



. COMUNE DI GENOVA

AREA SERVIZI

DIREZIONE SCUOLA E POLITICHE GIOVANILI

Settore gestione servizi per l'infanzia e le scuole dell'obbligo

Servizi di Ristorazione

ALLEGATO N. 4

COMPOSIZIONE PASTO SCORTA E CESTINO DA VIAGGIO

MENU

RICETTARI

COMPOSIZIONE PASTO SCORTA E RELATIVI REGIMI DIETETICI

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi e pasti pronti veicolati)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti crudi)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato	Te deteinato in filtri con biscotti gr. 30	Te deteinato in filtri con biscotti gr. 30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 acqua minerale naturale 250 ml.	Pasta piccola gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 Parmigiano reggiano gr.35 N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. acqua minerale naturale 250 ml.	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato formaggino gr.80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. acqua minerale naturale 250 ml.	Pasta gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. N.1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale naturale 250 ml.	N.2 scatolette tonno gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. N. 1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale naturale 250 ml.
Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta e biscotto gr. 120 o farina latte alla frutta gr.45 c.a.	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti prima infanzia gr. 30	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti prima infanzia gr. 30		

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Parmigiano Reggiano	35	40	45	50
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo frutta 1 brick 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato 200 ml	1			
Biscotti monoporzione gr. 30	1			

Inoltre si richiede una fornitura di parmigiano reggiano in mono porzione per sopperire a necessità giornaliere non programmabili (es. dieta 48 ore o mancato ordine dieta sanitaria ecc) Grammaturo parmigiano reggiano mono porzione gr 40 per tutte le tipologie di scuole

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRADO-ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo frutta 1 brick 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1

COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato 200 ml	1	-	-	-
Biscotti monoporzione gr. 30	1	-	-	-

ALUNNI DIVERSAMENTE ABILI FREQUENTANTI SCUOLE DI OGNI ORDINE E GRADO

Pasti crudi, pasti pronto da consumare in loco, pasti pronto veicolati

DIETA	ALIMENTO	QUANTITA'
Dieta semiliquida normoenergetica	Farina di mais e tapioca precotta gr. 250	confezione n. 1
	Omogeneizzato di carne gr 120	vasetti n. 1
	Omogeneizzato di verdure gr. 120	vasetti n. 2
	Omogeneizzato alla frutta gr. 120	vasetti n. 1
	Acqua minerale naturale naturale 250 ml.	confezione n. 1

Va verificata e garantita sempre la presenza costante di alimenti atti alla preparazione di regimi dietetici particolari in ogni singola sede di ristorazione.

Vengono qui indicate le composizioni delle diete relative alle patologie prevalenti; l'Ufficio Nutrizione e Dietetica provvede ad individuare gli alimenti scorta necessari ad ogni regime dietetico rappresentato. Ci si riserva comunque di adeguare il pasto scorta dei regimi dietetici, compatibilmente con le esclusioni previste dagli stessi, al pasto scorta del menu standard.

A) INTOLLERANZA AL GLUTINE

Prodotti previsti dal Regolamento CE 41/2009 e/o da Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia (ultimo aggiornamento).

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronto veicolati)	DIETA CODICE C e DIVEZZI (pasti crudi)	DIETA CODICE C e DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato senza glutine	Te deteinato in filtri con biscotti senza glutine gr. 30	Te deteinato in filtri con biscotti senza glutine gr. 30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr.80 acqua minerale natural 250 ml.	Pasta piccola senza glutine gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 Parmigiano reggiano gr.35 N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers senza glutine gr. 30 ca. acqua minerale natural 250 ml.	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.2 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers senza glutine gr. 30 ca. acqua minerale natural 250 ml.	Pasta senza glutine gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno gr. 80 N. 1 pacchetti di crackers senza glutine gr. 30 ca. N.1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale naturale 250 ml.	N.2 scatolette tonno 80 gr. N. 1 pacchetti crackers senza glutine gr. 30 ca. N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 budino cacao gr. 100 acqua minerale naturale 250 m.

Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta gr. 120	N°1 Te deieinato 200 ml. Biscotti senza glutine gr. 30	N°1 Te deieinato 200 ml. Biscotti senza glutine gr. 30		
----------------	-----------------------------------	--	--	--	--

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta senza glutine	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Crackers senza glutine pacchetto gr. 30	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deieinato 200 ml	1	-	-	-
Biscotti senza glutine gr. 30	1	-	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRAD ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	2
Crackers senza glutine pacchetto gr. 30	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino al cacao gr. 100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deieinato 200 ml.	1	-	-	-
Biscotti senza glutine gr. 30	1	-	-	-

B) INTOLLERANZA A LATTE E DERIVATI E LATTE DERIVATI E UOVO

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronti veicolati)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti crudi)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato senza latte e derivati e uovo	Te deieinato in filtri con biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30	Te deieinato in filtri con biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr.80 N.1 Omogeneizzato carne senza proteine del latte gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 acqua minerale natural 250 ml.	Pasta piccola gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 N. 1 omogeneizzato di carne senza proteine del latte N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca.	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.2 Omogeneizzato carne senza proteine del latte gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca.	Pasta gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno gr. 80 N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. N.1 succo di frutta 200 ml.	N.2 scatolette tonno 80 gr. N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 budino vegetale al cacao Gr. 100 acqua minerale

		acqua minerale naturale 250 ml.	acqua minerale naturale 250 ml.	acqua minerale naturale 250 ml.	naturale 250 ml.
Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta gr. 120	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti senza latte derivati e uovo gr. 30	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30		

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Grissini pacchetto 12/15 gr. ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	-	-	-
Biscotti senza latte derivati e uovo gr. 30	1	-	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONI PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRADO-ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	2
Grissini pacchetto 12/15 gr. ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino vegetale al cacao gr. 100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale ml.250	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	-	-	-
Biscotti senza latte derivati e uovo gr. 30	1	-	-	-

C) INTOLLERANZA A LATTE E DERIVATI TRANNE IL PARMIGIANO

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronti veicolati)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti crudi)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato senza latte e derivati e uovo	Te deteinato in filtri con biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30	Te deteinato in filtri con biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.1 Omogeneizzato carne senza proteine del latte gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 acqua minerale natural 250 ml.	Pasta piccola gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 Parmigiano Reggiano 35 gr. N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers gr 25 ca. acqua minerale naturale 250 ml.	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.2 Omogeneizzato carne senza proteine del latt gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr 25 ca acqua minerale naturale 250 ml.	Pasta gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr 25 ca. N.1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale natural 250 ml.	N.2 scatolette tonno 80 gr. N.1 pacchetto di crackers gr 25 ca N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 Budino vegetale al cacao gr. 100 acqua minerale naturale 250 ml.

Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta gr. 120	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30		
----------------	-----------------------------------	---	---	--	--

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA.-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	-	-	-
Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30 ca.	1	-	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRADO-ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	2
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino vegetale al cacao gr. 100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale ml.250	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	-	-	-
Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30 ca.	1	-	-	-

D) INTOLLERANZA AL GLUTINE E AL LATTE E DERIVATI

Prodotti previsti dal Regolamento CE 41/2009 e/o da Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia (ultimo aggiornamento).

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronti veicolati)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti crudi)	DIETA CODICE C E DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato senza glutine senza latte e derivati	Te deteinato in filtri con biscotti senza glutine senza latte e derivati gr.30	Te deteinato in filtri con biscotti senza glutine senza latte e derivati gr.30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure senza latte e derivati gr.80 N.1 Omogeneizzato carne senza proteine del latte gr.80 N.1 Omogeneizzato frutta gr.80 acqua minerale naturale 250 ml.	Pasta piccola senza glutine gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 N.1 omogeneizzato carne senza proteine del latte gr.80 N.1 succo di frutta 200 ml. N. 1 pacchetto di crackers senza glutine e senza latte e derivati gr.	N.1 Omogeneizzato verdure senza latte e derivati gr. 80 N.2 Omogeneizzato carne senza proteine del latte gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers senza glutine e senza latte e derivati gr. 30 ca. acqua minerale naturale	Pasta senza glutine gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno da gr. 80 N. 1 pacchetti di crackers senza glutine e senza latte e derivati gr. 30 N.1 succo di frutta 200 ml.	N.2 scatolette tonno da gr. 80 N. 1 pacchetto crackers senza glutine e senza latte e derivati gr. 30 ca. N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 budino vegetale al cacao gr. 100 acqua minerale

		30 ca. acqua minerale naturale 250 ml.	250 ml.	acqua minerale naturale 250 ml.	naturale 250 ml.
Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta gr. 120	N°1 Te deatinato 200ml. Biscotti senza glutine e latte e derivati gr.30	N°1 Te deatinato 200 ml. Biscotti senza glutine latte e derivati gr. 30		

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA.PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta senza glutine	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Crackers senza glutine e senza latte e derivati gr. 30	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deatinato 200 ml	1	-	-	-
Biscotti senza glutine e senza latte e derivati gr. 30	1	-	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO- ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	2
Crackers senza glutine senza latte e derivati gr. 30	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino vegetale al cacao gr.100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deatinato 200 ml.	1	-	-	-
Biscotti senza glutine e senza latte e derivati gr. 30	1	-	-	-

E) ESCLUSIONE DEI FORMAGGI: (vedi pasto scorta esclusione latte e derivati)

F) ESCLUSIONE DEL FRUMENTO: (vedi pasto scorta esclusione glutine)

G) ESCLUSIONE DEL PESCE

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronti veicolati)	SEMIDIVEZZI e DIVEZZI (pasti crudi)	SEMIDIVEZZI e DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato	Te deatinato in filtri con biscotti gr. 30	Te deatinato in filtri con biscotti gr. 30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80	Pasta piccola gr. 50 Pelati gr. 55	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80	Pasta gr. 80 Pelati gr. 95	N.3 formaggini gr.

	N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 acqua minerale natural 250 ml.	Olio extra vergine d'oliva gr. 3 Parmigiano reggiano gr.35 N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. acqua minerale natural 250 ml.	N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato formaggio gr.80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. acqua minerale natural 250 ml.	Olio extra vergine d'oliva gr. 6 Parmigiano reggiano gr.50 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. N.1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale naturale 250 ml.	20/30 ca. N. 1 pacchetto crackers gr. 25 ca. N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 budino al cacao gr. 100 acqua minerale naturale 250 ml.
Merenda NIDO	N° 1 omogeneizzato frutta e biscotto gr. 120 o farina latte alla frutta gr.45 c.a.	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti gr. 30	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti gr. 30		

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Formaggini gr. 20/30	2	2	3	3
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo frutta 200 ml. monodose	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato 200 ml.	1	-	-	-
Biscotti gr. 30	1	-	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Formaggio gr. 20/30 ca.	2	2	3	3
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino al cacao gr. 100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato 200 ml.	1	-	-	-
Biscotti gr. 30	1	-	-	-

H) ESCLUSIONE DELLE UOVA

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronti veicolati)	SEMIDIVEZZI e DIVEZZI (pasti crudi)	SEMIDIVEZZI e DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)
Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato senza latte e derivati e uovo	Te deteinato in filtri con biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30	Te deteinato in filtri con biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30		

Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr.80 N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 acqua minerale naturale 250 ml.	Pasta piccola gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 Parmigiano reggiano gr. 35 N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. acqua minerale natural 250 ml.	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.1 Omogeneizzato carne gr. 80 N. 1 Omogeneizzato formaggino gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. acqua minerale natural 250 ml.	Pasta gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca. N.1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale naturale 250 ml.	N.2 scatolette tonno 80 gr. N.1 pacchetto crackers gr 25ca. N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 budino al cacao gr. 100 ca. acqua minerale naturale 250 ml.
Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta e biscotto gr. 120 o farina latte alla frutta gr.45 c.a.	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30		

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRAD-ADULTI
Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Grissini pacchetto 12/15 gr. ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale naturale 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	-	-	-
Biscotti senza latte e derivati e uovo gr. 30	1	-	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI
Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	2
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino al cacao gr. 100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale ml.250	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	-	-	-
Biscotti senza latte derivati e uovo gr. 30	1	-	-	-

I) ESCLUSIONE DI FAVE:

ASILI NIDO

	LATTANTI (DIETA CODICE A-B) (pasti crudi, pasti pronto veicolati)	SEMIDIVEZZI e DIVEZZI (pasti crudi)	SEMIDIVEZZI e DIVEZZI (pasti pronti veicolati)	ADULTI (pasti crudi)	ADULTI (pasti pronti veicolati)

Colazione	Tisana in filtri con biscotto granulato	Te deteinato in filtri con biscotti gr. 30	Te deteinato in filtri con biscotti gr. 30		
Pranzo	N.1 Omogeneizzato verdure gr.80 N.1 Omogeneizzato di carne gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 acqua minerale natural 250 ml.	Pasta ronto gr. 50 Pelati gr. 55 Olio extra vergine d'oliva gr. 3 Parmigiano reggiano gr. 35 N.1 succo di frutta 200 ml. N.1 pacchetto di crackers gr. 25 ca acqua minerale naturale 250 ml.	N.1 Omogeneizzato verdure gr. 80 N.1 Omogeneizzato di carne gr. 80 N. 1 Omogeneizzato formaggino gr. 80 N.1 Omogeneizzato frutta gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca acqua minerale naturale 250 ml.	Pasta gr. 80 Pelati gr. 95 Olio extra vergine d'oliva gr. 6 N.1 scatoletta tonno gr. 80 N. 1 pacchetto di crackers gr. 25 ca N.1 succo di frutta 200 ml. acqua minerale natural 250 ml.	N.2 scatolette tonno 80 gr. N.1 pacchetto crackers gr. 25 ca N. 1 succo di frutta 200 ml. N. 1 budino al cacao gr. 100 acqua minerale naturale 250 ml.
Merenda	N° 1 omogeneizzato frutta e biscotto gr. 120 o farina latte alla frutta gr.45 c.a.	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti prima infanzia gr. 30	N°1 Te deteinato 200 ml. Biscotti prima infanzia gr. 30		

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1° GRADO-ADULTI

Pasti crudi, pasti pronti da consumare in loco

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1° GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Pasta	gr. 50	gr. 60	gr. 70	gr. 80
Olio extra vergine d'oliva	gr. 3	gr. 4	gr. 5	gr. 6
Pelati	gr. 50	gr. 55	gr. 75	gr. 95
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	1
Grissini pacchetto 12/15 gr. Ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Acqua minerale ronto 250 ml.	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1	1	-	-
Biscotti prima infanzia gr. 30	1	1	-	-

SCUOLE DELL'INFANZIA-SEZIONE PRIMAVERA-PRIMARIE-SECONDARIE DI 1°GRADO-ADULTI

Pasti pronti veicolati

	SEZIONE PRIMAVERA Bambini	SCUOLE DELL'INFANZIA Bambini	SCUOLE PRIMARIE Bambini	SCUOLE SECONDARIE DI 1°GRADO E ADULTI DI OGNI ORDINE SCOLASTICO
PRANZO				
Tonno scatoletta gr. 80	1	1	1	2
Grissini pacchetto gr. 12/15 ca.	1	1	1	1
Succo di frutta 200 ml.	1	1	1	1
Budino al cacao gr. 100	1	1	1	1
Acqua minerale naturale ml.250	1	1	1	1
COLAZIONE/MERENDA				
Te deteinato ml. 200	1		-	-
Biscotti prima infanzia gr. 30	1		-	-

L) ESCLUSIONE DEL POMODORO: Pesti crudi, pasti pronti da consumare in loco

(vedi pasto scorta punto I sostituendo la pasta al pomodoro con pasta all' olio extravergine di oliva) **Pasti pronti veicolati** (vedi pasto scorta punto I)

COMPOSIZIONE CESTINO DA VIAGGIO

COMPOSIZIONE	SCUOLA INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA SECONDARIA DI 1° GRADO E ADULTI
Focaccia monoporzione con prosciutto cotto	gr. 50 (focaccia) gr. 40 (prosciutto)	gr 100 (focaccia) gr. 60 (prosciutto)
Panino all' olio di oliva (morbido) con formaggio monoporzione	n° 1 (50-60 gr.) gr. 40 (formaggio)	n° 1 (50-60 gr.) gr. 40 (formaggio)
Succo di frutta monoporzione in tetrabrick	n° 1 (200 ml.)	n° 1 (200 ml.)
Frutta fresca (banana gr. 150 ca.)	n° 1	n° 1
Prodotto dolce da forno plum cake monoporzione	n° 1	n° 1
Te' deteinato monoporzione in tetrabrick	n° 1 (200 ml.)	-
Acqua minerale naturale bott. da 500 ml	n° 2	n° 2
Tovaglioli di carta	n° 2	n° 2
Bicchieri monouso	n° 2	n° 2
Posate monouso	1 tris	1 tris

COMPOSIZIONE CESTINO	SEZIONE LATTANTI	SEZIONE DIVEZZI SEMIDIVEZZI E SEZIONE PRIMAVERA
Omogeneizzato di carne	n° 1	
Omogeneizzato di frutta	n° 1	
Succo di frutta prima infanzia	n° 1	
Frutta fresca (banana gr. 100 ca.)	n° 1	n° 1
Omogeneizzato di frutta e biscotto	n° 1	
Focaccia monoporzione con formaggio da 20/30 gr.	-	gr. 50 (focaccia) n° 2 (formaggio)
Budino alla vaniglia	-	n° 1
Succo di frutta monoporzione in tetrabrick		n° 1 (200 ml.)
Prodotto dolce da forno plum cake monoporzione	-	n° 1
Acqua minerale naturale bott. da 500 ml	n° 1	n° 2
Tovaglioli di carta	n° 2	n° 2
Bicchieri monouso	n° 2	n° 2
Cucchiaini	n° 3	n° 2



