo o Nettare di frutta gusti: all'albicocca o mela o pera o pesca con<br/>canestrelli o biscotti prima infanzia</i>                         | 200 ml.                |
|                                                                                                                                                   | 25 (canestrelli)       |
|                                                                                                                                                   | 30 (biscotti)          |
| <i>Omogeneizzato di frutta con <b>biscotto</b> e miele ( per dieta "C")</i>                                                                       | 125 ml.                |
| <b>Pane e</b>                                                                                                                                     | 30                     |
| <i>Marmellata gusti: albicocca o pesca o miele (per diete)</i>                                                                                    | 25                     |
| <i>Te deinato con<br/>canestrelli o biscotti prima infanzia</i>                                                                                   | 200 ml.                |
|                                                                                                                                                   | 25 (canestrelli)       |
|                                                                                                                                                   | 30 (biscotti)          |
| <i>Tisana di rosa canina e<br/>biscotti prima infanzia</i>                                                                                        | 200 ml.                |
|                                                                                                                                                   | 30                     |
| <b>Torta paradiso o Crostata di albicocche</b>                                                                                                    | 60                     |
| <i>Omogeneizzato di frutta ( per dieta cod. A - B - C ) mela o pera o prugna o frutta mista</i>                                                   | 120 ml.                |
| <i>Merenda pastorizzata <b>yogurt</b> e frutta (per dieta cod. A - B - C )</i>                                                                    | 120 ml.                |
| <i>Frullato di frutta : Mela<br/>Banana<br/>Zucchero<br/>Acqua (o latte su richiesta)<br/>Limone (utilizzare solo con acqua) ogni 10 porzioni</i> | 80                     |
|                                                                                                                                                   | 80                     |
|                                                                                                                                                   | 5                      |
|                                                                                                                                                   | 100 ml.                |
|                                                                                                                                                   | n° 1                   |



#### **ALLERGENI CONTENUTI NELLE MERENDE**

**Brioche fresca:** frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati

**Budino alla vaniglia:** frumento (glutine), latte e derivati

**Dessert al latte:** latte e derivati



Gelato: latte e derivati, uova e derivati

Yogurt: latte e derivati

Canestrelli: frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati

Biscotti prima infanzia: frumento (glutine), latte e derivati

Pane: frumento (glutine)

Torta paradiso: frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati

Crostata di albicocche: frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati

**ATTENZIONE LEGGERE ATTENTAMENTE L'ETICHETTA DEI PRODOTTI CONFEZIONATI**

**LATTANTI 9-12 MESI DIETA "B"**

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>COLAZIONE</u></b> | <i>Latte materno</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <i>A richiesta</i>                                                                                                                                                                        |
|                         | <b>Latte di proseguimento</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <i>200-250 ml</i>                                                                                                                                                                         |
|                         | <b>Biscotti primi mesi</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <i>Gr 30</i>                                                                                                                                                                              |
| <b><u>PRANZO</u></b>    | <i>Frutta fresca (mela o banana)</i><br><i>Brodo vegetale</i><br><b>Pastina primi mesi</b><br><b>O crema di mais e tapioca o crema di cereali misti</b><br><i>olio extravergine di oliva</i><br><i>Parmigiano reggiano</i><br><br><i>Tacchino o vitellone</i><br><i>o pollo al vapore o omogeneizzato di pesce</i>  | <i>Gr 80</i><br><i>200-250 ml</i><br><i>Gr 30/35</i><br><i>2/3 cucchiaini (secondo le indicazioni nella confezione)</i><br><i>Gr 5</i><br><i>Gr 5</i><br><br><i>Gr 35</i><br><i>Gr 80</i> |
| <b><u>MERENDA</u></b>   | <b>Yogurt alla frutta</b><br><i>Omogeneizzato alla frutta</i><br><i>Merenda pastorizzata yogurt e frutta</i><br><i>Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele</i><br><i>Frullato di frutta Mela e Banana</i><br><i>Acqua (o latte su richiesta)</i><br><i>Limone (utilizzare solo con acqua) ogni 10 porzioni</i> | <i>Gr 125</i><br><i>Gr 80</i><br><i>Gr 120</i><br><i>Gr 120</i><br><i>Gr. 80</i><br><i>Gr. 100 ml</i><br><i>N° 1</i>                                                                      |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTI PIATTI: frumento (glutine), latte e derivati**