COMUNE DI GENOVA
RISTORAZIONE
SEZIONE PRIMAVERA

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



1° SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	frutta fresca	merenda
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro	**Formaggio fresco	Insalata verde e mais	Frutta fresca	Pane e marmellata
Martedì	Minestra di verdure con pasta	Cosce di pollo al forno	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca	Yogurt alla frutta
Mercoledì	Pasta al pesto	Polpette di # vitellone al pomodoro	* Piselli	Frutta fresca	Banana
Giovedì	Pizza margherita	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Insalata verde	Frutta fresca	Crostata
Venerdì	Riso al sugo di pomodoro	Tonno sott'olio	Patate lessate	Frutta fresca	Mesi invernali: budino alla vaniglia Mesi estivi: *gelato fiordi latte

2° SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	frutta fresca	merenda
Lunedì	Pasta tricolore all'olio extravergine di oliva	Carne di # vitellone all'uccelletto	Purea di patate	Frutta fresca	Yogurt alla frutta
Martedì	Pasta al pesto	Filetti di * merluzzo alla livornese	Patate lessate	Frutta fresca	Banana
Mercoledì	* Ravioli al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo impanati	* Fagiolini al pomodoro o saltati	Frutta fresca	Brioche fresca
Giovedì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: ***carote crude	Frutta fresca	Succo di frutta e canestrelli
Venerdì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Arrostito di tacchino	Insalata verde	Frutta fresca	Yogurt alla frutta

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata - frutta a lotta integrata (mela) sempre secondo menu

* prodotto surgelato - in caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICCOTTA)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile - mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

COLAZIONE: Cucine Dirette: Latte fresco bio intero e biscotti Pasticcini Veicoli: Succo di frutta e biscotti

N.B. A SECONDA DELL'ORARIO CONCORDATO IN OGNI SINGOLA SCUOLA L'UTENTE POTRA' CONSUMARE LA COLAZIONE O LA MERENDA

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica - DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. DATA DI EMISSIONE: 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dot.ssa Federica Pascali della ASL 3 Genova - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa Federica Pascali
Dietetista
Tel. 010 8220



COMUNE DI GENOVA
RISTORAZIONE
SEZIONE PRIMAVERA

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



3°SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	frutta fresca	merenda
Lunedì	Riso all' olio extravergine di oliva	* Bastoncini di merluzzo al forno	Mesi invernali: cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: insalata verde	Frutta fresca	Succo di frutta e biscotti
Martedì	Pasta al sugo di pomodoro	Polpette di # vitellone in bianco al forno	Purea di patate	Frutta fresca	Mesi invernali: budino alla vaniglia Mesi estivi: * gelato fiordilatte
Mercoledì	Pasta al sugo di *pesce	Mesi invernali: stracchino Mesi estivi: mozzarella	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca	Brioche fresca
Giovedì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Cosce di pollo al forno	*Piselli in umido	Frutta fresca	Banana
Venerdì	Pasta al pesto	Polpette di legumi al forno	Insalata di carote e mais	Frutta fresca	Yogurt alla frutta

4°SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	frutta fresca	merenda
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro	Polpettone di *tagliolini		Frutta fresca	Torta allo yogurt
Martedì	Pasta al burro	Bocconcini di pollo con olive e pinoli	Insalata verde	Frutta fresca	Succo di frutta con biscotti
Mercoledì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	* Fagiolini saltrati	Frutta fresca	Yogurt alla frutta
Giovedì	Pasta al pesto	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Purea di patate	Frutta fresca	Brioche fresca
Venerdì	Mesi invernali: crema di legumi con crostini Mesi estivi: minestra primavera con riso	Bastoncini di *merluzzo al forno	****carote crude	Frutta fresca	Banana

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata - frutta a lotta integrata (mela) sempre secondo menu

* prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile - mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

COLAZIONE: Cucine Dirette: Latte fresco bio intero e biscotti Pasti Veicolati: Succo di frutta e biscotti

N.B. A SECONDA DELL'ORARIO CONCORDATO IN OGNI SINGOLA SCUOLA L'UTENTE POTRA' CONSUMARE LA COLAZIONE O LA MERENDA

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica - DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. DATA DI EMISSIONE 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL3 Genovese*
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr. csa Federica Pascali

Baroni Carne Pellerini Dr. Monello

ASL3 Genovese*
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr. csa Federica Pascali

ASL3 Genovese*
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr. csa Federica Pascali



COMUNE DI GENOVA
RISTORAZIONE
SEZIONE PRIMAVERA

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



5° SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	frutta fresca	merenda
Lunedì	Minestra di verdure con farro o orzo o cereali misti	Pizza margherita		Frutta fresca	Succo di frutta e biscotti
Martedì	Risotto allo zafferano	Carne di vitellone alla pizzaiola	*Piselli in umido	Mousse di frutta	Banana
Mercoledì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Patate lessate	Frutta fresca	Mesi invernali: budino alla vaniglia Mesi estivi: *gelato fiordilatte
Giovedì	Pasta al ragu vegetale	Bocconcini di pollo impanati al forno	Mesi invernali: **carote crude Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca	Crostata
Venerdì	Pasta al burro	Crocchette di merluzzo al forno	Insalata verde e mais	Frutta fresca	Yogurt alla frutta

6° SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	frutta fresca	merenda
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro e basilico	Hamburger di vitellone al forno	Insalata verde	Frutta fresca	Banana
Martedì	Pasta al pesto	**formaggio fresco	Mesi invernali: fagioli cannellini in umido Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca	Succo di frutta e canestrelli
Mercoledì	Minestra di verdure con riso	Arrosti di lonza	Carote fessate o saltate	Frutta fresca	Brioche fresca
Giovedì	Pasta al ragu di vitellone	Polpettone di fagiolini		Torta con frutta secca e succo di frutta	Banana
Venerdì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Bocconcini di tacchino impanati al forno	Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate al forno	Frutta fresca	Budino alla vaniglia

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata - frutta a lotta integrata (mela) sempre secondo menu

*prodotto surgelato - In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile - mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

COLAZIONE: Cucine Dirette: Latte fresco bio intero e biscotti Pasti Veicolati: Succo di frutta e biscotti

N.B. A SECONDA DELL'ORARIO CONCORDATO IN OGNI SINGOLA SCUOLA L'UTENTE POTRA' CONSUMARE LA COLAZIONE O LA MERENDA

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica - DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Marateresa Marrella. DATA DI EMISSIONE 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Federica Pascali
 U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
 Azienda Sanitaria Locale 3 Genova
 Dr.ssa Federica Pascali
 Tel. 010 5220



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
NIDO D'INFANZIA SEZIONE DIVEZZI

MENU In vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

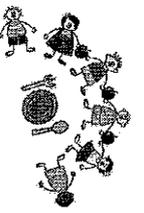


1° SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	merenda per Nido
Lunedì 1	Pastasciuttina al ragù vegetale	Arrostio di lonza al forno o in casseruola	Mesi invernali: patate lessate Mesi estivi: pomodori in insalata	Latte fresco bio intero con biscotti prima infanzia
Martedì 2	Minestra di verdure con pastina integrale	Asilo nido: filetti di pesce (*halibut) lessati o al vapore o al verde (sminuzzati finemente per nido) Scuola infanzia e adulti: * halibut impanato	Carote fresche lessate	Yogurt alla frutta
Mercoledì 3	Pastasciuttina al pesto	Coscia di pollo alla cacciatora	Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate lessate o al forno alternate	Banana
Giovedì 4	Pastasciuttina all' olio extra vergine di oliva	Polpettine di vitellone al pomodoro	* piselli	Crostata
Venerdì 5	Risò al sugo di pomodoro	Torta di verdure con ricotta		Mesi invernali: budino alla vaniglia Mesi estivi: *gelato fioridiate

2° SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	merenda per Nido
Lunedì 6	Minestra di verdure con riso	Pizza margherita		Frullato di frutta fresca bio
Martedì 7	* Lasagne al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo al limone	Carote fresche lessate o in insalata	Banana
Mercoledì 8	Mesi invernali: pastina in brodo di carne Mesi estivi: pasta all'olio extra vergine di oliva	Mesi invernali: carne di # vitellone bollita tritata Mesi estivi: uccelletto di # vitellone	Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate al forno con timo e origano	Brioche fresca
Giovedì 9	Riso al sugo di pomodoro	Fesa di tacchino arrosto	Mesi invernali: finocchi al burro Mesi estivi: pomodori in insalata	Latte fresco bio intero e canestrelli
Venerdì 10	Pastasciuttina al pesto	Filetti di pesce (*merluzzo) al verde con olive e capperi (sminuzzati finemente per nido)	Patate lessate	Yogurt alla frutta

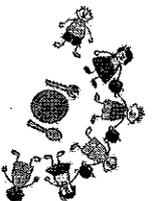
NOTE: mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1 al 15 aprile - mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre
*prodotto surgelato #carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata
**FORMAGGIO FRESCO (RICOTTA O STRACCHINO O CASATELLA O PRIMO SALE)
TUTTI I GIORNI COLAZIONE PER BIMBI NIDO: LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA
ORE 10,00 PER BIMBI NIDO: FRUTTA FRESCA BIO
REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica - Dietiste: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
Con la collaborazione della Dott.ssa Federica Pascali ASL 3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Cena Pellegrini
M. Marrella
ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa *Federica Pascali*



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
NIDO D'INFANZIA SEZIONE DIVEZZI

MENU In vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



3°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda per Nido
Lunedì 11	Pastasciuttina al ragu di # vitellone	Cosce di pollo al forno	Mesi invernali: insalata verde Mesi estivi: pomodori in insalata	Latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia
Martedì 12	Pastasciuttina al pesto	Uccelletto di # vitellone	Purea di patate	Mesi invernali: budino alla vaniglia Mesi estivi * gelato fiordilatte
Mercoledì 13	Riso al latte	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza lattati e polifosfati	Mesi invernali: patate lessate Mesi estivi: zucchine trifolate	Brioche fresca
Giovedì 14	Pastasciuttina al sugo di pinoli ed erbe aromatiche	Mesi invernali: tortino di pesce (*merluzzo) al forno Mesi estivi: filetti di pesce (*halbut) al verde finemente sminuzzati per nido	Carote fresche lessate o in insalata	Frullata di frutta fresca bio
Venerdì 15	Minestra di verdure con orzetti	Mesi invernali: pizza margherita Mesi estivi: **formaggio fresco	Mesi estivi: pomodori in insalata	Yogurt alla frutta
4°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda per Nido
Lunedì 16	Grano spezzato (bulgur) o cous cous al sugo di pomodoro	Spezzatino di tacchino con carote		Torta cassalinga allo yogurt
Martedì 17	Pastasciuttina al pesto	Polpettone di * fagiolini		Succo/nettare di frutta con biscotti prima infanzia
Mercoledì 18	Minestra di verdure con riso o farro	Bocconcini di pollo gratinati al timo	Purea di patate	Yogurt alla frutta
Giovedì 19	Pastasciuttina al burro	Polpettine di legumi al forno o in casseruola	Insalata verde	Brioche fresca
Venerdì 20	Pastasciuttina al sugo di pomodoro	Mesi invernali: tortino di pesce (* halbut) al forno Mesi estivi: filetti di * halbut al verde (sminuzzato finemente per nido)	Mesi invernali: carote in insalata o lessate Mesi estivi: pomodori in insalata	Banana

NOTE: mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1 al 15 aprile - mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

* prodotto surgelato #carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

**FORMAGGIO FRESCO (RICOTTA O STRACCHINO O CASATELLA O PRIMO SALE)

TUTTI I GIORNI COLAZIONE PER BIMBI NIDO: LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA
ORE 10.00 PER BIMBI NIDO: FRUTTA FRESCA BIO

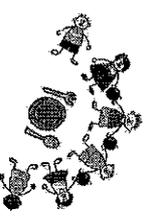
REDAZIONE : Ufficio Nutrizione e Dietetica - Dietiste : Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
Con la collaborazione della Dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese- Igiene degli Alimenti

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa Federica Pascali
Dietista
Dott.ssa Cinzia Pellegrini
Dott.ssa Mariateresa Marrella
Dott.ssa Federica Pascali



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
NIDO D'INFANZIA SEZIONE DIVEZZI

MENU In vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



5°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda per Nido
Lunedì 21	Risotto alla parmigiana	Arrosti di lonza	Insalata mista (insalata verde e carote)	Latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia
Martedì 22	Mesi invernali: minestra di verdura con pasta Mesi estivi: minestra primavera con pasta	Pizza margherita		Banana
Mercoledì 23	Pastasciuttina al pesto	Nido : filetti di pesce (* merluzzo) al verde finemente sminuzzati x nido scuola infanzia adulti : tonno sott'olio	Patate lessate	Mesi invernali: budino alla vaniglia Mesi estivi: *gelato fiordilatte
Giovedì 24	Mesi invernali : pastina in brodo di carne Mesi estivi: pasta all'olio extra vergine di oliva	Mesi invernali: carne di # vitellone bollita tritata Mesi estivi: uccelletto di # vitellone	Patate lessate Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: carote fresche in insalata	Crostata
Venerdì 25	Pasta al pomodoro	Mesi invernali: crocchette di patate e ricotta Mesi estivi: ** formaggio fresco	Mesi invernali: finocchi lessati Mesi estivi: pomodori in insalata	Yogurt alla frutta

6°SETTIMANA	1° piatto	2° piatto	contorno	merenda per Nido
Lunedì 26	Mesi invernali: risotto alla crema di zucca Mesi estivi: riso all' olio extra vergine di oliva	Bocconcini di lonza alle mele	Insalata mista (insalata verde e carote)	Banana
Martedì 27	Pastasciuttina al sugo di pomodoro	Polpettine di #vitellone al forno o in casseruola	Mesi invernali: zucchine trifolate Mesi estivi: pomodori in insalata	Latte fresco bio intero e canestrelli
Mercoledì 28	Pastasciuttina al pesto	**formaggio fresco	Purea di zucca e patate o carote e patate	Brioche fresca
Giovedì 29	Mesi invernali : crema di legumi (piselli o fagoli cannelli) con pasta mesi estivi: minestra primavera con pasta	Bocconcini di pollo gratinati	Patate lessate	Pane e marmellata
Venerdì 30	Mesi invernali: pastasciuttina all' olio extra vergine di oliva mesi estivi: pastasciuttina alla crema di zucchine	Mesi invernali: crocchette di pesce (*merluzzo) al forno Mesi estivi: filetti di pesce (*merluzzo) al verde finemente sminuzzati per nido	Mesi invernali: carote fresche in insalata mesi estivi: pomodori in insalata	Budino alla vaniglia

NOTE: mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1 al 15 aprile - mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre
* prodotto surgelato #carne bovina di vitellone a filiera tracciata o a filiera certificata

**FORMAGGIO FRESCO (RICOTTA O STRACCHINO O PRIMO SALE O CASATELLA)

TUTTI I GIORNI COLAZIONE PER BIMBI NIDO: LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA ORE 10.00 PER BIMBI NIDO: FRUTTA FRESCA BIO
REDAZIONE : Ufficio Nutrizione e Dietetica - Dietiste Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015

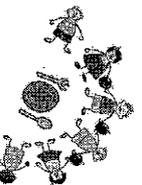
Con la collaborazione della Dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Enza Bellini
De. M. M. M. M.
ASL3 "Genovese"
Dipartimento di Nutrizione
O.M. CE 8220



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA INFANZIA - SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA INFANZIA

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



1°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro	**Formaggio fresco	Insalata verde e mais	Frutta fresca
Martedì	Minestra di verdure con pasta	Cosce di pollo al forno	Mesi invernali:carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al pesto	Polpette di # vitellone al pomodoro	* Piselli	Frutta fresca
Giovedì	Pizza margherita	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Insalata verde	Frutta fresca
Venerdì	Riso al sugo di pomodoro	Tonno sott'olio	Patate lessate	Frutta fresca

2°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Pasta tricolore all'olio extravergine di oliva	Carne di # vitellone all'uccelletto	Purea di patate	Frutta fresca
Martedì	Pasta al pesto	Filetti di * merluzzo alla livornese	Patate lessate	Frutta fresca
Mercoledì	* Ravioli al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo impanati	* Fagiolini al pomodoro o saltati	Frutta fresca
Giovedì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	Mesi invernali:carote lessate o saltate Mesi estivi:***carote crude	Frutta fresca
Venerdì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Arrosto di tacchino	Insalata verde	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

* prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile
mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione

Emilio Polizzi M. Monello
Dott. M. Monello
Dott. E. Polizzi
Dott. S. Polizzi
Dott. G. Polizzi
Dott. M. Polizzi
Dott. P. Polizzi
Dott. R. Polizzi
Dott. S. Polizzi
Dott. T. Polizzi
Dott. U. Polizzi
Dott. V. Polizzi
Dott. W. Polizzi
Dott. X. Polizzi
Dott. Y. Polizzi
Dott. Z. Polizzi
Dott. AA. Polizzi
Dott. BB. Polizzi
Dott. CC. Polizzi
Dott. DD. Polizzi
Dott. EE. Polizzi
Dott. FF. Polizzi
Dott. GG. Polizzi
Dott. HH. Polizzi
Dott. II. Polizzi
Dott. JJ. Polizzi
Dott. KK. Polizzi
Dott. LL. Polizzi
Dott. MM. Polizzi
Dott. NN. Polizzi
Dott. OO. Polizzi
Dott. PP. Polizzi
Dott. QQ. Polizzi
Dott. RR. Polizzi
Dott. SS. Polizzi
Dott. TT. Polizzi
Dott. UU. Polizzi
Dott. VV. Polizzi
Dott. WW. Polizzi
Dott. XX. Polizzi
Dott. YY. Polizzi
Dott. ZZ. Polizzi

U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott. M. Monello
Dott. E. Polizzi
Dott. S. Polizzi
Dott. G. Polizzi
Dott. M. Polizzi
Dott. P. Polizzi
Dott. R. Polizzi
Dott. S. Polizzi
Dott. T. Polizzi
Dott. U. Polizzi
Dott. V. Polizzi
Dott. W. Polizzi
Dott. X. Polizzi
Dott. Y. Polizzi
Dott. Z. Polizzi
Dott. AA. Polizzi
Dott. BB. Polizzi
Dott. CC. Polizzi
Dott. DD. Polizzi
Dott. EE. Polizzi
Dott. FF. Polizzi
Dott. GG. Polizzi
Dott. HH. Polizzi
Dott. II. Polizzi
Dott. JJ. Polizzi
Dott. KK. Polizzi
Dott. LL. Polizzi
Dott. MM. Polizzi
Dott. NN. Polizzi
Dott. OO. Polizzi
Dott. PP. Polizzi
Dott. QQ. Polizzi
Dott. RR. Polizzi
Dott. SS. Polizzi
Dott. TT. Polizzi
Dott. UU. Polizzi
Dott. VV. Polizzi
Dott. WW. Polizzi
Dott. XX. Polizzi
Dott. YY. Polizzi
Dott. ZZ. Polizzi



**COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA INFANZIA - SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA INFANZIA**

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



3° SETTIMANA	1° PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Riso all'olio extravergine di oliva	* Bastoncini di merluzzo al forno	Mesi invernali: cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: Insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al sugo di pomodoro	Polpette di # vitellone al forno	Purea di patate	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al sugo di * pesce	Mesi invernali: stracchino Mesi estivi: mozzarella	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Giovedì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Cosce di pollo al forno	* Piselli in umido	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al pesto	Polpette di legumi al forno	Insalata di carote e mais	Frutta fresca

4° SETTIMANA	1° PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Pasta all'amatriciana	Polpettone di * fagiolini		Frutta fresca
Martedì	Pasta al burro	Bocconcini di pollo con olive e pinoli	Insalata verde	Frutta fresca
Mercoledì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	* Fagiolini saltati	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Purea di patate	Frutta fresca
Venerdì	Mesi invernali: Crema di legumi con crostini Mesi estivi: Minestra primavera con riso	* Bastoncini di merluzzo al forno	*** Carote crude	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

* prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

** FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile
mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Federica Pascali
Dott.ssa Mariateresa Marrella
Dott.ssa Cinzia Pellegrini
Dott.ssa Mariateresa Marrella
Dott.ssa Cinzia Pellegrini
Dott.ssa Federica Pascali
8220



**COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA INFANZIA - SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA INFANZIA**

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



5°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Minestra di verdure con farro o orzo o cereali misti	Pizza margherita		Frutta fresca
Martedì	Risotto allo zafferano	Carne di vitellone alla pizzaiola	*Piselli in umido	Mousse di frutta
Mercoledì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Patate lessate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al ragù vegetale	Bocconcini di pollo impanati al forno	Mesi invernali: ***carote crude Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al burro	Crocchette di *merluzzo al forno	Insalata verde e mais	Frutta fresca

6°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro e basilico	Hamburger di # vitellone al forno (con ketchup per scuola primaria e secondaria di 1° grado)	Insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al pesto	***Formaggio fresco	Mesi invernali: fagioli cannellini in umido Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Minestra di verdure con riso	Arrosto di lonza	Carote lessate o saltate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al ragù di vitellone	Polpettone di * fagiolini		Torta con frutta secca e succo di frutta
Venerdì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Bocconcini di tacchino impanati al forno	Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate al forno	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

*prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile
mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Mariateresa Marrella
Dott.ssa Cinzia Pellegrini
Dietista Medico
Tel. 010/55220

Handwritten signature: Daniela Cune Pellegrini

COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

Lattanti 6-8 mesi dieta "A"

Lunedì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Omogeneizzato di frutta Crema di mais e tapioca o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - omogeneizzato o liofilizzato di coniglio	MERENDA B/D/F
Martedì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Omogeneizzato di frutta Pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - omogeneizzato o liofilizzato di tacchino	MERENDA A/D/E
mercoledì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Omogeneizzato di frutta Crema di cereali misti o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - omogeneizzato o liofilizzato di agnello o omogeneizzato di formaggio	MERENDA A/C/D/E
giovedì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Omogeneizzato di frutta Crema di mais e tapioca o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - omogeneizzato o liofilizzato di manzo	MERENDA A/E/F
venerdì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Omogeneizzato di frutta Crema di cereali misti o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - omogeneizzato o liofilizzato di pollo	MERENDA A/C/D



Brodo vegetale 6/8 mesi per la preparazione del pranzo: patate, zucchine, carote, sedano, lattuga.
Durante l' inserimento al Nido vengono seguite le indicazioni dietetiche del Pediatra e della famiglia del bambino/a.
La dieta viene gradualmente adeguata ai menu proposti dal Nido, salvo diverse prescrizioni pediatriche.
Merende :
A) yogurt alla frutta frullata
B) omogeneizzato di frutta
C) frullato di frutta
D) merenda pastorizzata yogurt e frutta
E) omogeneizzato di frutta con biscotto e miele
F) farina lattea

Lattanti 9-12 mesi dieta "B"

Lunedì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Frutta fresca (mela o banana) Crema di mais e tapioca o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - carne di vitellone o pollo al vapore	MERENDA B/D/F
Martedì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Frutta fresca (mela o banana) Pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - tacchino al vapore	MERENDA A/D/E
Mercoledì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Frutta fresca (mela o banana) - brodo vegetale - Pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano- omogeneizzato di pesce o parmigiano reggiano	MERENDA A/C/D/E
Giovedì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Frutta fresca (mela o banana) P astina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano - carne di vitellone o pollo al vapore	MERENDA A/E/F
Venerdì	Latte di proseguimento con biscotti per infanzia Frutta fresca (mela o banana) Crema di cereali misti o pastina primi mesi con olio extra vergine di oliva e parmigiano reggiano -petto di pollo al vapore	MERENDA A/C/D

Brodo vegetale 9/12 mesi per la preparazione del pranzo: patate, zucchine, carote, sedano, lattuga, bietola, zucca.
Durante l' inserimento al Nido vengono seguite le indicazioni dietetiche del Pediatra e della famiglia del bambino/a.
La dieta viene gradualmente adeguata ai menu proposti dal Nido, salvo diverse prescrizioni pediatriche.
Merenda:
A) yogurt alla frutta
B) omogeneizzato di frutta
C) frullato di frutta
D) merenda pastorizzata yogurt e frutta
E) omogeneizzato di frutta con biscotto e miele
F) farina lattea

REDAZIONE UFFICIO NUTRIZIONE E DIETETICA - DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella DATA DI EMISSIONE: 13 aprile 2015
Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASI3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Cinzia Pellegrini
Federica Pascali
Mariateresa Marrella

ASI 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
DIPARTIMENTO PASCALI
DIP. SAN. GEN. 8220

COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE

NIDO D'INFANZIA DIETA "C" LATTANTI

MENU in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

1°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda
lunedì 1	Pastasciuttina al ragù vegetale	Bocconcini di tacchino agli aromi	<u>Mesi invernali</u> :patate lesse <u>Mesi estivi</u> : pomodori in insalata	Latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia
martedì 2	Minestra di verdura con pastina integrale	Filetti di pesce (* halibut) lessati o al vapore frullati	Carote fresche lessate	Yogurt alla frutta
mercoledì 3	Pastasciuttina al pesto	Petto di pollo al vapore	<u>Mesi invernali</u> : purea di patate <u>Mesi estivi</u> : patate lessate o al forno alternate	Banana
giovedì 4	Pastasciuttina all' olio extra vergine di oliva	Carne tritata di # vitellone al vapore	Zucchine lessate	Omogeneizzato di frutta con biscotto al miele
venerdì 5	Riso al sugo di pomodoro	**formaggio fresco	Carote fresche lessate	Dessert al latte prima infanzia

2° settimana	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda
lunedì 6	Minestra di verdure con riso	** formaggio fresco	Patate lessate	Frullata di frutta fresca bio
martedì 7	Pastasciuttina al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo agli aromi	Carote fresche lessate	Banana
mercoledì 8	<u>Mesi invernali</u> : pastina in brodo di carne <u>Mesi estivi</u> : pasta all'olio extra vergine di oliva	<u>Mesi invernali</u> :carne di # vitellone bollita tritata <u>Mesi estivi</u> : carne di # vitellone trita al vapore	<u>Mesi invernali</u> : purea di patate <u>Mesi estivi</u> : patate al forno con timo e origano	Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele
giovedì 9	Riso al sugo di pomodoro	Fesa di tacchino arrosto	<u>Mesi invernali</u> :finocchi al burro a tocchetti <u>Mesi estivi</u> : pomodori in insalata	Latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia
venerdì 10	Pastasciuttina al pesto	Filetti di pesce (* merluzzo) al vapore frullati	Patate lessate	Yogurt alla frutta

NOTE: mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile - mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

* prodotto surgelato #carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

**FORMAGGIO FRESCO (RICOTTA O STRACCHINO O CASATELLA O PRIMO SALE)

TUTTI I GIORNI COLAZIONE PER BIMBI NIDO: LATTE DI PROSEGUIMENTO O LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA

ORE 10.00 PER BIMBI NIDO: FRUTTA FRESCA BIO

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa Federica Pascali
Dirigente Medico
O.M. GE 8220

Cinzia Pellegrini

Mariateresa Marrella

Federica Pascali



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE

NIDO D'INFANZIA DIETA "C" LATTANTI

MENU in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

3°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda
Lunedì 11	Pastasciuttina al ragù di # vitellone	Petto di pollo tritato al vapore	<u>Mesi invernali:</u> carote lessate <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima infanzia
Martedì 12	Pastasciuttina al pesto	Carne trita di # vitellone al vapore	Purea di patate	Dessert al latte prima infanzia
Mercoledì 13	Riso al latte	Tacchino al vapore	Zucchine lessate	Banana
Giovedì 14	Pastasciuttina all'olio extra vergine di oliva	Filetti di pesce * merluzzo lessati o al vapore	Carote fresche lessate	Frullata di frutta fresca bio
Venerdì 15	Minestra di verdure con orzetti	** formaggio fresco	<u>Mesi invernali:</u> patate e zucchine lessate <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Yogurt alla frutta

4°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda
Lunedì 16	Semolino di grano al sugo di pomodoro	Tacchino al vapore	Carote lessate	Dessert al latte prima infanzia
Martedì 17	Pastasciuttina al pesto	** formaggio fresco	Patate lessate	Succo/nettare di frutta con biscotti prima infanzia
Mercoledì 18	Minestra di verdure con riso	Bocconcini di pollo agli aromi	Purea di patate	Yogurt alla frutta
Giovedì 19	Pastasciuttina al burro	Carne trita di # vitellone al vapore	Zucchine lessate	Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele
Venerdì 20	Pastasciuttina al sugo di pomodoro	Filetti di pesce (* halibut) lessati o al vapore frullati	<u>Mesi invernali:</u> carote lessate <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Banana

NOTE: mesi invernali novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile - mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

* prodotto surgelato #carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

**FORMAGGIO FRESCO (RICOTTA O STRACCHINO O CASATELLA O PRIMO SALE)

TUTTI I GIORNI COLAZIONE PER BIMBI NIDO: LATTE DI PROSEGUIMENTO O LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA

ORE 10.00 PER BIMBI NIDO: FRUTTA FRESCA BIO

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa Federica Pascali
Dirigente Medico
C.M. GE 8220

Cesca Telfer

M. Donofrio

F. Pascali



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE

NIDO D'INFANZIA DIETA "C" LATTANTI

MENU in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

5°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda
Lunedì 21	Risotto alla parmigiana	Bocconcini di pollo agli aromi	Carote fresche lessate	Latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti per infanzia
Martedì 22	<u>Mesi invernali:</u> minestra di verdura con pasta <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con pasta	**formaggio fresco	Zucchine lessate	Banana
Mercoledì 23	Pastasciuttina al pesto	Filetti di pesce (* merluzzo) al vapore frullati	Patate lessate	Dessert al latte prima infanzia
Giovedì 24	<u>Mesi invernali:</u> pastina in brodo di carne <u>Mesi estivi:</u> pasta all'olio extra vergine di oliva	<u>Mesi invernali:</u> carne di # vitellone bollita tritata <u>Mesi estivi:</u> carne di # vitellone trita al vapore	<u>Mesi invernali:</u> purea di patate <u>Mesi estivi:</u> carote lessate	Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele
Venerdì 25	Pasta al sugo di pomodoro	**formaggio fresco	<u>Mesi invernali:</u> finocchi lessati <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Yogurt alla frutta

6°SETTIMANA	1°piatto	2° piatto	contorno	merenda
Lunedì 26	<u>Mesi invernali:</u> risotto alla crema di zucca <u>Mesi estivi:</u> riso all'olio extra vergine di oliva	Fesa di tacchino al vapore	Patate lessate	Banana
Martedì 27	Pastasciuttina al sugo di pomodoro	Carne tritata di # vitellone al vapore	<u>Mesi invernali:</u> zucchine lessate <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Latte di proseguimento o latte fresco bio intero e biscotti prima
Mercoledì 28	Pastasciuttina al pesto	**formaggio fresco	Purea di patate carote o zucca e patate	Omogeneizzato di frutta con biscotto e miele
Giovedì 29	<u>Mesi invernali:</u> passato di patate e carote con pasta <u>Mesi estivi:</u> minestra	Bocconcini di pollo agli aromi	Patate lessate	Succo/nettare di frutta e biscotti prima infanzia
Venerdì 30	<u>Mesi invernali:</u> pastasciuttina all'olio extravergine di oliva <u>Mesi estivi:</u> pastasciuttina alla crema di zucchine	Filetti di pesce (* merluzzo) lessati o al vapore frullati	<u>Mesi invernali:</u> carote fresche lessate <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Dessert al latte prima infanzia

NOTE: mesi invernali novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile - mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

* prodotto surgelato #carne bovina di vitellone a filiera tracciata o a filiera certificata

**FORMAGGIO FRESCO (RICOTTA O STRACCHINO O CASATELLA O PRIMO SALE)

TUTTI I GIORNI COLAZIONE PER BIMBI NIDO: LATTE DI PROSEGUIMENTO O LATTE FRESCO BIO INTERO E BISCOTTI PRIMA INFANZIA

ORE 10.00 PER BIMBI NIDO: FRUTTA FRESCA BIO

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa Federica Pascali
Dirigente Medico
C.M. GE 8220

Cinzia Pellegrini

Dr. Manello

Dr. Deati





COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA PRIMARIA
 Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



1°SETTIMANA	1°piatto	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	Insalata verde e mais	Frutta fresca
Martedì	Minestra di verdure con pasta	Cosce di pollo al forno	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al pesto	Polpette di # vitellone al pomodoro	* Piselli	Frutta fresca
Giovedì	Pizza margherita	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Insalata verde	Frutta fresca
Venerdì	Riso al sugo di pomodoro	Tonno sott'olio	Patate lessate	Frutta fresca

2°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Pasta tricolore all'olio extravergine di oliva	Carne di # vitellone all'uccelletto	Purea di patate	Frutta fresca
Martedì	Pasta al pesto	Filetti di * merluzzo alla livornese	Patate lessate	Frutta fresca
Mercoledì	* Ravioli al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo impanati	* Fagiolini al pomodoro o saltati	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al sugo di pomodoro	**Formaggio fresco	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: ***carote crude	Frutta fresca
Venerdì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Arrosto di tacchino	Insalata verde	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

* prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

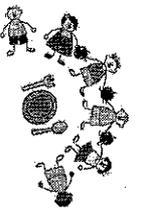
mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febraio/marzo/dal 1° al 15 aprile

mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
 Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Donatella *Pellegrini* *di Donatella*

ASL 3 "Genovese"
 U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
 Dr.ssa Pellegrini Cinzia
 Dr.ssa Marrella Mariateresa
 Dr.ssa Pascali Federica
 Tel. 010 5220



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA PRIMARIA
 Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



3°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Riso all'olio extravergine di oliva	*Bastoncini di merluzzo al forno	Mesi invernali: cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al sugo di pomodoro	Polpette di #vitellone	Purea di patate	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al sugo di * pesce	Mesi invernali: stracchino Mesi estivi: mozzarella	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Giovedì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Cosce di pollo al forno	* piselli in umido	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al pesto	Polpettine di legumi al forno	Insalata di carote e mais	Frutta fresca