*Brodo vegetale lattanti 6 - 8 mesi dieta "A"*

| <i><b>Ingredienti</b></i>       |
|---------------------------------|
| <i>patate</i>                   |
| <i>carote</i>                   |
| <i>zucchine</i>                 |
| <i>lattuga</i>                  |
| <b>sedano</b>                   |
| <b>parmigiano reggiano</b>      |
| <i>olio extra vergine oliva</i> |
|                                 |
|                                 |

*Brodo vegetale lattanti 9 - 12 mesi dieta "B"*

| <i><b>Ingredienti</b></i>       |
|---------------------------------|
| <i>patate</i>                   |
| <i>bietole</i>                  |
| <i>carote</i>                   |
| <i>lattuga</i>                  |
| <i>zucca</i>                    |
| <i>zucchine</i>                 |
| <i>sedano</i>                   |
| <i>parmigiano reggiano</i>      |
| <i>olio extra vergine oliva</i> |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati**



### PER DIETE

#### *Passato di patate e carote con pasta o riso*

| <i>Ingredienti</i>                     | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate</i>                          | 80                  | 100                     | 110                     | 120                   | <i>In una pentola con acqua fredda mettere le patate e carote, unire il sale e portare a termine cottura. Frullare le verdure, unire la pasta o riso (a seconda del menù) fine cottura aggiungere olio extra vergine di olive.</i> |
| <i>carote</i>                          | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>pasta di grano duro o riso Roma</b> | 20                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>parmigiano reggiano</b>             | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>      | 4                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino grosso</i>              | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

#### *Passato di patate e zucchine con pasta o riso*

| <i>Ingredienti</i>                     | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate</i>                          | 80                  | 100                     | 110                     | 120                   | <i>In una pentola con acqua fredda mettere le patate e zucchine, unire il sale e portare a termine cottura. Frullare le verdure, unire la pasta o riso (a seconda del menù), a fine cottura aggiungere olio extra vergine di oliva.</i> |
| <i>zucchine</i>                        | 50                  | 60                      | 70                      | 80                    |                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>pasta di grano duro o riso Roma</b> | 20                  | 25                      | 30                      | 35                    |                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>parmigiano reggiano</b>             | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>      | 4                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino grosso</i>              | 2                   | 3                       | 4                       | 4                     |                                                                                                                                                                                                                                         |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati**

#### *Svizzera di vitellone Scuola Infanzia Adulti - per cucina diretta*

| <i>Ingredienti</i>                           | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                       |
|----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>carne tritata di vitellone (svizzera)</i> | 70                  | 80                      | 90                      | 105                   | <i>Le svizzere possono essere cotte alla piastra o al forno a seconda del menù, con la sola aggiunta di olio e sale a fine cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>            | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                         |
| <i>sale marino iodato fino</i>               | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                         |

### *Svizzera di vitellone Scuola Infanzia Adulti - per pasti veicolati*

| <i>Ingredienti</i>                 | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>carne tritata di #vitellone</i> | 60                  | 70                      | 80                      | 95                    | <i>Lessare le patate, passarle ed unirle alla carne macinata, formare delle svizzere e cuocerle alla piastra o al forno a seconda della richiesta menu, aggiungere sale e olio a fine cottura.</i> |
| <i>patate bianche</i>              | 15                  | 15                      | 25                      | 30                    |                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>  | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino iodato fino</i>     | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,3                   |                                                                                                                                                                                                    |

### *Bocconcini di tacchino o pollo o lonza di maiale agli aromi*

| <i>Ingredienti</i>                                                       | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>bocconcini di fesa di tacchino o petto di pollo o lonza di maiale</i> | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di pollo o tacchino o lonza (a seconda del menu) con olio. Tritare aglio, rosmarino e salvia finissimi, unirli ai bocconcini insieme al sale ed alcune foglie di alloro che andranno levate a fine cottura.</i> |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                                        | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>alloro, rosmarino, salvia</i>                                         | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>aglio</i>                                                             | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>sale marino iodato fino</i>                                           | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                                                            |