4°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Pasta all'amatriciana	Polpettone di *fagiolini		Frutta fresca
Martedì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	Insalata verde	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al burro	Bocconcini di pollo con olive e pinoli	*Fagiolini saltati	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Purea di patate	Frutta fresca
Venerdì	Mesi invernali: Crema di legumi con crostini Mesi estivi: Minestra primavera con riso	*Bastoncini di merluzzo al forno	***Carote crude	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

* prodotto surgelato - In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile
 mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL 3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Federica Pascali

ASL 3 "Genovese"
 U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
 Dr.ssa Federica Pascali
 Dietista
 M. E. 8220



**COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA PRIMARIA**



Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

5°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Minestra di verdure con farro o orzo o cereali misti	**Formaggio fresco	***Carote crude	Frutta fresca
Martedì	Risotto allo zafferano	Carne di vitellone alla pizzaiola	* Piselli in umido	Mousse di frutta
Mercoledì		Verdure da sgranocchiare		
	Pizza con formaggio e prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati			
	Frutta fresca - Budino alla vaniglia o al cioccolato			
Giovedì	Pasta al ragù vegetale	Bocconcini di pollo impanati al forno	Mesi invernali: ***carote crude Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al burro	*Filetti di platessa impanata al forno	Insalata verde e mais	Frutta fresca

6°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro e basilico	Hamburger di # vitellone e ketchup	Insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al pesto	***Formaggio fresco	Mesi invernali: fagioli cannellini in umido Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Minestra di verdure con riso	Arrosti di lonza	Carote lessate o saltate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al ragù di vitellone	Polpettone di *fagiolini		Torta con frutta secca e succo di frutta
Venerdì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Bocconcini di tacchino impanati al forno	Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate e peperoni al forno	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata

*prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile
mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica -- DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Federica Pascali

Handwritten signature: Daniela Cerme Pellegrini M. Rosello



**COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO**

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



1° SETTIMANA	1° PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro	**Formaggio fresco	Insalata verde e mais	Frutta fresca
Martedì	Minestra di verdure con pasta	Cosce di pollo al forno	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al pesto	Polpette di # vitellone al pomodoro	* Piselli	Frutta fresca
Giovedì	Pizza margherita	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Insalata verde	Frutta fresca
Venerdì	Riso al sugo di pomodoro	Tonno sott'olio	Patate lessate	Frutta fresca

2° SETTIMANA	1° PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Pasta tricolore all'olio extravergine di oliva	Carne di # vitellone all'uccelletto	Purea di patate	Frutta fresca
Martedì	Pasta al pesto	Filetti di * merluzzo alla livornese	Patate lessate	Frutta fresca
Mercoledì	* Ravioli al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo impanati	* Fagiolini al pomodoro o saltati	Frutta fresca
Giovedì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: *** carote crude	Frutta fresca
Venerdì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Arrostito di tacchino	Insalata verde	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata - frutta a lotta integrata (mela) sempre secondo menu

* prodotto surgelato - in caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

** FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile
mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica - DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella. Data di emissione 13 aprile 2015
Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

ASL 3 Genovese*
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dr.ssa Federica Pascali
Dietista
O.M. CE 8220

Federica Pascali



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



3ª SETTIMANA	1° PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Riso all'olio extravergine di oliva	* Bastoncini di merluzzo al forno	Mesi invernali: cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al sugo di pomodoro	Polpette di # vitellone	Purea di patate	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al sugo di * pesce	Mesi invernali: stracchino Mesi estivi: mozzarella	Mesi invernali: carote lessate o saltate Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Giovedì	Minestra di verdure con riso o farro o orzo	Cosce di pollo al forno	* piselli in umido	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al pesto	Polpette di legumi al forno	Insalata di carote e mais	Frutta fresca

4ª SETTIMANA	1° PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/ DESSERT
Lunedì	Pasta all'amatriciana	Polpettone di * fagiolini		Frutta fresca
Martedì	Pasta al burro	Bocconcini di pollo con olive e pinoli	Insalata verde	Frutta fresca
Mercoledì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	* Fagiolini saltati	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Purea di patate	Frutta fresca
Venerdì	Mesi invernali: crema di legumi con crostini Mesi estivi: minestra primavera con riso	* Bastoncini di merluzzo al forno	*** Carote crude	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata - frutta a lotta integrata (mela) sempre secondo menu

* prodotto surgelato - In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

** FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile

mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella.

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione-

Data di emissione 13 aprile 2015

ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Drs.ssa Federica Pascali

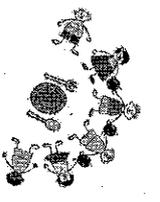
Donella Casarè
Felipe M. Menezo

O.M. GE 8229



**COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO**

Menu in vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017



5°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì	Minestra di verdure con farro o orzo o cereali misti	** Formaggio fresco	***Carote crude	Frutta fresca
Martedì	Risotto allo zafferano	Carne di vitellone alla pizzaiola	* Piselli in umido	Mousse di frutta
Mercoledì		Verdure da sgranocchiare		
		Pizza con formaggio e prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati		
		Frutta fresca Budino alla vaniglia o al cioccolato		
Giovedì	Pasta al ragù vegetale	Bocconcini di pollo impanati	Mesi invernali: ***carote crude Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al burro	*Filetti di platessa impanata al forno	Insalata verde e mais	Frutta fresca

6°SETTIMANA	1°PIATTO	2° PIATTO	CONTORNO	FRUTTA/DESSERT
Lunedì		Panino con hamburger di # vitellone e insalata *patatine al forno e ketchup		
		Frutta fresca e budino al cioccolato		
Martedì	Pasta al pesto	***Formaggio fresco	Mesi invernali: fagioli cannellini in umido Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Minestra di verdure con riso	Arrosti di lonza	Carote lessate o saltate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al ragù di vitellone	Polpettone di * fagiolini		Torta con frutta secca e succo di frutta
Venerdì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Bocconcini di tacchino impanati al forno	Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate e peperoni al forno	Frutta fresca

NOTE: # carne bovina a filiera tracciata o a filiera certificata - frutta a lotta integrata (mela) sempre secondo menu

*prodotto surgelato -In caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

**FORMAGGIO FRESCO (STRACCHINO O CASATELLA O MOZZARELLA O PRIMO SALE O RICOTTA O SCAMORZA O FORMAGGIO SPALMABILE)

*** CAROTE CRUDE (carote in insalata o da sgranocchiare)

mesi invernali : novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile

mesi estivi : dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

REDAZIONE: Ufficio Nutrizione e Dietetica – DIETISTE: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella.

Con la collaborazione della dott.ssa Federica Pascali della ASL3 Genovese – Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Data di emissione 13 aprile 2015

Donna Elena *Roberta* *Lu Mirella*

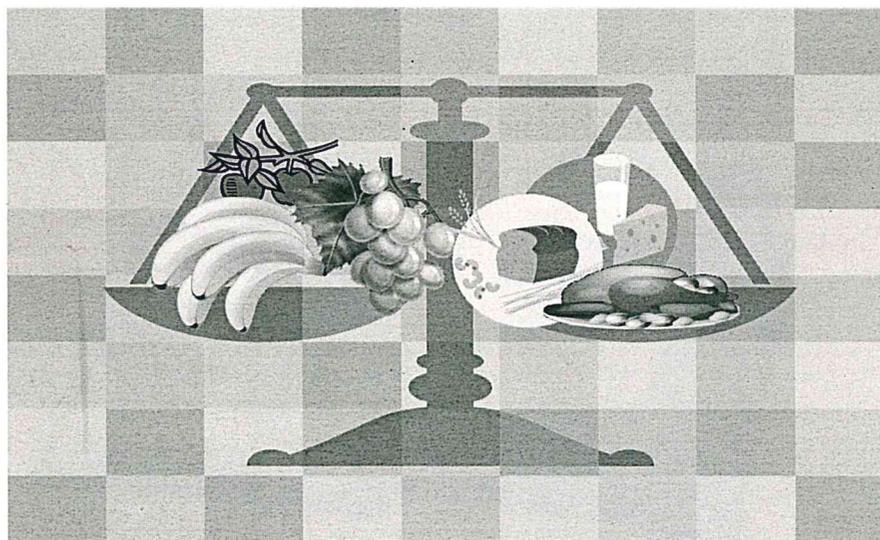
ASL 3 "Genovese"
U.O. Igiene Alimenti e Nutrizione
Dott.ssa Federica Pascali
Dipartimento
Tel. 010 5220

COMUNE di GENOVA
RISTORAZIONE
Ufficio Nutrizione e Dietetica

SISTEMA DI GESTIONE QUALITÀ
UNI EN ISO 9001

RICETTARIO E GRAMMATURE MENU
In vigore dal 01 settembre 2015 al 31 ottobre 2017

Scuola Infanzia Scuola Primaria
Scuola Secondaria di Primo Grado



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 congelato*
- 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*



Piatti asciutti

Pasta o riso al sugo di pomodoro

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	 <p>Far stufare in casseruola un trito di carota, cipolla e sedano con olio a calore moderato. Unire i pomodori pelati, l'aglio, sale, cuocere per trenta minuti circa.</p> <p>Passare la salsa e riportarla a bollore per altri cinque minuti circa, a fine cottura aggiungere olio a crudo.</p> <p>Cuocere la pasta o il riso (a seconda della ricetta) in acqua salata e condire con il sugo preparato.</p>
<i>riso "Roma" o "Parboilled" 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	
parmigiano reggiano	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 al sugo di pomodoro e olive

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p>Far stufare in casseruola un trito di carota, cipolla e sedano con olio a calore moderato. Unire i pomodori pelati, l'aglio, sale, cuocere per trenta minuti circa.</p> <p>Passare la salsa aggiungere le olive verdi denocciolate tritate grossolanamente e riportarla a bollore per altri cinque minuti circa, a fine cottura aggiungere olio a crudo.</p> <p>Cuocere la pasta o il riso (a seconda della ricetta) in acqua salata e condire con il sugo preparato.</p>
<i>pomodori pelati</i>	50	55	75	95	
<i>carota gr.8, cipolla gr.4, sedano gr.4</i>	16	16	16	16	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
<i>olive verdi snocciolate</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 al sugo di pomodoro e basilico

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	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, 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 il basilico e l'olio a crudo.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta in acqua salata e condire con il sugo preparato.</i></p>
<i>pomodori pelati</i>	50	55	75	95	
<i>carota gr.8, cipolla gr.4, sedano gr.4</i>	16	16	16	16	
parmigiano reggiano	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	
<i>basilico</i>	<i>q.b.</i>	<i>q.b.</i>	<i>q.b.</i>	<i>q.b.</i>	

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

Pasta all' Amatriciana

<i>Ingredienti</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	60	70	80	<p><i>Far stufare in casseruola un trito di cipolla con olio a calore moderato.</i></p> <p><i>Unire la pancetta tagliata a dadini e far rosolare. Aggiungere i pomodori pelati passati e il sale, ultimare la cottura.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta in acqua salata e condire con il sugo preparato.</i></p>
<i>pomodori pelati</i>	55	75	95	
<i>pancetta dolce</i>	8	10	15	
<i>cipolla</i>	8	8	8	
parmigiano reggiano	4	5	6	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	5	6	
<i>sale marino grosso</i>	3	4	5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	

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

Pasta al ragù vegetale

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><i>Far stufare in casseruola un trito di carota, porro e zucchine con olio a calore moderato. Unire l'aglio e i pomodori pelati, salare, cuocere per trenta minuti circa, a fine cottura aggiungere olio a crudo. 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	
parmigiano reggiano	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

Pasta al pesto

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><i>Mondare e lavare il basilico (seguendo la procedura). Lessatura dei 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. Cuocere la pasta in acqua salata e condirla con il "pesto" preparato.</i></p>
pasta formato "gnocchetti sardi"	60	70	80	90	
<i>basilico (solo foglie)</i>	7	10	10	10	
parmigiano reggiano	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>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: frumento(glutine), latte e derivati

C. C. C.

Allepini

ll. M. M.

D. D.

Pasta al burro

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>Secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<i>Lessare la pasta in acqua salata, scolare e condire con il burro e il parmigiano grattugiato.</i>
burro	5	6	7	8	
parmigiano reggiano	5	5	8	10	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	

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

Pasta a o Riso al ragù di vitellone

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<i>Far stufare in casseruola un trito di carota, cipolla, sedano, con olio a calore moderato.</i>
<i>riso "Roma" o "Parboilled" su richiesta</i>	55	60	80	90	
<i>pomodori pelati</i>	50	55	75	95	<i>Unire la carne di vitellone al trito, far insaporire, aggiungere i pomodori pelati passati, l'alloro, sale, cuocere lentamente il sugo e proseguire la cottura.</i>
<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	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	<i>Cuocere la pasta o riso, (a seconda della ricetta) in acqua salata e condire con il sugo preparato.</i>
<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

Ravioli al sugo di pomodoro

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
ravioli di magro *	80	100	130	150	<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, 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 l'olio a crudo.</i></p> <p><i>Cuocere i ravioli in acqua salata e condire con il sugo preparato.</i></p>
<i>pomodori pelati</i>	50	55	75	95	
<i>carota gr.8, cipolla gr.4, sedano gr.4</i>	16	16	16	16	
parmigiano reggiano	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 (leggere attentamente l'etichetta dei prodotti confezionati), sedano

Pasta con olio e erbe aromatiche

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><i>Lessare la pasta in acqua salata, scolare e condire con l'olio fatto appena scaldare insieme al trito di erbe e aglio, unire con il parmigiano grattugiato.</i></p>
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	5	6	7	8	
parmigiano reggiano	4	5	8	10	
<i>rosmarino, salvia</i>	1	1	1	1	
<i>aglio</i>	0,15	0,15	0,15	0,15	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	

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

Pasta o Pasta tricolore o Riso all'olio extra vergine d'oliva

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<i>Lessare la pasta o il riso (a seconda della ricetta) scolare e condire con olio extra vergine d'oliva e parmigiano grattugiato. Se necessario ammorbidire con poca acqua di cottura.</i>
<i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i>	55	60	80	90	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	5	6	7	8	
parmigiano reggiano	5	5	6	7	
parmigiano reggiano (con riso)	6	6	8	10	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	

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

Pasta al sugo di tonno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<i>Far imbiondire l'aglio con l'olio, aggiungere il tonno sgocciolato e sbriciolato, i capperi e il prezzemolo tritati, aggiustare di sale, far insaporire gli ingredienti per pochi minuti. Aggiungere i pomodori pelati passati e ultimare la cottura. Cuocere la pasta in acqua salata, scolare e condire con il sugo di tonno preparato.</i>
<i>olio extra vergine di oliva</i>	0,2	0,3	0,4	0,5	
<i>pomodori pelati</i>	20	20	30	40	
tonno sott'olio	25	30	35	35	
<i>prezzemolo</i>	0,3	0,3	0,3	0,3	
<i>capperi</i>	0,2	0,2	0,2	0,2	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>sale marino fino</i>	0,1	0,1	0,15	0,2	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	

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

Pasta al sugo di pesce

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><i>Far imbiondire l'aglio con l'olio, aggiungere i filetti di platessa sbriciolati, i capperi, le olive e il prezzemolo tritati, aggiustare di sale, far insaporire gli ingredienti per pochi minuti. Aggiungere i pomodori pelati passati e ultimare la cottura.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta in acqua salata, scolare e condire con il sugo di pesce preparato.</i></p>
<i>olio extra vergine di oliva</i>	0,2	0,3	0,4	0,6	
<i>pomodori pelati</i>	20	20	30	40	
filetti di *platessa	25	30	35	40	
<i>prezzemolo</i>	0,3	0,3	0,3	0,3	
<i>olive verdi denocciolate</i>	3	4	5	6	
<i>capperi</i>	0,2	0,2	0,2	0,2	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>sale marino fino</i>	0,1	0,1	0,15	0,2	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	

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

Risotto allo zafferano

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i>	55	60	80	90	<p><i>Preparare un brodo vegetale con le verdure e sale. Stufare in casseruola un trito di cipolla con olio a calore moderato, unire il riso farlo insaporire, proseguire la cottura mescolando spesso, irrorare con brodo vegetale bollente affinché non venga rallentata la cottura. Sciogliere lo zafferano in poco brodo vegetale e unirlo al risotto. Quando il riso è al dente, a fuoco spento, mantecare con burro e parmigiano.</i></p>
<i>carota gr.5, cipolla gr.5, sedano gr.5 (per brodo vegetale)</i>	15	15	15	15	
burro	4	5	7	8	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
<i>cipolla</i>	3	4	5	5	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
<i>zafferano</i>	0,03	0,03	0,04	0,05	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati

Risotto con le zucchine

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti 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 e salare. Stufare in casseruola un trito di cipolla e aglio con olio a calore moderato, unire gli zucchini tagliati a rondelle e il riso, far insaporire, proseguire la cottura aggiungendo brodo vegetale bollente affinché non venga rallentata la cottura. A cottura ultimata unire il prezzemolo tritato e mantecare con parmigiano.</i>
<i>zucchine</i>	40	40	45	50	
<i>carota gr.5, cipolla gr.5, sedano gr.5 (per brodo vegetale)</i>	15	15	15	15	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
<i>cipolla</i>	3	4	5	5	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	
<i>prezzemolo</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati

Risotto alla parmigiana

<i>Ingredienti</i>	<i>Sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr</i>	<i>primaria gr</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr</i>	<i>Ricettario</i>
<i>riso "Roma" o "Parboiled"</i>	55	60	80	90	<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>
<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, sedano gr.5 (per brodo vegetale)</i>	15	15	15	15	
burro	3	3	4	5	
parmigiano reggiano	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



Primi piatti in brodo

Crema di legumi (piselli o fagioli) con pasta o crostini o riso

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro o crostini o riso	20	25	30	35	
<i>patate</i>	50	80	100	120	<p><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></p> <p><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></p> <p><i>Successivamente frullare il composto unire la pasta e completare la cottura. Condire con olio a crudo.</i></p>
<i>piselli o fagioli borlotti secchi</i>	20	25	30	35	
<i>carota 10 gr., cipolla 10 gr., sedano gr.5</i>	25	25	25	25	
parmigiano reggiano	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

Minestra Primavera con pasta o riso

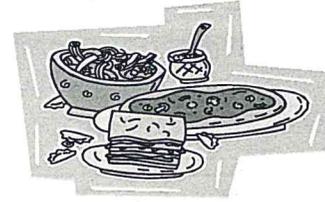
<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	50	90	100	120	<i>In una pentola con acqua fredda leggermente salata porre a cuocere carote, cipolle patate tagliate a tocchetti. Quando la minestra é in ebollizione aggiungere le restanti verdure continuare la cottura. Successivamente frullare il composto, unire la pasta o il riso (per diete), al termine della cottura a fuoco spento condire con olio a crudo.</i>
pasta di semola grano duro o riso	20	25	30	35	
<i>zucchine</i>	20	25	35	50	
<i>bietole</i>	10	15	20	30	
<i>carote</i>	8	10	15	20	
<i>cipolla</i>	5	5	5	5	
sedano	2	2	2	2	
parmigiano reggiano	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

Minestra di verdura con crostini o riso o pasta o orzo o farro o cereali misti

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>riso "Roma" o "Parboiled"</i>	20	25	30	35	<p><i>In una pentola con acqua fredda leggermente salata porre a cuocere carote, cipolla, patate tagliate a tocchetti. Quando la minestra è in ebollizione aggiungere le restanti verdure continuare la cottura.</i></p> <p><i>Successivamente frullare il composto, unire pasta o riso o orzo o farro o cereali misti (a seconda del menu), e terminare la cottura. Se la ricetta prevede i crostini, servirli a parte. A fuoco spento condire la minestra con olio crudo.</i></p>
pasta di semola di grano duro	20	25	30	35	
crostini di pane comune	20	25	30	35	
orzo	20	25	30	35	
cereali misti	20	25	30	35	
farro	20	25	30	35	
<i>patate</i>	50	80	100	120	
<i>zucchine</i>	20	20	30	50	
<i>bietole</i>	10	15	20	30	
<i>carota</i>	8	8	10	12	
<i>zucca</i>	5	5	6	10	
<i>cipolla</i>	5	5	5	5	
sedano	2	2	2	2	
parmigiano reggiano	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 e farro (glutine), sedano, latte e derivati



Primi Piatti "Speciali"

Pizza Margherita

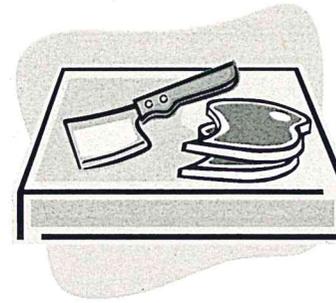
Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
pasta per pizza	70	80	100	120	<p>Stendere la pasta da pizza e disporla nelle teglie unte di olio.</p> <p>Lasciare lievitare, frullare i pomodori unire ad essi olio, origano, sale.</p> <p>Disporre sulla pasta da pizza il pomodoro, lo stracchino a pezzetti e infornare a forno caldo.</p>
pomodori pelati	40	45	50	60	
stracchino	35	40	45	50	
farina	4	5	7	7	
olio extra vergine d'oliva	5	6	7	8	
sale marino iodato fino	0,3	0,4	0,4	0,5	
origano	0,3	0,3	0,3	0,3	

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

Lasagne al sugo di pomodoro

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
pomodori pelati	90	90	100	110	<p>Far stufare in casseruola un trito di carota, cipolla, sedano, con olio a calore moderato. Unire alle verdure i pomodori pelati, sale, cuocere per trenta minuti circa. Passare la salsa e riportarla a bollore per cinque minuti circa. Lessare le lasagne, successivamente disporle a strati nel tegame unendo il sugo il parmigiano reggiano e la besciamella. Spolverare di parmigiano reggiano e infornare.</p>
besciamella UHT	70	80	90	110	
lasagne *	60	70	80	90	
carota gr.8, cipolla gr.4, sedano gr.4	16	16	16	16	
parmigiano reggiano	8	8	10	10	
olio extra vergine d'oliva	4	5	6	6	
sale marino grosso	3	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano, latte e derivati (leggere attentamente l'etichetta dei prodotti confezionati)



Secondi Piatti di carne bovina

Carne di vitellone alla pizzaiola

<i>ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>bocconcini di #vitellone</i>	70	90	110	130	<i>In una casseruola scaldare l'olio e unire la carne, far insaporire, successivamente unire i pelati passati, aglio e origano, salare, portare a termine cottura.</i>
<i>pomodori pelati</i>	50	50	60	70	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,3	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>origano</i>	0,01	0,01	0,01	0,01	

Uccelletto di vitellone

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>bocconcini di #vitellone</i>	70	90	110	130	<i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di vitellone con olio, aglio, alloro e 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	0,2	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	

Polpette di vitellone in bianco al forno o in casseruola

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carne trita di #vitellone</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 il prezzemolo o la maggiorana tritati, salare. Formare delle polpettine di media grandezza, passarle nel pangrattato, successivamente disporle nelle teglie unte d'olio, ed infornare.</i>
<i>patate</i>	20	20	25	30	
<i>uova pastorizzate</i>	25	25	30	35	
<i>parmigiano reggiano</i>	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>prezzemolo o 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: frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati

Polpette di vitellone con pomodoro al forno o in casseruola e piselli

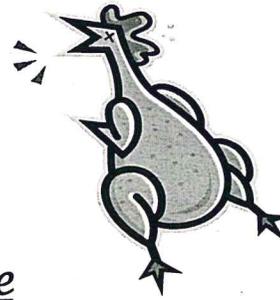
<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>Ingredienti per preparazione polpette</i>					
<i>carne trita di #vitellone</i>	50	60	70	80	<p><i>Lessare le patate in acqua salata, a fine cottura passarle e lasciarle raffreddare. Unire ad esse la carne, le uova, il parmigiano l'aglio e la maggiorana o il prezzemolo tritata, salare.</i></p> <p><i>Formare delle polpettine di media grandezza, successivamente disporle nelle teglie unte d'olio, ed infornare.</i></p>
<i>patate</i>	20	20	25	30	
uova pastorizzate	25	25	30	35	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
<i>olio extra vergine oliva</i>	2	2	2	2	
<i>sale marino grosso</i>	2	2	3	3	
<i>prezzemolo o 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>Ingredienti per il contorno piselli al sugo di pomodoro</i>					
<i>pomodori pelati</i>	45	50	60	70	<p><i>In una casseruola far appassire a fuoco moderato con olio carota, cipolla, sedano, tritati, unire i piselli surgelati e far stufare, unire i pomodori passati, salare, portare a termine cottura. Quando il contorno è pronto unirlo alle polpette e servire.</i></p>
<i>*piselli fini</i>	45	50	60	70	
<i>carota gr.8, cipolla gr.4, sedano gr.4</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 e derivati

Hamburger di carne di vitellone e Ketchup (per primaria secondaria e adulti)

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carne trita di #vitellone</i>	45	55	65	75	<p><i>Lessare le patate in acqua salata, a fine cottura passarle e lasciare raffreddare. Unire ad esse la carne, le uova, il parmigiano, la maggiorana tritata, salare, amalgamare bene gli ingredienti.</i></p> <p><i>Formare con il composto gli hamburger , cospargerli con il pane grattugiato e disporli nelle teglie leggermente unti di olio ed infornare.</i></p>
<i>patate</i>	25	25	35	40	
<i>uovo pastorizzato</i>	20	25	30	35	
<i>parmigiano reggiano</i>	4	4	5	6	
<i>olio extra vergine oliva</i>	2	2	3	4	
<i>pane grattugiato</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>	0,2	0,25	0,3	0,3	
<i>ketchup (bustine)</i>		-	1	1	

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



Secondi Piatti di pollame

Pollo con olive e pinoli

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>bocconcini di pollo</i>	60	70	90	110	<i>Far stufare nell'olio la cipolla e l'aglio con il rosmarino. Unire i bocconcini di pollo e far rosolare leggermente. Aggiungere i pelati, le olive, i pinoli e il sale e ultimare la cottura.</i>
<i>olio extra vergine di oliva</i>	4	4	5	6	
<i>pomodori pelati</i>	15	15	15	15	
<i>olive verdi</i>	2	2	3	4	
<i>pinoli</i>	1	1	2	3	
<i>cipolla</i>	4	5	7	10	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,3	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>rosmarino</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	

Arrosto di tacchino al forno o in casseruola

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>fesa di tacchino</i>	70	80	100	120	<p><i>Preparare poco brodo vegetale con una parte di carote, cipolle, sedano, sale.</i></p> <p><i>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 e il latte (per l'arrosto di tacchino).</i></p> <p><i>A metà cottura aggiungere alla carne un trito finissimo di aglio, 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.</i></p>
<i>carota gr.8, cipolla gr.8, sedano gr.4</i>	20	20	20	20	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	4	5	6	
<i>sale marino grosso</i>	1	1	1	1	
<i>latte fresco o U.H.T.(per arrosto di tacchino)</i>	8	8	10	12	
<i>aglio, alloro, rosmarino</i>	1	1	1	1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,3	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati

Bocconcini di pollo o fesa di tacchino impanati al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>bocconcini di pollo o fesa di tacchino</i>	60	65	85	105	<p><i>Passare i bocconcini di pollo o la fesa di tacchino (a seconda del menu) nell'uovo precedentemente salato, impanare e adagiare la carne nelle teglie unte di olio, infornare.</i></p> <p><i>Servire il pollo o il tacchino accompagnato da limone a spicchi.</i></p>
<i>pane grattugiato</i>	25	25	30	35	
<i>uova pastorizzate</i>	10	10	12	15	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	5	5	6	7	
<i>limone (ogni 6 persone)</i>	1	1	1	1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25	0,3	

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

Bocconcini di tacchino al limone

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>bocconcini di tacchino</i>	70	70	90	110	<i>Infarinare leggermente i bocconcini di tacchino, stufare con olio, limone e un trito di aglio rosmarino e alloro, salare. Portare a cottura con aggiunta di brodo vegetale.</i>
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	4	5	6	
<i>limone succo</i>	2	2	2	2	
<i>alloro, rosmarino</i>	0,2	0,2	0,2	0,2	
<i>carota, cipolla, sedano (per brodo vegetale)</i>	5	5	5	5	
farina di grano tenero "00"	8	8	10	12	
<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	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), sedano

Cosce di pollo al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>cosce di pollo per primaria secondarie 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.</i>
<i>fuselli per inf. e primavera</i>	130	150			
<i>aglio, alloro, rosmarino</i>	1	1	1	1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,35	



Secondi Piatti di lonza di maiale

Lonza alle mele

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>lonza di maiale</i>	70	80	100	120	<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>
<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	
sedano	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 al forno o in casseruola

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>lonza di maiale o fesa di tacchino</i>	70	80	100	120	<p><i>Preparare poco brodo vegetale con una parte di carote, cipolle, sedano, sale.</i></p> <p><i>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 e il latte (per l'arrosto di tacchino).</i></p> <p><i>A metà cottura aggiungere alla carne un trito finissimo di aglio, 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.</i></p>
<i>carota gr.8, cipolla gr.8, sedano gr.4</i>	20	20	20	20	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	4	5	6	
<i>sale marino grosso</i>	1	1	1	1	
<i>latte fresco o U.H.T.(per arrosto di tacchino)</i>	8	8	10	12	

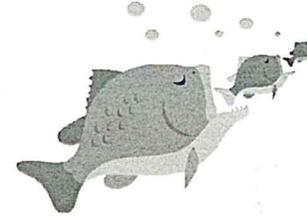
ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati

Spezzatino di lonza con piselli

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>lonza di maiale</i>	70	80	100	120	<p><i>Frullare i sapori, gli aromi stufandoli con olio. Rosolare la carne di lonza e aggiungere i pelati.</i></p> <p><i>A metà cottura circa, aggiungere i piselli e terminare di cuocere il tutto.</i></p>
<i>pelati</i>	30	35	40	50	
<i>carote</i>	5	5	5	5	
<i>cipolla</i>	5	5	5	5	
<i>*piselli fini</i>	45	50	60	70	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	4	5	6	
<i>sedano</i>	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

Secondi Piatti di pesce



Bastoncini di merluzzo al forno (limone a spicchi)

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
*bastoncini di merluzzo (numero)	2	3	4	5	<i>In un tegame unto di olio adagiarsi 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	2	3	4	
<i>limone in spicchi (ogni 6 presenze)</i>	1	1	1	1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,35	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce e derivati (leggere attentamente l'etichetta dei prodotti confezionati)

Filetti di platessa impanati al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *platessa	90	90	110		
pane grattugiato	25	25	30		
uova pastorizzate	10	10	12		
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	5	5	6		
<i>limone (ogni 6 persone)</i>	1	1	1		
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25		

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

C. Pizzini M. Manello P. Parati

Filetti di merluzzo al verde con olive e capperi

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo	90	90	110	120	<i>In un tegame unto di olio adagiare i filetti di merluzzo e condirli con olio extravergine di oliva e un trito di aglio prezzemolo olive e capperi e aggiustare di sale. Infornare.</i>
<i>olive verdi snocciolate</i>	5	5	6	7	
<i>capperi</i>	0,2	0,2	0,3	0,4	
<i>olio extra vergine di oliva</i>	4	4	5	6	
<i>prezzemolo</i>	0,3	0,3	0,3	0,3	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,3	0,3	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce e derivati

Filetti di merluzzo alla livornese

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo	90	90	110	120	<i>Preparare un sughetto con olio, aglio capperi e olive tritati aggiungere i pomodori pelati e aggiustare di sale. A metà cottura unire i filetti di merluzzo e il prezzemolo. Completare la cottura e servire.</i>
<i>pomodori pelati</i>	30	30	30	30	
<i>olive verdi snocciolate</i>	5	5	6	7	
<i>capperi</i>	0,2	0,2	0,3	0,4	
<i>olio extra vergine di oliva</i>	4	4	5	6	
<i>prezzemolo</i>	0,3	0,3	0,3	0,3	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,3	0,3	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce e derivati

Filetti di merluzzo o nasello lessati o al vapore o al al verde

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo o *nasello		100	120	140	<p><i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale. Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce. Colarli, e condirli con olio, limone, prezzemolo tritato con aglio e sale.</i></p>
<i>carota, cipolla, sedano (per brodo vegetale)</i>		5	5	5	
<i>succo di limone</i>		5	5	5	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>		4	5	6	
<i>sale marino grosso</i>		2	3	3	
<i>sale marino iodato fino</i>		0,25	0,3	0,35	
<i>prezzemolo</i>		0,1	0,1	0,1	
<i>aglio</i>		0,1	0,1	0,1	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, pesce e derivati

Crocchette di merluzzo al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo o* halibut	60	60	70	90	<p><i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano, aglio ed un limone senza buccia, sale e lessare il pesce nel brodo preparato. Lessare a parte le patate e passarle al setaccio. Pulire il pesce, amalgamarlo alle patate, uovo, parmigiano, aglio e prezzemolo, sale. 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	
uova pastorizzate	20	20	25	30	
<i>carote gr 6, cipolle gr 6, sedano gr 3</i>	15	15	15	15	
pane grattugiato	5	5	5	5	
parmigiano reggiano	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>	0,1	0,1	0,1	0,1	

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



Secondi Piatti di uova e verdure

Polpettone di fagiolini

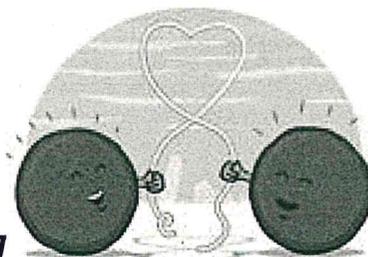
<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>Primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate bianche</i>	60	60	80	100	<p>Far lessare in acqua salata le patate e i fagiolini.</p> <p>Nel frattempo far appassire in una padella la cipolla tritata o a fettine sottilissime con poco olio a calore moderato.</p> <p>Passare le verdure cotte, unire ad esse la cipolla appassita, le uova, il parmigiano e la maggiorana tritata, regolare di sale fino.</p> <p>Stendere il composto nelle teglie unte di olio e spolverate di pangrattato, ultimare cospargendo la superficie con pangrattato ed un filo di olio.</p> <p>Decorare con i rebbi di una forchetta ed infornare a calore medio.</p>
<i>*fagiolini fini</i>	65	65	85	105	
uova pastorizzate	25	25	30	35	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	4	5	6	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
pane grattugiato	4	4	5	5	
<i>sale marino iodato grosso</i>	3	3	4	5	
<i>cipolla</i>	4	4	6	8	
<i>maggiorana fresca</i>	0,25	0,25	0,30	0,35	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,1	0,1	0,15	0,2	