### *Fesa di tacchino o pollo o vitellone o lonza ai ferri o a vapore senza aromi*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| <i>fesa di tacchino</i>           | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   |
| <i>petto di pollo</i>             | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   |
| <i>carne di #vitellone</i>        | 70                  | 80                      | 90                      | 105                   |
| <i>lonza</i>                      | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |

*N.B. La carne al vapore o ai ferri senza aromi prevista nei regimi dietetici particolari, deve essere cucinata con la sola aggiunta di sale e olio a fine cottura, non aggiungere altro.*



### *Bocconcini di pollo agli aromi*

| <i>ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Bocconcini di pollo</i>        | 70                  | 70                      | 90                      | 110                   | <i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di pollo con olio. Tritare aglio rosmarino e salvia finissimi, unirli ai bocconcini insieme al sale e ad alcune foglie di alloro che andranno levate a fine cottura</i> |
| <i>Olio extravergine di oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>Alloro, rosmarino, salvia</i>  | 0,5                 | 0,5                     | 0,5                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>Aglio</i>                      | 0,1                 | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                   |                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>Sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                                                    |

### *Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore o Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore con olio e limone*

| <i>Ingredienti</i>                                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>filetti di *merluzzo</b>                         | 80                  | 100                     | 120                     | 140                   | <i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale.<br/>Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce.<br/>Colarli, frullarli e condirli con olio, limone e sale.</i> |
| <b>*halibut</b>                                     | 90                  | 100                     | 120                     | 140                   |                                                                                                                                                                                              |
| <i>carota, cipolla, sedano (per brodo vegetale)</i> | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                              |
| <i>succo di limone</i>                              | 5                   | 5                       | 5                       | 5                     |                                                                                                                                                                                              |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                   | 3                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                                                                              |
| <i>sale marino grosso</i>                           | 2                   | 2                       | 3                       | 3                     |                                                                                                                                                                                              |
| <i>sale marino iodato fino</i>                      | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                                                                              |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce, sedano**

### **Pizza Rossa**

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta per pizza</b>            | 80                  | 90                      | 110                     | 130                   | <i>Stendere la pasta da pizza e disporla nelle teglie unte di olio. Lasciare lievitare, frullare i pomodori unire ad essi olio, origano, sale.<br/>Disporre sulla pasta da pizza il pomodoro, infornare a forno caldo.</i> |
| <i>pomodori pelati</i>            | 70                  | 80                      | 100                     | 100                   |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>farina</i>                     | 5                   | 6                       | 8                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>origano</i>                    | 0,2                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                            |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,3                 | 0,4                     | 0,4                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                            |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: glutine**

### **Pizza Bianca**

|                                   | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                            |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta per pizza</b>            | 80                  | 90                      | 110                     | 130                   | <i>Stendere la pasta da pizza, disporla nelle teglie unte di olio, lasciare lievitare, disporre sulla stessa lo stracchino ed infornare.</i> |
| <b>stracchino</b>                 | 60                  | 80                      | 90                      | 100                   |                                                                                                                                              |
| <b>farina</b>                     | 5                   | 6                       | 8                       | 8                     |                                                                                                                                              |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                              |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,3                 | 0,4                     | 0,4                     | 0,5                   |                                                                                                                                              |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: glutine, latte e derivati**

### **Pizza Rossa e prosciutto cotto**

|                                                                                  | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pasta per pizza</b>                                                           | 80                  | 90                      | 110                     | 130                   | <i>Stendere la pasta da pizza e disporla nelle teglie unte di olio. Lasciare lievitare, frullare i pomodori unire ad essi olio, origano, sale. Disporre sulla pasta da pizza il pomodoro, e il prosciutto cotto tagliato a pezzettini, infornare a forno caldo</i> |
| <i>pomodori pelati</i>                                                           | 70                  | 80                      | 100                     | 100                   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>prosciutto cotto senza lattati caseinati e polifosfati (coscia nazionale)</i> | 25                  | 30                      | 35                      | 40                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>farina</b>                                                                    | 5                   | 6                       | 8                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>                                                | 5                   | 6                       | 7                       | 8                     |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>origano</i>                                                                   | 0,2                 | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino iodato fino</i>                                                   | 0,3                 | 0,4                     | 0,4                     | 0,5                   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: glutine**

*Bresaola o Prosciutto crudo*

| <i>Nido divezzi<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-----------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 35                          | 45                      | 55                      | 60                    |