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

Crocchette / medaglioni di patate

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>Primaria gr.</i>	<i>secondaria. 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate bianche</i>	75	80	90	100	<p><i>Lessare le patate in acqua salata, al termine della cottura passarle.</i></p> <p><i>Nel frattempo far appassire in una padella la cipolla tritata o a fettine sottilissime con poco olio a calore moderato.</i></p> <p><i>Quando le patate si sono raffreddate unire ad esse le uova, la ricotta, il parmigiano, l'aglio la cipolla e il prezzemolo salare ed amalgamare bene tutti gli ingredienti. Formare con il composto delle crocchette leggermente appiattite, passarle nel pane grattugiato e disporle nelle teglie unte d'olio infornare a calore medio.</i></p>
uova pastorizzate	20	20	25	30	
ricotta	10	10	15	20	
parmigiano reggiano	8	10	12	15	
<i>sale marino grosso</i>	3	3	4	5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,1	0,1	0,15	0,2	
pane grattugiato	5	5	6	7	
<i>aglio</i>	0,2	0,2	0,3	0,4	
<i>prezzemolo</i>	0,1	0,1	0,2	0,3	
<i>olio extra vergine di oliva</i>	3	4	5	6	
<i>cipolla</i>	2	2	3	4	

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

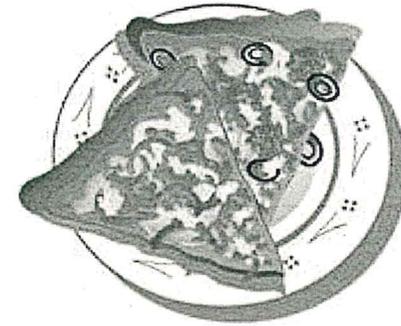


SECONDI A BASE DI LEGUMI

Polpettine di legumi al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>Primaria gr.</i>	<i>Secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	35	40	50	60	<p><i>Lessare le patate ed i fagioli (messi in ammollo dodici ore prima se secchi) o i cannellini gelo in acqua salata, a fine cottura passarli e lasciarli raffreddare. Unire le uova, la ricotta, 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, successivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare.</i></p>
<i>fagioli borlotti o cannellini secchi o surgerlati</i>	15 25	15 30	20 40	25 50	
<i>uova pastorizzate</i>	5	5	10	15	
<i>parmigiano reggiano</i>	4	5	10	15	
<i>ricotta</i>	5	6	7	8	
<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	
<i>pane grattugiato</i>	q.b	q.b	Qb	q.b	
<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

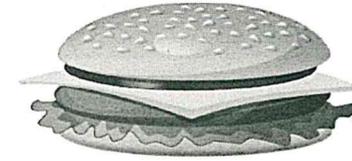


Pizza come secondo piatto

Pizza Margherita

<i>Gredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1°grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza			110	130	<p><i>Stendere la pasta da pizza e disporla nelle teglie unte di olio.</i></p> <p><i>Lasciare lievitare, frullare i pomodori unire ad essi olio, origano, sale.</i></p> <p><i>Disporre sulla pasta da pizza il pomodoro, lo stracchino, a pezzetti, infornare a forno caldo.</i></p>
<i>pomodori pelati</i>			60	70	
stracchino			50	55	
farina di grano tenero "00"			8	8	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>			7	8	
<i>origano</i>			0,3	0,3	
<i>sale marino iodato fino</i>			0,4	0,5	

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

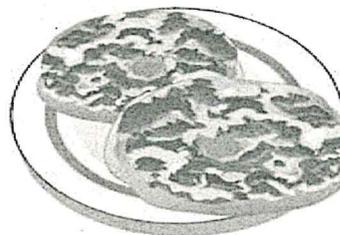
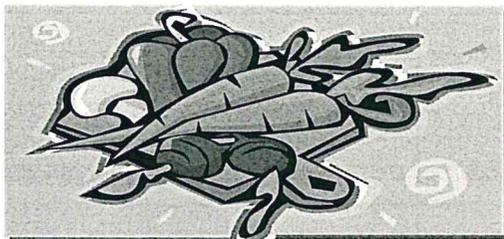


Piatti unici

Panino con hamburger di carne di vitellone insalata verde e Ketchup

<i>Ingredienti</i>	<i>secondaria 1°grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carne trita di #vitellone</i>	<i>75</i>	<i>Lessare le patate in acqua salata, a fine cottura passarle e lasciare raffreddare. Unire ad esse la carne, le uova, il parmigiano, la maggiorana tritata, salare, amalgamare bene gli ingredienti. Formare con il composto gli hamburger, cospargerli con il pane grattugiato e disporli nelle teglie leggermente unti di olio ed infornare.</i>
<i>patate</i>	<i>40</i>	
uovo pastorizzato	<i>35</i>	
parmigiano reggiano	<i>6</i>	
<i>olio extra vergine oliva</i>	<i>4</i>	
pane grattugiato	<i>4</i>	
<i>sale marino grosso</i>	<i>3</i>	
<i>maggiorana fresca</i>	<i>0,3</i>	
<i>sale marino iodato fino</i>	<i>0,3</i>	
<i>ketchup (bustine)</i>	<i>1</i>	
pane	<i>100</i>	
<i>insalata verde</i>	<i>15</i>	

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



Insalata di carote e finocchi alla julienne - Pizza con formaggio e prosciutto cotto - frutta fresca - budino

<i>Ingredienti</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria i°grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carote da sgranocchiare</i>	20	25	<p><i>Stendere la pasta da pizza e disporla nelle teglie unte di olio.</i></p> <p><i>Lasciare lievitare, frullare i pomodori unire ad essi olio, sale.</i></p> <p><i>Disporre sulla pasta da pizza il pomodoro, lo stracchino a pezzetti e infornare a forno caldo.</i></p> <p><i>N.B. Servire come prima portata l'insalata di carote e finocchi alla julienne. Servire il prosciutto a fianco alla pizza.</i></p>
<i>finocchi da sgranocchiare</i>	30	30	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>			
pasta per pizza	130	150	
<i>pomodori pelati</i>	60	70	
stracchino	30	35	
<i>prosciutto cotto di coscia nazionale (senza polifosfati e lattati)</i>	50	55	
farina di grano tenero "00"	8	8	
<i>pane</i>	30	30	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	7	7	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,4	0,5	
<i>frutta fresca</i>	100	100	
Budino alla vaniglia o al cioccolato	100	100	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine), latte e derivati (leggere attentamente l'etichetta dei prodotti confezionati)

Piatti Freddi



	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.
prosciutto cotto di coscia nazionale (senza polifosfati e lattati)	40	50	60	80
tonno sott'olio	--	45	60	80

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce e derivati

<i>Formaggi</i>	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.
ricotta	50	60	70	100
mozzarella	50	60 (n. 2 ovoline)	90 (n. 3 ovoline)	90 (n.3 ovoline)
stracchino, primo sale, casatella, scamorza	50	60	70	90
formaggio spalmabile	50 ca.	60 ca.	70 ca.	90 ca.

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati

(*) Prodotto surgelato

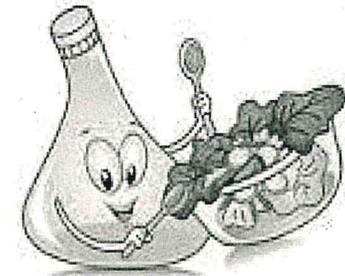
(#) Carne bovina di vitellone a filiera tracciata



Contorni crudi

Contorni crudi freschi e di quarta gamma (grammature riferite a parte edibile)

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	Primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
insalata verde o insalata verde mista	25	30	35	40	Condire con olio e sale, (aceto o limone su richiesta).
insalata verde e mais: insalata verde mais al naturale	20 4	25 5	30 5	40 5	Sgocciolare il mais dal suo liquido, unirlo all'insalata verde e condire con olio e sale, (aceto o limone su richiesta)
carote in insalata o carote crude o carote alla julienne	30	35	45	60	Lavare e tagliare le carote a julienne, condirele con olio, limone e sale.
carote (a pezzi) da sgranocchiare	-----	50	70	80	Lavare le carote tagliarli a quarti. Questa ricetta non richiede nessun condimento.
carote e mais in insalata: carote mais al naturale	25 4	30 4	40 5	55 5	Sgocciolare il mais dal suo liquido, unirlo alle carote lavate e tagliate a julienne, condire con olio e sale.
cavolo cappuccio	25	30	35	40	Condire con olio e sale, (aceto o limone su richiesta).
finocchi in insalata	50	50	70	80	Lavare i finocchi, eliminare le parti dure e le foglie esterne. Tagliare a pezzi e condire con olio, limone e sale.
pomodori in insalata	70	100	120	150	Lavare e tagliare a fettine i pomodori, condirli con olio e sale, (aceto su richiesta).



Per Condire

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria i'grado e adulti gr.</i>
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	5	6	7
<i>aceto di vino bianco</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

Piselli stufati / Piselli in umido

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>*piselli fini</i>	55	60	70	80	<i>Tritare la cipolla e farla appassire in una casseruola con olio, unire i piselli, salare, aggiungere se necessario poca acqua, portare a cottura.</i>
<i>cipolla</i>	8	10	10	10	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,15	0,2	0,25	0,3	

Patate al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti 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 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>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	

**Patatine stick o patate a spicchi al forno*

<i>Ingredienti</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr. (grammatura patate abbinata a panino con hamburger)</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	150	180	200	<i>Mettere le patate 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, ed infornare a forno caldo. Salare.</i>
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	2	3	3	
<i>aglio</i>	0,5	0,5	0,5	
<i>rosmarino, alloro</i>	0,5	0,5	0,5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,25	0,3	0,3	

Patate e peperoni al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1°grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	90	120	<i>Lavare e tagliare i peperoni, pelare e lavare le patate, tagliarle a tocchetti. Mettere le patate e i peperoni nelle teglie unte di olio, conspargere con aglio e rosmarino tritati, unire poche foglie di alloro intere che a fine cottura andranno levate, salare ed infornare a forno caldo.</i>
<i>peperoni</i>	50	60	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	6	7	
<i>aglio</i>	0,5	0,5	
<i>rosmarino, alloro</i>	0,5	0,5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,25	0,3	

Purea di patate

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1°grado e adulti 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, latte e sale, amalgamare gli ingredienti.</i>
<i>latte fresco o U.H.T</i>	30	35	40	50	
<i>burro</i>	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

Patate lessate

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1°grado e adulti 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</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	

Carote "saltate"

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carote</i>	50	60	80	110	<i>Lessare le carote in acqua salata. Quando sono cotte, scolarle e passarle in padella con aglio e olio e salare.</i>
<i>olio extra vergine 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>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	

Carote lessate o carote prezzemolate

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carote</i>	50	60	80	110	<i>Lessare le carote in acqua salata. Quando sono cotte, scolarle e condirle con olio e sale fino o prezzemolo tritato se previsto.</i>
<i>olio extra vergine oliva</i>	4	4	5	6	
<i>prezzemolo</i>	1	1	1	1	
<i>sale marino grosso</i>	2	3	4	5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,1	0,2	0,25	0,3	

Patate e fagiolini lessati o al vapore

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate bianche</i>	40	50	80	100	<i>Dopo aver lessato le patate e i fagiolini in acqua salata, condirli 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	3	4	5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25	0,3	

Fagiolini lessati o al vapore

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
*fagiolini fini	45	55	75	100	Dopo aver lessato i fagiolini in acqua salata, condirli con olio e sale fino.
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	

Fagiolini "saltati"

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
*fagiolini fini	45	55	75	100	Dopo aver lessato i fagiolini in acqua salata, passarle in padella con aglio e olio e salare.
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	
aglio	0,1	0,1	0,1	0,1	

Fagiolini al pomodoro

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
*fagiolini fini	50	60	80	110	Dopo aver lessato i fagiolini in acqua salata, passarle in padella con i pomodori pelati l'aglio e l'olio, salare.
Pomodori pelati	30	30	40	60	
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	
aglio	0,5	0,5	0,5	0,5	

Cino Pellicani *Me Monelle Davali*

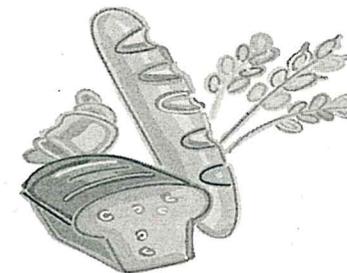
Fagioli cannellini in umido

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>fagioli cannellini</i>	40	50	60	80	<i>Stufare i fagioli cannellini con la cipolla e poco olio, aggiungere i pomodori pelati, l'aglio, il rosmarino e l'alloro, salare e portare a termine cottura.</i>
<i>cipolla</i>	8	10	15	20	
<i>olio extra vergine oliva</i>	4	5	5	5	
<i>pomodori pelati</i>	4	4	4	5	
<i>aglio</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>rosmarino</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>alloro</i>	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25	0,3	

Biete "al burro"

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>*biete</i>	70	70	100	150	<i>Lessare le bietole in acqua salata. Quando sono cotte, scolare bene e passare in tegame con burro e salare.</i>
burro	4	5	6	7	
<i>sale marino grosso</i>	2	3	4	5	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25	0,3	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati



Pane

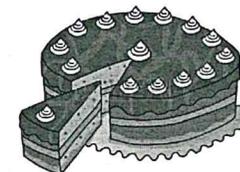
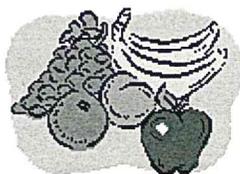
	Sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.
pane	20	30	50	50
pane abbinato alla pizza come secondo piatto e quando previsto il piatto unico	15	15	30	30

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)



TAGLI CARNE DI #VITELLONE

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



Frutta fresca e Dessert

	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	Secondaria 1° grado e adulti gr.
Frutta fresca (al netto) <u>periodo invernale:</u> arancia, banana, kiwi, mela, mandarancio, mandarino, pera, prugna, uva. <u>periodo estivo:</u> albicocche, banana, ciliegie, mela, melone, pera, pesca nettarina, pesca noce, prugna. *non distribuire ciliegie e uva alla scuola in- fanzia e alla sezione primavera.	80	80	100	100
Succo di frutta gusti: arancia, pesca, albicoc- ca, pera	200 ml.	200 ml.	200 ml.	200 ml.
Spremuta di arance	150 ml.	200 ml.	200 ml.	200 ml.
Mousse di frutta mista	100	100	100	100
Yogurt alla frutta	125	125	125	125
Budino gusti: vaniglia o creme caramel o cioccolato	100	100	100	100
Torta di frutta secca	40	40	50	50



ALLERGENI CONTENUTI :

Yogurt: latte e derivati

Torta di frutta secca: frumento (glutine), uova e derivati, frutta secca(mandorle e nocciole), latte e derivati (leggere attentamente l'etichetta)

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 PUO' VARIARE DI +/- 5 grammi

Ana Belli

M. Mavella

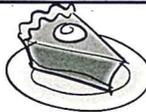
Davati

Frutta snack pomeridiano per bimbi scuola materna



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

Merende per i bambini della Sezione Primavera

<i>Banana (al netto)</i>		80 gr.
<i>Biscotti / Biscotti in monoporzione</i>		30
<i>Brioche fresca</i>		40
<i>Budino alla vaniglia</i>		100
<i>Budino vegetale alla soia gusti: vaniglia, caramello (per diete)</i>		100
<i>Canestrelli</i>		25
		60
<i>Crostata all'albicocca o Torta Paradiso o Torta allo yogurt</i>		
<i>Crostatina con marmellata (per diete)</i>		55
<i>Fette biscottate (per diete)</i>		25
<i>Gelato vaniglia/fiordilatte</i>		90
<i>Latte intero fresco (per colazione)</i>		150 ml.
<i>Marmellata (gusti albicocca o pesca)</i>		25
<i>Pane (in abbinamento con marmellata)</i>		30
<i>Succo o Nettare di frutta gusti: albicocca o pesca o pera (anche per colazione)</i>		200 ml
<i>Yogurt alla frutta gusti: albicocca o banana</i>		125
<i>Te deinato in monoporzione (per diete)</i>		200 ml

ALLERGENI CONTENUTI:

Biscotti: 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

Torta allo yogurt: frumento (glutine), latte e derivati, uova e derivati

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

Budino vegetale alla soia gusti vaniglia o caramello: frumento (glutine), soia e derivati

Gelato: latte e derivati, uova e derivati

Yogurt: latte e derivati

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

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

Fette biscottate: frumento (glutine)

ATTENZIONE: LEGGERE ATTENTAMENTE L'ETICHETTA DEI PRODOTTI CONFEZIONATI

Piatti per diete



Passato di patate e carote con pasta o riso o crostini

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>Infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	80	100	110	120	<i>In una pentola con acqua fredda mettere le patate e le carote, unire il sale e portare a termine la cottura. Frullare le verdure, unire la pasta o riso (a seconda del menu), a fine cottura aggiungere l'olio. Se la ricetta prevede i crostini, servirli a parte.</i>
<i>carote</i>	50	60	70	80	
pasta di semola grano duro o riso "Roma"	20	25	30	35	
crostini di pane	20	20	25	30	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
<i>olio extra vergine 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 o crostini

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>Infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	80	100	110	120	<i>In una pentola con acqua fredda mettere le patate e le zucchine, unire il sale e portare a termine la cottura. Frullare le verdure, unire la pasta o riso (a seconda del menu), a fine cottura aggiungere olio. Se la ricetta prevede i crostini, servirli a parte.</i>
<i>zucchine</i>	50	60	70	80	
pasta di semola di grano duro o riso "Roma"	20	25	30	35	
crostini di pane comune	20	20	25	30	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
<i>olio extra vergine 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

Pizza Bianca

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>Infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	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>
stracchino	60	80	90	100	
farina di grano tenero "00"	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: frumento (glutine), latte e derivati

Pizza rossa

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>Infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	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, infornare a forno caldo.</i>
<i>pomodori pelati</i>	70	80	100	100	
farina di grano tenero "00"	5	6	8	8	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	5	6	7	8	
<i>origano</i>	0,3	0,3	0,3	0,3	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,3	0,4	0,4	0,5	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)

Pizza rossa e prosciutto cotto

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	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	
farina di grano tenero "00"	5	6	8	8	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	5	6	7	8	
<i>origano</i>	0,3	0,3	0,3	0,3	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,3	0,4	0,4	0,5	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)

Anna Belli

M. Mucchetti Davai

Bocconcini di pollo o tacchino o lonza di maiale agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>bocconcini di pollo o tacchino o lonza di maiale</i>	70	70	90	110	<i>Far rosolare in casseruola i bocconcini di pollo o tacchino o lonza di maiale con olio, (a seconda della ricetta). 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 vapore senza aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr</i>	<i>primaria gr</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr</i>
<i>fesa di tacchino</i>	70	70	90	110
<i>petto di pollo</i>	70	70	90	110
<i>bocconcini di #vitellone</i>	80	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 o carne senza aromi deve essere cucinata con la sola aggiunta di sale e olio a fine cottura, non aggiungere altro.