**Tonno al naturale**

| <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| 45                      | 60                      | 80                    |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce**

*Patate e carote lessate*

| <i>Ingredienti</i>                | <i>nido<br/>gr.</i> | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>adulti<br/>gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                           |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>patate bianche</i>             | 40                  | 50                      | 80                      | 100                   | Dopo aver pelato le patate e carote, lavare in acqua corrente e lessare in acqua salata.<br>A cottura ultimata scolarle e condire con olio. |
| <i>carote</i>                     | 40                  | 40                      | 50                      | 70                    |                                                                                                                                             |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i> | 4                   | 4                       | 5                       | 6                     |                                                                                                                                             |
| <i>sale marino grosso</i>         | 3                   | 4                       | 4                       | 5                     |                                                                                                                                             |
| <i>sale marino iodato fino</i>    | 0,2                 | 0,25                    | 0,3                     | 0,35                  |                                                                                                                                             |

*Spinaci lessati o biette lessate*

| <i>Ingredienti</i>                          | <i>nido gr.</i> | <i>infanzia gr.</i> | <i>primaria gr.</i> | <i>adulti gr.</i> |
|---------------------------------------------|-----------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| <i>Spinaci o biette freschi di IV gamma</i> | 80              | 100                 | 130                 | 150               |
| <i>olio extra vergine d'oliva</i>           | 4               | 4                   | 5                   | 6                 |
| <i>sale marino grosso</i>                   | 2               | 3                   | 4                   | 5                 |
| <i>sale marino iodato fino</i>              | 0,2             | 0,2                 | 0,25                | 0,3               |

**N.B.** Ogni volta che nel nome del piatto previsto nelle diete, è presente la dicitura **"Senza aromi"**, assicurarsi che all'interno della composizione del piatto stesso, non siano presenti nessuno dei seguenti aromi: alloro, cipolla, maggiorana, origano, salvia, sedano, porro, prezzemolo, rosmarino, aglio, menta, timo, capperi

### *Lenticchie verdi in umido*

| <i>Ingredienti</i>              | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>secondaria 1° grado<br/>a adulti gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>lenticchie verdi</i>         | 70                      | 80                      | 100                                         | <i>Preparare un brodo vegetale con una parte di sapori. Nel frattempo far stufare la rimanenza di sapori tritati con olio. Lavare molto bene le lenticchie ed unirle ai sapori appassiti, aggiungere poco alla volta brodo vegetale, salare e terminare la cottura.</i> |
| <i>cipolle, carote, sedano</i>  | 20                      | 20                      | 20                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>olio extra vergine oliva</i> | 5                       | 5                       | 6                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <i>sale marino iodato fino</i>  | 0,3                     | 0,35                    | 0,4                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                         |

### *Ceci o fagioli lessati*

| <i>Ingredienti</i>                                          | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>secondaria 1° grado<br/>e adulti gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>ceci o fagioli (canellini o borlotti) secchi lessati</i> | 70                      | 80                      | 100                                         | <i>Mettere per 12 ore i ceci o i fagioli a seconda del menu in ammollo in acqua fredda.<br/>Sciacquarli molto bene, e metterli a lessare in acqua.<br/>Al termine cottura scolarli e condirli con olio e sale.</i> |
| <i>olio extra vergine oliva</i>                             | 5                       | 5                       | 5                                           |                                                                                                                                                                                                                    |
| <i>sale marino iodato fino</i>                              | 0,2                     | 0,25                    | 0,3                                         |                                                                                                                                                                                                                    |

### *Cotoletta Vegetale*

| <i>Ingredienti</i>              | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>secondaria 1° grado<br/>e adulti gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                          |
|---------------------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>cotoletta vegetale</b>       | n° 1                    | n° 1                    | n° 1                                        | <i>Cuocere la cotoletta ai ferri o al forno a secondo della richiesta.</i> |
| <i>olio extra vergine oliva</i> | q.b.                    | q.b.                    | q.b.                                        |                                                                            |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento(glutine) leggere attentamente l'etichetta dei prodotti confezionati**

### *Crocchetta di miglio*

| <i>Ingredienti</i>              | <i>infanzia<br/>gr.</i> | <i>primaria<br/>gr.</i> | <i>secondaria 1° grado<br/>e adulti gr.</i> | <i>Ricettario</i>                                                           |
|---------------------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>crocchetta di miglio</b>     | n° 1                    | n° 1                    | n° 1                                        | <i>Cuocere la crocchetta ai ferri o al forno a secondo della richiesta.</i> |
| <i>olio extra vergine oliva</i> | q.b.                    | q.b.                    | q.b.                                        |                                                                             |

**ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento(glutine) leggere attentamente l'etichetta dei prodotti confezionati**

*N.B LE GRAMMATURE SI INTENDONO AL NETTO DEGLI SCARTI*

*\*PRODOTTO SURGELATO*

*#CARNE DI VITELLONE A FILIERA TRACCIATA O CERTIFICATA*

*LA GRAMMATURA DELLE MERENDE IN CONFEZIONE MONOPORZIONE e DELLE BRIOCHE PUO' VARIARE DI +/- 5 GRAMMI*

## *Indice*

| <i>PRIMI PIATTI</i>                                                             |                |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <i>Pastasciuttina o Riso al sugo di pomodoro</i>                                | <i>Pag. 3</i>  |
| <i>Pastasciuttina o Riso al ragù di vitellone</i>                               | <i>Pag. 4</i>  |
| <i>Pastasciuttina al ragù vegetale</i>                                          | <i>Pag. 4</i>  |
| <i>Pastasciuttina o Riso all'olio extra vergine d'oliva</i>                     | <i>Pag. 5</i>  |
| <i>Pastasciuttina al burro</i>                                                  | <i>Pag. 5</i>  |
| <i>Pastasciuttina al pesto</i>                                                  | <i>Pag. 6</i>  |
| <i>Pastasciuttina al sugo di pinoli ed erbe aromatiche</i>                      | <i>Pag. 6</i>  |
| <i>Pastasciuttina alla crema di zucchine</i>                                    | <i>Pag. 7</i>  |
| <i>Pastasciuttina alla crema di piselli</i>                                     | <i>Pag. 7</i>  |
| <i>Lasagne al sugo di pomodoro al forno</i>                                     | <i>Pag. 8</i>  |
| <i>Risotto alla crema di zucca</i>                                              | <i>Pag. 8</i>  |
| <i>Riso al latte</i>                                                            | <i>Pag. 9</i>  |
| <i>Risotto con asparagi</i>                                                     | <i>Pag. 9</i>  |
| <i>Risotto alla parmigiana</i>                                                  | <i>Pag. 10</i> |
| <i>Grano spezzato (Bulgur) o cous cous con sugo di pomodoro</i>                 | <i>Pag. 10</i> |
| <i>PRIMI PIATTI IN BRODO</i>                                                    |                |
| <i>Minestra di verdure con pasta o riso o pasta integrale o farro o orzetti</i> | <i>Pag. 11</i> |
| <i>Minestra primavera con pasta</i>                                             | <i>Pag. 12</i> |
| <i>Semolino di grano al sugo di pomodoro</i>                                    | <i>Pag. 12</i> |
| <i>Brodo di carne con pastina</i>                                               | <i>Pag. 13</i> |
| <i>Crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con pasta</i>                 | <i>Pag. 13</i> |

### ***SECONDI PIATTI DI POLLAME***

|                                                    |                |
|----------------------------------------------------|----------------|
| <i>Petto di pollo o Fesa di tacchino al vapore</i> | <i>Pag. 14</i> |
| <i>Cosce di pollo al forno</i>                     | <i>Pag. 14</i> |
| <i>Pollo alla cacciatora</i>                       | <i>Pag. 15</i> |
| <i>Fesa di tacchino arrosto</i>                    | <i>Pag. 15</i> |
| <i>Bocconcini di Tacchino o Pollo agli aromi</i>   | <i>Pag. 16</i> |
| <i>Bocconcini di pollo gratinati al timo</i>       | <i>Pag. 16</i> |
| <i>Bocconcini di pollo al limone</i>               | <i>Pag. 16</i> |
| <i>Spezzatino di tacchino con carote</i>           | <i>Pag. 17</i> |