Omelette

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>uova pastorizzate</i>	50	50	70	70	<i>Unire alle uova pastorizzate il parmigiano ed il sale, amalgamare bene gli ingredienti, disporre il composto in una teglia leggermente unta di olio infornare a forno caldo per pochi minuti.</i>
<i>parmigiano reggiano</i>	10	10	10	10	
<i>olio extra vergine oliva</i>	5	5	6	7	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25	0,3	

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

Linea Allergeni *M. Nouvelle* *Davali*

Filetti merluzzo o nasello lessati o al vapore

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
*filetti di merluzzo o *nasello	80	100	120	140	<i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale. Far sbollentare nel brodo vegetale il pesce. Colarlo e condirlo con olio, limone e sale.</i>
<i>carota, cipolla, sedano (per brodo vegetale)</i>	5	5	5	5	
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
<i>succo di limone</i>	5	5	5	5	
<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: sedano, pesce e derivati

Cotoletta Vegetale

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
cotoletta vegetale	n° 1	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.	q.b.	

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

Crocchetta di miglio

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
crocchetta di miglio	n° 1	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.	q.b.	

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

Svizzera di vitellone al forno o al vapore - cucina diretta

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carne trita di #vitellone (svizzera)</i>	70	80	90	105	<i>Le svizzere possono essere cotte alla piastra o al forno a seconda della richiesta menu, condire a fine cottura con olio e sale.</i>
<i>olio extra vergine oliva</i>	4	4	5	6	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,3	

Svizzera di vitellone al forno o al vapore (per diete) - pasti veicolati

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>carne trita di #vitellone (svizzera)</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, condire a fine cottura con olio e sale.</i>
<i>patate bianche</i>	15	15	25	30	
<i>olio extra vergine oliva</i>	4	4	5	6	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,25	0,3	0,3	

Parmigiano Reggiano (per diete)	35	40	45	50
<i>Bresaola o Prosciutto crudo (per diete)</i>	35	45	55	60
Tonno al naturale (per diete)	--	45	60	80

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTI PIATTI:
 parmigiano reggiano: latte e derivati,
 tonno al naturale: pesce e derivati

Piselli stufati o in umido

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>*piselli</i>	50	60	70	80	<i>Far appassire la cipolla con poco olio e acqua, unire i piselli, salare e portare a termine cottura</i>
<i>cipolla</i>	8	10	15	20	
<i>olio extra vergine oliva</i>	4	4	5	6	
<i>sale marino iodato fino</i>	0,2	0,2	0,25	0,3	

Zucchine o Piselli lessati

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>zucchine</i>	80	90	100	120	<i>Dopo aver lessato le zucchine o i piselli, condirli con olio e sale fino.</i>
<i>*piselli</i>	50	60	70	80	
<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 carote lessate

<i>Ingredienti</i>	<i>sezione Primavera gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>secondaria 1° grado e adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate bianche</i>	40	50	80	100	<i>Lessare in acqua salata le patate e carote, a cottura ultimata scolarle. Condire con olio e sale fino.</i>
<i>carote</i>	30	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	

Lenticchie verdi in umido

Ingredienti	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado a adulti gr.	Ricettario
lenticchie verdi secche	70	80	100	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.
cipolle, carote, sedano	20	20	20	
olio extra vergine oliva	5	5	6	
sale marino iodato fino	0,3	0,35	0,4	

Ceci o fagioli lessati

Ingredienti	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
ceci o fagioli (canellini o borlotti) secchi o surgelati	35	40	50	Mettere per 12 ore i ceci o i fagioli a seconda del menu in ammollo in acqua fredda (se si utilizza il prodotto secco). Sciacquarli molto bene, e metterli a lessare in acqua. Al termine cottura scolarli e condirli con olio e sale.
	70	80	100	
olio extra vergine oliva	5	5	5	
sale marino iodato fino	0,2	0,25	0,3	

Spinaci lessati

Ingredienti	sezione Primavera gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
spinaci	80	100	130	150	Lessare in acqua salata gli spinaci, scolarli e condirli con olio e sale fino.
olio extra vergine d'oliva	3	4	5	6	
sale marino grosso	2	2	3	3	
sale marino iodato fino	0,15	0,2	0,2	0,2	

Zucchine trifolate

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	Secondaria 1° grado e adulti gr.	Ricettario
zucchine fresche	80	90	100	120	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.
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
prezzemolo	1	1	1	1	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	
aglio	0,1	0,1	0,1	0,1	

INDICE

<i>PRIMI PIATTI ASCIUTTI</i>	
<i>Pasta o Riso o al sugo di pomodoro</i>	<i>Pag 3</i>
<i>Pasta al sugo di pomodoro e olive</i>	<i>Pag 3</i>
<i>Pasta al sugo di pomodoro e basilico</i>	<i>Pag 4</i>
<i>Pasta all' Amatriciana</i>	<i>Pag 4</i>
<i>Pasta al ragù vegetale</i>	<i>Pag 5</i>
<i>Pasta al pesto</i>	<i>Pag 5</i>
<i>Pasta al sugo di pomodoro</i>	<i>Pag 6</i>
<i>Pasta o riso al ragù di vitellone</i>	<i>Pag 6</i>
<i>Ravioli al sugo di pomodoro</i>	<i>Pag 7</i>
<i>Pasta all' olio ed erbe aromatiche</i>	<i>Pag 7</i>
<i>Pasta o pasta tricolore o riso all'olio extra vergine d'oliva</i>	<i>Pag 8</i>
<i>Pasta al sugo di tonno</i>	<i>Pag 8</i>
<i>Pasta al sugo di pesce</i>	<i>Pag 9</i>
<i>Risotto allo zafferano</i>	<i>Pag 9</i>
<i>Risotto con le zucchine</i>	<i>Pag 10</i>
<i>Risotto alla parmigiana</i>	<i>Pag 10</i>
<i>PRIMI PIATTI IN BRODO</i>	
<i>Crema di legumi (piselli o fagioli) con pasta o crostini o riso</i>	<i>Pag 11</i>
<i>Minestra primavera con pasta o riso</i>	<i>Pag 12</i>
<i>Minestra di verdura con crostini o riso o pasta o farro o orzo o cereali misti</i>	<i>Pag 13</i>
<i>PRIMI PIATTI SPECIALI</i>	
<i>Pizza margherita</i>	<i>Pag 14</i>
<i>Lasagne al forno al pomodoro</i>	<i>Pag 14</i>
<i>SECONDI PIATTI</i>	
<i>Carne di Vitellone alla pizzaiola</i>	<i>Pag 15</i>
<i>Uccelletto di vitellone</i>	<i>Pag 15</i>

<i>Polpette di vitellone in bianco al forno o in casseruola</i>	<i>Pag 16</i>
<i>Polpette di vitellone con pomodoro al forno o in casseruola e piselli</i>	<i>Pag 17</i>
<i>Hamburgher di carne di vitellone e Ketchup (per primaria secondaria e adulti)</i>	<i>Pag 18</i>
<i>Pollo con olive e pinoli</i>	<i>Pag 19</i>
<i>Arrosto di tacchino al forno o in casseruola</i>	<i>Pag 20</i>
<i>Bocconcini di pollo o fesa di tacchino impanati al forno</i>	<i>Pag 20</i>
<i>Bocconcini di tacchino al limone</i>	<i>Pag 21</i>
<i>Cosce di pollo al forno</i>	<i>Pag 21</i>
<i>Lonza alle mele</i>	<i>Pag 22</i>
<i>Arrosto di lonza al forno o in casseruola</i>	<i>Pag 23</i>
<i>Spezzatino di lonza con piselli</i>	<i>Pag 23</i>
<i>Bastoncini di merluzzo al forno (limone a spicchi)</i>	<i>Pag.24</i>
<i>Filetti di platessa impanati al forno</i>	<i>Pag 24</i>
<i>Filetti di merluzzo al verde con olive e capperi</i>	<i>Pag 25</i>
<i>Filetti di merluzzo alla livornese</i>	<i>Pag 25</i>
<i>Filetti di merluzzo o nasello lessati o al vapore al verde</i>	<i>Pag 26</i>
<i>Crocchette di merluzzo al forno</i>	<i>Pag 26</i>
<i>Polpettone di fagiolini</i>	<i>Pag 27</i>
<i>Crocchette / medaglioni di patate</i>	<i>Pag 28</i>
<i>Sformato /crocchette di biette e ricotta</i>	<i>Pag.29</i>
<i>Polpettine di legumi al forno</i>	<i>Pag 30</i>
<i>Pizza Margherita</i>	<i>Pag 31</i>
PIATTI UNICI	
<i>Panino con hamburgher di carne di vitellone insalata verde e Ketchup</i>	<i>Pag 32</i>
<i>Insalata di carote e finocchi alla julienne - Pizza con formaggio e prosciutto cotto - frutta fresca - budino</i>	<i>Pag 33</i>
PIATTI FREDDI	
<i>Prosciutto cotto di coscia nazionale (senza polifosfati e lattati)</i>	<i>Pag 34</i>
<i>Tonno sott'olio</i>	<i>Pag 34</i>
<i>Ricotta</i>	<i>Pag 34</i>
<i>Mozzarella</i>	<i>Pag 34</i>
<i>Stracchino, Primo sale, Casatella , scamorza</i>	<i>Pag 34</i>

<i>Formaggio spalmabile</i>	<i>Pag 34</i>
CONTORNI CRUDI	
<i>Insalata verde o insalata verde mista</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Insalata verde e mais: insalata verde - mais al naturale</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Carote in insalata o carote crude o carote alla julienne</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Carote (a pezzi) da sgranocchiare</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Carote e mais in insalata: carote - mais al naturale</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Cavolo cappuccio</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Finocchi in insalata</i>	<i>Pag 35</i>
<i>Pomodori in insalata</i>	<i>Pag 35</i>
PER CONDIRE	
<i>Per condire le insalate</i>	<i>Pag 36</i>
CONTORNI COTTI	
<i>Piselli stufati</i>	<i>Pag 37</i>
<i>Patate al forno</i>	<i>Pag 37</i>
<i>Patatine stick o patate a spicchi al forno</i>	<i>Pag 37</i>
<i>Patate e peperoni al forno</i>	<i>Pag 38</i>
<i>Purea di patate</i>	<i>Pag 38</i>
<i>Patate lessate</i>	<i>Pag 38</i>
<i>Carote "saltate"</i>	<i>Pag 39</i>
<i>Carote lessate o carote prezzemolate</i>	<i>Pag 39</i>
<i>Patate e fagiolini lessati o al vapore</i>	<i>Pag 39</i>
<i>Fagiolini lessati o al vapore</i>	<i>Pag 40</i>
<i>Fagiolini "saltati"</i>	<i>Pag 40</i>
<i>Fagiolini al pomodoro</i>	<i>Pag 40</i>
<i>Fagioli cannellini in umido</i>	<i>Pag 41</i>
<i>Biete "al burro"</i>	<i>Pag 41</i>
<i>Zucchine trifolate</i>	<i>Pag 41</i>
PANE	
<i>Pane</i>	<i>Pag 42</i>

<i>Pane abbinato alla pizza come secondo piatto</i>	<i>Pag 42</i>
TAGLI CARNE DI #VITELLONE	
<i>Quarto anteriore</i>	<i>Pag 42</i>
<i>Quarto posteriore</i>	<i>Pag 42</i>
FRUTTA FRESCA E DESSERT	
<i>Frutta fresca</i>	<i>Pag 43</i>
<i>Succo di frutta</i>	<i>Pag 43</i>
<i>Spremuta di arance</i>	<i>Pag 43</i>
<i>Mousse di frutta mista</i>	<i>Pag 43</i>
<i>Yoghurt alla frutta</i>	<i>Pag 43</i>
<i>Budino vaniglia o creme caramel o cioccolato</i>	<i>Pag 43</i>
<i>Torta di frutta secca</i>	<i>Pag 43</i>
FRUTTA SNACK POMERIDIANO PER I BAMBINI DELLA SCUOLA MATERNA	
<i>Frutta fresca</i>	<i>Pag 44</i>
<i>Succo di frutta</i>	<i>Pag 44</i>
<i>Frullato pronto</i>	<i>Pag 44</i>
MERENDE PER I BAMBINI DELLA SEZIONE PRIMAVERA	
<i>Banana</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Biscotti / biscotti in monoporzione</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Brioche fresca</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Budino vaniglia</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Budino vegetale alla soia gusti: vaniglia o caramello (per diete)</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Canestrelli</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Crostata all'albicocca o Torta Paradiso o Torta allo yogurt</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Crostatina con marmellata (per diete)</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Fette biscottate (per diete)</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Gelato vaniglia/fiordilatte</i>	<i>Pag 45</i>
<i>Latte intero fresco (per colazione)</i>	<i>Pag 45</i>

Ciro Alfano *Me. Monella* *Davali*

Marmellata (gusti albicocca o pesca)	Pag 45
Pane (in abbinamento con marmellata)	Pag 45
Succo o Nettare di frutta - gusti: albicocca o pesca o pera (anche per colazione)	Pag 45
Yogurt alla frutta (gusti: albicocca o banana)	Pag 45
Te deinato in monoporzione (per diete)	Pag 45
PIATTI PER DIETE	
Passato di patate e carote con pasta o riso o crostini	Pag 46
Passato di patate e zucchine con pasta o riso o crostini	Pag 46
Pizza Bianca	Pag 47
Pizza rossa	Pag 47
Pizza rossa e prosciutto cotto	Pag 47
Bocconcini di pollo o tacchino o lonza di maiale agli aromi	Pag 48
Fesa di tacchino o pollo o vitellone o lonza ai ferri o vapore <u>senza aromi</u>	Pag 48
Omelette	Pag 48
Filetti merluzzo o nasello lessati o al vapore	Pag 49
Cotoletta Vegetale	Pag 49
Crocchetta di miglio	Pag 49
Svizzera di vitellone al forno o al vapore	Pag 50
Svizzera di vitellone al forno o al vapore (per diete)	Pag 50
Parmigiano Reggiano (per diete)	Pag 50
Bresaola o Prosciutto crudo (per diete)	Pag 50
Tonno al naturale (per diete)	Pag 50
Piselli stufati o in umido	Pag 51
Zucchine o Piselli lessati	Pag 51
Patate e carote lessate	Pag 51
Lenticchie verdi in umido	Pag 52
Ceci o fagioli lessati	Pag 52
Spinaci lessati	Pag 52
Zucchine trifolate	

REDAZIONE UFFICIO NUTRIZIONE E DIETETICA

Dietiste: Cinzia Pellegrini, Mariateresa Marrella

DATA DI EMISSIONE 13 aprile 2015

1° revisione del 07 marzo 2016

Cinzia Pellegrini

Pagina 58

Me. Marrella *D. D. D.*



COMUNE DI GENOVA

COMUNE DI GENOVA

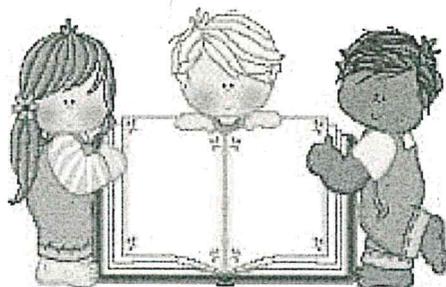
RISTORAZIONE

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 congelato*
- la grammatura dei legumi si riferisce al prodotto essiccato o surgelato*
- 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	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	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	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	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><i>Far stufare in casseruola un trito di carota, porro e zucchini 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, zucchini gr. 8,</i>	21	21	21	21	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	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	
parmigiano reggiano	5	5	6	7	
parmigiano reggiano (con riso)	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<i>Lessare la pasta in acqua salata, scolare e condire con il burro e il parmigiano</i>
burro	5	6	7	8	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>prima- ria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<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. Cuocere la pasta in acqua salata e condirla con il "pesto".</i>
pasta formato "gnocchetti sardi"	60	70	80	90	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<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>
latte bio intero fresco	20	25	30	35	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><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></p> <p><i>A fine cottura unire al sugo il prezzemolo e frullare.</i></p> <p><i>Cuocere la pasta in acqua salata e condire con la crema di zucchine .</i></p> <p><i>Cospargere di parmigiano reggiano.</i></p>
<i>zucchine</i>	40	40	45	50	
<i>carote</i>	5	5	5	5	
sedano	5	5	5	5	
<i>cipolla</i>	5	5	5	5	
<i>olio extra vergine di oliva</i>	3	4	5	6	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta di semola di grano duro	50	60	70	80	<p><i>Far stufare in casseruola un trito di cipolla e olio e sale ,sucessivamente unire i piselli e cuocere a fuoco moderato.</i></p> <p><i>A fine cottura aggiungere del prezzemolo e frullare.</i></p> <p><i>Cuocere la psta in acqua salata e condire con la crema di piselli.</i></p> <p><i>Cospargere di parmigiano reggiano.</i></p>
<i>*piselli</i>	50	50	55	60	
<i>olio extra vergine di oliva</i>	3	4	5	6	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>pomodori pelati</i>	90	90	100	110	<p><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></p>
besciamella UHT	75	80	90	110	
*lasagne surgelate	60	70	80	90	
<i>carota gr 8, cipolla gr 4, sedano gr 4</i>	16	16	16	16	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta</i>	55	60	80	90	<p><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></p>
<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	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
burro	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