### ***SECONDI PIATTI DI CARNE BOVINA***

|                                                                |                |
|----------------------------------------------------------------|----------------|
| <i>Carne trita di vitellone al vapore</i>                      | <i>Pag. 17</i> |
| <i>Bollito di vitellone</i>                                    | <i>Pag. 17</i> |
| <i>Uccelletto di vitellone agli aromi</i>                      | <i>Pag. 18</i> |
| <i>Polpettine di vitellone al sugo di pomodoro con piselli</i> | <i>Pag. 18</i> |
| <i>Polpettine di vitellone al forno o in casseruola</i>        | <i>Pag. 19</i> |

### ***SECONDI PIATTI DI CARNE SUINA***

|                                                  |                |
|--------------------------------------------------|----------------|
| <i>Bocconcini di lonza alle mele</i>             | <i>Pag. 19</i> |
| <i>Arrosto di lonza in casseruola o al forno</i> | <i>Pag. 20</i> |

### ***SECONDI PIATTI DI PESCE***

|                                                                                                                    |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <i>Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore e filetti di merluzzo o halibut lessati con olio e limone</i> | <i>Pag.20</i>  |
| <i>Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore o al verde</i>                                                | <i>Pag. 21</i> |
| <i>Filetti di merluzzo al verde con capperi e olive</i>                                                            | <i>Pag. 21</i> |
| <i>Crocchette di merluzzo al forno</i>                                                                             | <i>Pag. 22</i> |
| <i>Halibut impanato</i>                                                                                            | <i>Pag. 22</i> |
| <i>Bastoncini di merluzzo al forno</i>                                                                             | <i>Pag. 23</i> |
| <i>Tortino di halibut al forno</i>                                                                                 | <i>Pag. 23</i> |

### ***SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA E VERDURE***

|                                       |                |
|---------------------------------------|----------------|
| <i>Torta di verdure e ricotta bio</i> | <i>Pag. 24</i> |
|---------------------------------------|----------------|

|                                           |                |
|-------------------------------------------|----------------|
| <i>Crocchette di patate e ricotta bio</i> | <i>Pag. 24</i> |
| <i>Polpettone di fagiolini</i>            | <i>Pag. 25</i> |
| <i>Polpettine di legumi al forno</i>      | <i>Pag. 25</i> |
| <b><i>PIZZA</i></b>                       |                |
| <i>Pizza margherita</i>                   | <i>Pag. 26</i> |
| <b><i>PIATTI FREDDI</i></b>               |                |
| <i>Prosciutto cotto</i>                   | <i>Pag. 26</i> |
| <i>Tonno sott'olio</i>                    | <i>Pag. 26</i> |
| <i>Formaggi</i>                           | <i>Pag. 27</i> |
| <b><i>CONTORNI CRUDI</i></b>              |                |
| <i>Carote crude o in insalata</i>         | <i>Pag. 27</i> |
| <i>Insalata verde</i>                     | <i>Pag. 27</i> |
| <i>Pomodori in insalata</i>               | <i>Pag. 27</i> |
| <i>Insalata mista</i>                     | <i>Pag. 27</i> |
| <i>Per condire le insalate</i>            | <i>Pag. 28</i> |
| <b><i>CONTORNI COTTI</i></b>              |                |
| <i>Patate al forno</i>                    | <i>Pag. 28</i> |
| <i>Patate al forno con timo e origano</i> | <i>Pag. 29</i> |
| <i>Patate lessate</i>                     | <i>Pag. 29</i> |
| <i>Purea di patate</i>                    | <i>Pag. 29</i> |
| <i>Purea di carote o di zucca</i>         | <i>Pag. 30</i> |
| <i>Patate prezzemolate</i>                | <i>Pag. 30</i> |
| <i>Patate e fagiolini lessati</i>         | <i>Pag. 30</i> |
| <i>Patate e zucchine lessate</i>          | <i>Pag. 31</i> |
| <i>Carote lessate o Finocchi lessati</i>  | <i>Pag. 31</i> |
| <i>Finocchi al burro</i>                  | <i>Pag. 31</i> |
| <i>Zucchine lessate</i>                   | <i>Pag. 32</i> |
| <i>Zucchine trifolate</i>                 | <i>Pag. 32</i> |
|                                           |                |

|                                                                            |                |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <i>PANE</i>                                                                | <i>Pag. 33</i> |
| <i>TAGLI CARNE DI VITELLONE</i>                                            | <i>Pag. 33</i> |
| <i>FRUTTA</i>                                                              | <i>Pag. 34</i> |
| <i>FRUTTA SNACK POMERIDIANO PER I BIMBI DELLA SCUOLA INFANZIA</i>          | <i>Pag. 34</i> |
| <i>MERENDE</i>                                                             |                |
| <i>Torta casalinga allo Yogurt</i>                                         | <i>Pag. 35</i> |
| <i>Banana</i>                                                              | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Brioche fresca</i>                                                      | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Budino vaniglia</i>                                                     | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Dessert al latte</i>                                                    | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Gelato fiordilatte</i>                                                  | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Gelato vaniglia</i>                                                     | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Yogurt alla frutta</i>                                                  | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Latte intero fresco bio e biscotti prima infanzia (anche colazione)</i> | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Canestrelli - Biscotti prima infanzia</i>                               | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Succo o Nettare di frutta con Biscotti prima infanzia o Canastrelli</i> | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Omogeneizzato frutta e biscotto e miele</i>                             | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Pane e marmellata</i>                                                   | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Pane e olio extravergine di oliva</i>                                   | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Tè deteinato con Canestrelli o Biscotti prima infanzia</i>              | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Tisana di rosa canina e biscotti per infanzia</i>                       | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Torta paradiso o Crostata di albicocche</i>                             | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Omogeneizzato di frutta per Dieta A / B / C</i>                         | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Merenda pastorizzata yogurt e frutta per Dieta A / B / C</i>            | <i>Pag. 36</i> |
| <i>Frullato di frutta con acqua o latte</i>                                | <i>Pag. 36</i> |
| <i>LATTANTI 9-12 MESI DIETA "B"</i>                                        |                |
| <i>Dieta lattanti : colazione, pranzo e merenda</i>                        | <i>Pag 37</i>  |
| <i>Brodo vegetale lattanti 6 -8 mesi (dieta A)</i>                         | <i>Pag. 38</i> |
| <i>Brodo vegetale lattanti 9 - 12 mesi (dieta B)</i>                       | <i>Pag. 38</i> |
|                                                                            |                |



| <b>PIATTI PER DIETE</b>                                                                                                        |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <i>Passato di patate e carote con pasta o riso</i>                                                                             | <i>Pag. 39</i> |
| <i>Passato di patate e zucchine con pasta o riso</i>                                                                           | <i>Pag. 39</i> |
| <i>Svizzera di vitellone scuola infanzia e adulti (cucina diretta)</i>                                                         | <i>Pag. 39</i> |
| <i>Svizzera di vitellone scuola infanzia e adulti (pasti veicolati)</i>                                                        | <i>Pag. 40</i> |
| <i>Bocconcini di tacchino o pollo o lonza di maiale agli aromi</i>                                                             | <i>Pag. 40</i> |
| <i>Fesa di tacchino o pollo o vitellone o lonza ai ferri o a vapore senza aromi</i>                                            | <i>Pag. 40</i> |
| <i>Bocconcini di pollo agli aromi</i>                                                                                          | <i>Pag. 41</i> |
| <i>Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore o Filetti di merluzzo o halibut lessati o al vapore con olio e limone</i> | <i>Pag. 41</i> |
| <i>Pizza bianca</i>                                                                                                            | <i>Pag. 42</i> |
| <i>Pizza rossa</i>                                                                                                             | <i>Pag. 42</i> |
| <i>Pizza rossa e prosciutto cotto</i>                                                                                          | <i>Pag. 42</i> |
| <i>Bresaola o prosciutto crudo</i>                                                                                             | <i>Pag. 43</i> |
| <i>Tonno al naturale</i>                                                                                                       | <i>Pag. 43</i> |
| <i>Patate o carote lessate</i>                                                                                                 | <i>Pag. 43</i> |
| <i>Bietole lessate o spinaci lessati</i>                                                                                       | <i>Pag. 43</i> |
| <i>Lenticchie verdi in umido</i>                                                                                               | <i>Pag. 44</i> |
| <i>Ceci o fagioli lessati</i>                                                                                                  | <i>Pag. 44</i> |
| <i>Cotoletta vegetale</i>                                                                                                      | <i>Pag. 44</i> |
| <i>Crocchetta di miglio</i>                                                                                                    | <i>Pag. 44</i> |

**REDAZIONE UFFICIO NUTRIZIONE E DIETETICA**

**Dietiste: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella**

**DATA DI EMISSIONE 13 aprile 2015**