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

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati

Risotto con *asparagi

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
riso "Roma" o "Parboiled" su richiesta	55	60	80	90	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.
*asparagi	20	20	25	30	
carote gr 5, cipolle gr 5, sedano gr 5 (per brodo vegetale)	15	15	15	15	
cipolla	5	5	8	10	
parmigiano reggiano	4	5	5	6	
olio extra vergine d'oliva	3	4	5	6	
sale marino grosso	3	3	4	5	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati

Risotto alla parmigiana

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr	primaria gr	adulti gr	Ricettario
riso "Roma" o "Parboiled"	55	60	80	90	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.
olio extra vergine di oliva	3	3	4	5	
cipolla	5	5	5	6	
carota gr.5, cipolla gr.5, sedano gr.5(per brodo vegetale)	15	15	15	15	
burro	3	3	4	5	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
sale marino grosso	3	3	4	5	
sale marino iodato fino	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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	adulti gr.	Ricettario
grano spezzato bulgur o cous cous	40	50	70	Lavare bene il bulgur o il cous cous, lasciarlo a bagno per circa un'ora.
pomodori pelati	60	70	80	
carota, sedano, porro	30	30	30	Nel frattempo preparare un brodo vegetale con parte degli ortaggi.
olio extra vergine d'oliva	3	4	6	
parmigiano reggiano	3	4	5	Tritare nel frattempo gli ortaggi rimanenti e stufarli in un tegame con olio, aggiungere il pomodoro, l'alloro, sale e portare a cottura.
prezzemolo	0,5	0,5	0,5	
sale marino grosso	2	2	2	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.
sale marino iodato fino	0,2	0,25	0,3	
aglio	0,1	0,1	0,1	
alloro	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	50	80	100	120	<i>Lessare in acqua salata le verdure. A cottura ultimata passarle e rimetterle al fuoco, aggiungere il cereale previsto nel menu (riso o pasta) e ultimare la cottura. Condire a crudo con olio e parmigiano</i>
<i>zucchine</i>	20	20	30	50	
pasta di semola di grano duro o riso o pasta integrale o farro o orzetti	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	
sedano	2	2	2	2	
parmigiano reggiano	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

Anna Bellini

M. Meloncello

P. Perati

<i>Ingredienti</i>	<i>nido gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>patate</i>	50	90	100	120	<p><i>Lessare in acqua salata le verdure.</i></p> <p><i>A cottura ultimata passarle e rimetterle sul fuoco, aggiungere la pasta e ultimare la cottura.</i></p> <p><i>Condire a crudo con olio e parmigiano</i></p>
<i>zucchine</i>	20	25	35	50	
pasta di semola di grano duro	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	
sedano	2	2	2	2	
parmigiano reggiano	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 12/18 mesi gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>pomodori pelati</i>	55	<p><i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano.</i></p> <p><i>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.</i></p> <p><i>Cuocere il semolino nel brodo vegetale a fine cottura condirlo con il sugo preparato, parmigiano e servire.</i></p>
semolino di grano	30	
<i>carota, cipolla, sedano</i>	20	
parmigiano reggiano	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

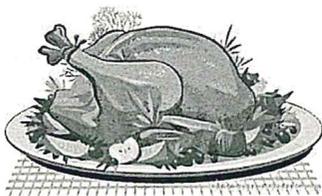
Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
pastina di semola grano duro	25	30	35	40	<i>In una pentola con acqua fredda mettere la carne da bollito, le carote, cipolle e sedano, unire il sale e portare ad ebollizione fino a termine. cottura della carne. Estrarre dal brodo la 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	
parmigiano reggiano	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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
pasta di semola di grano duro	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. 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. 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	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>prima- ria gr.</i>	<i>adulti 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
<i>cosce di pollo 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 dai fuselli e spolparli, tagliare la carne a pezzetti e servirla ai bambini del nido.</i>
<i>fuselli di pollo per nido e infanzia</i>	130	150			
<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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
polpa di cosce di pollo	75	90	95	105	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.
olive verdi denocciolate	2	2	3	4	
pinoli	1	1	2	3	
cipolla	5	5	5	5	
olio extra vergine di oliva	4	4	5	6	
aglio, timo	1	1	1	1	
sale marino iodato fino	0,20	0,25	0,3	0,3	

Fesa di tacchino arrosto

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
fesa di tacchino	70	80	100	120	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.
carota gr 8, cipolla gr 8, sedano gr 4	20	20	20	20	
latte intero fresco bio	8	8	10	12	
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: latte e derivati, sedano

Bocconcini di tacchino o pollo agli aromi

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
bocconcini di fesa di tacchino o petto di pollo	70	70	90	110	Far rosolare in casseruola i bocconcini di pollo o tacchino (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.
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
alloro, rosmarino, salvia	0,5	0,5	0,5	0,5	
aglio	0,1	0,1	0,1	0,1	
sale marino iodato fino	0,2	0,25	0,3	0,35	

Bocconcini di pollo gratinati al timo

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

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)

Bocconcini di pollo al limone

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

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: frumento (glutine)

Spezzatino di tacchino con carote

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

Secondi piatti di carne di bovina

Carne trita di vitellone al vapore

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

Bollito di vitellone

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

Uccelletto di vitellone agli aromi

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

Polpettine di vitellone al sugo di pomodoro con piselli

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
polpa di #vitellone tritata	50	60	70	80	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. Formare delle palline di media grandezza, successivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare. 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. Quando il sughetto è pronto unirlo alle polpettine e servire.
patate	25	25	35	40	
uova pastorizzate	20	20	25	30	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
olio extra vergine d'oliva	2	2	2	2	
sale marino grosso	2	2	3	3	
maggiorana fresca	0,3	0,3	0,3	0,3	
sale marino iodato fino	0,25	0,25	0,3	0,3	
aglio	0,1	0,1	0,1	0,1	
<i>Ingredienti per sughetto</i>					
pomodori pelati	65	70	80	90	
*piselli fini	45	50	60	70	
carota gr 8, cipolla gr 4, sedano gr 4	16	16	16	16	
olio extra vergine d'oliva	3	4	5	6	

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

Polpettine di vitellone al forno o in casseruola

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
polpa di vitellone tritata	50	60	70	80	<p>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.</p> <p>Formare delle palline di media grandezza, passarle nel pangrattato, successivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare.</p>
patate	25	25	35	40	
uova pastorizzate	20	20	25	30	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
pane grattugiato	5	5	5	5	
olio extra vergine d'oliva	2	2	3	4	
sale marino grosso	2	2	3	3	
maggiorana fresca	0,3	0,3	0,3	0,3	
sale marino iodato fino	0,25	0,25	0,3	0,3	
aglio	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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
uccelletto di lonza	70	80	100	120	<p>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.</p>
mele	15	15	15	15	
carote	5	5	5	5	
cipolla	5	5	5	5	
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
sedano	2	2	2	2	
salvia	0,2	0,2	0,2	0,2	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	
aglio	0,1	0,1	0,1	0,1	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano

Arrosto di lonza in casseruola o al forno

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
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, sedano 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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
filetti di *merluzzo *halibut	80 90	100 100	120 120	140 140	Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale. Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce. Colarli, frullarli e condirli con olio, limone e sale.
carota, cipolla, sedano (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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo	80	100	120	140	<p><i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale.</i></p> <p><i>Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce.</i></p> <p><i>Colarli, frullarli e condirli con olio, limone, prezzemolo tritato con aglio e sale.</i></p>
*halibut	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo	80	100	120	140	<p><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.</i></p> <p><i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale da versare sul pesce all'occorrenza.</i></p>
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	3	4	5	6	
farina di grano tenero "00"	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

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

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

Halibut impanato

Ingredienti	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
filetti di *halibut	90	110	130	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.
pane grattugiato	25	30	35	
uova pastorizzate	10	12	15	
olio extra vergine d'oliva	5	6	7	
limone in spicchi (ogni 6 presenze)	1	1	1	
sale marino iodato fino	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 gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
bastoncini di *merluzzo (numero)	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
*halibut /*merluzzo	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 sformato) 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	
uovo pastorizzato	20	20	25	30	
ricotta bio	20	20	25	25	
parmigiano reggiano	4	4	5	6	
pane grattugiato	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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
patate bianche	60	60	80	90	Lessare in acqua salata le patate, a metà cottura delle stesse unire le bietole, al termine della cottura passare il tutto.
bietole	40	40	50	60	
uovo pastorizzato	20	20	25	30	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. 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.
ricotta	15	20	25	30	
parmigiano reggiano	7	8	9	10	
olio extra vergine oliva	5	7	8	9	
cipolla	5	6	7	10	
pane grattugiato	4	4	5	5	
sale marino grosso	2	3	4	5	
maggiorana fresca	0,2	0,2	0,3	0,5	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	

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

Crocchette di patate e ricotta

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
patate bianche	80	90	100	110	Lessare le patate in acqua salata, al termine della cottura passarle.
ricotta	20	25	30	35	
uova pastorizzate	20	20	25	30	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. Formare delle crocchette di medie dimensioni leggermente appiattite, passarle nel pangrattato e adagiarle nelle teglie precedentemente unte di olio, infornare.
parmigiano reggiano	8	10	12	15	
pane grattugiato	5	5	6	7	
olio extra vergine d'oliva	3	5	6	7	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,1	0,1	0,15	0,2	
aglio	0,1	0,1	0,1	0,1	
maggiorana fresca	0,1	0,1	0,1	0,1	

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

Polpettone di fagiolini

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

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

Polpettine di legumi al forno

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria i°grado e adulti gr.	Ricettario
patate	35	40	50	60	<p>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. Unire le uova, il parmigiano, l'aglio, il prezzemolo tritati e qb il pangrattato (se l'impasto risultasse troppo morbido), salare . Formare delle palline di media grandezza , passarle nel pangrattato, sucessivamente disporle nelle teglie unte di olio, ed infornare.</p>
fagioli cannellini secchi o surgelati	20	20	25	30	
uova pastorizzate	35	40	50	60	
parmigiano reggiano	10	10	15	20	
cipolle	4	5	10	15	
olio extra vergine d'oliva	4	5	10	15	
aglio	3	3	4	5	
sale marino grosso	0,5	0,5	1	1	
prezzemolo	2	2	3	3	
pane grattugiato	1	1	1,5	1,5	
sale marino iodato fino	q.b	q.b	qb	q.b	
	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	80	90	110	130	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, lo stracchino, infornare a forno caldo.
<i>pomodori pelati</i>	50	55	60	70	
stracchino	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>
40	50	60	80

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

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: pesce

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

Eno Pellegrini

Me. Manella Davoli

Formaggi



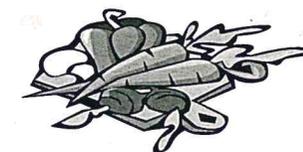
	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.
Mozzarella	50	60	90	90
Stracchino	50	60	70	90
Ricotta	50	60	70	100
Parmigiano Reggiano (per diete)	35	40	45	50

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati

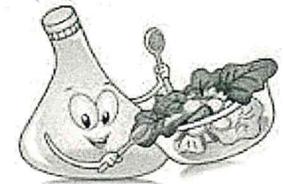
Contorni crudi freschi (grammature riferite a parte edibile)

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

Contorni crudi di quarta gamma



Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.
Insalata verde	25	30	35	40
Carote crude julienne	30	35	45	60
Pomodori in insalata	70	100	120	150



Per condire

<i>Ingredienti</i>	<i>nido gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>
<i>olio extra vergine d'oliva</i>	4	5	6	7
<i>aceto di vino bianco o aceto balsamico tipo Modena (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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
patate rosse	80	100	150	180	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.
olio extra vergine d'oliva	4	5	6	7	
aglio	0,5	0,5	0,5	0,5	
timo, origano	0,5	0,5	0,5	0,5	
sale marino iodato fino	0,2	0,2	0,25	0,3	

Patate lessate

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

Purea di patate

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

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati

Purea di carote o di zucca

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
patate bianche	35	40	45	50	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.
carote o zucca	50	60	70	80	
latte bio intero fresco	5	10	15	20	
burro	5	6	7	8	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,1	0,15	0,2	0,25	

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati

Patate prezzemolate

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

Patate e fagiolini lessati

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

C. Calderini *M. Monelle* *A. Davoli*

Patate e zucchine lessate

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

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

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
carote fresche	50	60	80	110	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.
finocchi freschi	70	80	100	110	
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino iodato fino	0,1	0,2	0,25	0,3	
limone	2	5	5	5	

Finocchi al burro

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.	Ricettario
finocchi	70	80	100	110	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 ri-passare con il burro.
burro	5	7	9	9	
sale marino grosso	2	3	4	5	
sale marino fino	0,1	0,2	0,2	0,25	

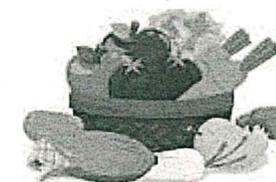
ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: latte e derivati

Zucchine lessate

<i>Ingredienti</i>	<i>nido gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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</i> gr.	<i>infanzia</i> gr.	<i>primaria</i> gr.	<i>adulti</i> gr.
Pane	20	30	50	50
Pane abbinato alla pizza	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>

A. Bellini

M. Manella Davali



Frutta

	<i>nido divezzi</i> gr.	<i>infanzia</i> gr.	<i>primaria</i> gr.	<i>adulti</i> gr.
<i>Frutta fresca di stagione biologica al netto</i> <i>periodo invernale: arancia, banana, Kiwi, mela, mandarancio, mandarino, pera, prugna.</i> <i>periodo estivo: albicocche, banana, mela, melone, nespole, prugna, pera, pesca, nettarina, pesca noce.</i>	80	80	100	100
<i>Frutta fresca di stagione biologica al netto</i> <i>Dieta lattanti 9 - 12 mesi Dieta "B"</i> <i>(mela o banana)</i>	80			
<i>Frutta fresca di stagione biologica al netto</i> <i>Dieta lattanti 12 - 18 mesi "Dieta C"</i> <i>(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</i> gr.
<i>Frutta fresca di stagione al netto</i> <i>periodo invernale: arancia, mandarini, mandaranci, banana del mercato equo e solidale, mela e pera biologica,</i> <i>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



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



N.B LE GRAMMATURE SI INTENDONO AL NETTO DEGLI SCARTI

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

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"**

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

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



Brodo vegetale lattanti 6 - 8 mesi dieta "A"

Brodo vegetale lattanti 9 - 12 mesi dieta "B"

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

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: sedano, latte e derivati

Ciro Pellicani

M. Nouelle *D. Quati*



PER DIETE

Passato di patate e carote con pasta o riso

<i>Ingredienti</i>	<i>nido gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 menua fine cottura aggiungere olio extra vergine di olive.</i>
<i>carote</i>	50	60	70	80	
pasta di grano duro o riso Roma	20	25	30	35	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 menu), a fine cottura aggiungere olio extra vergine di oliva.</i>
<i>zucchine</i>	50	60	70	80	
pasta di grano duro o riso Roma	20	25	30	35	
parmigiano reggiano	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 menu, 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	

Anna Pellegrino

M. Novello *D. Orati*

Svizzera di vitellone Scuola Infanzia Adulti - per pasti veicolati

<i>Ingredienti</i>	<i>nido gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
filetti di *merluzzo	80	100	120	140	<i>Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano e sale. Far sbollentare nel brodo vegetale i filetti di pesce. Colarli, frullarli e condirli con olio, limone e sale.</i>
*halibut	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	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, 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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	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>
stracchino	60	80	90	100	
farina	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 gr.</i>	<i>infanzia gr.</i>	<i>primaria gr.</i>	<i>adulti gr.</i>	<i>Ricettario</i>
pasta per pizza	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	
farina	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

Nido divezzi gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.
35	45	55	60

Tonno al naturale

infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.
45	60	80

ALLERGENI CONTENUTI IN QUESTO PIATTO: **pesce**

Patate e carote lessate

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

Spinaci lessati o biette lessate

Ingredienti	nido gr.	infanzia gr.	primaria gr.	adulti gr.
Spinaci o biette freschi di IV gamma	80	100	130	150
olio extra vergine d'oliva	4	4	5	6
sale marino grosso	2	3	4	5
sale marino iodato fino	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

(*) Prodotto surgelato

(#) Carne bovina di vitellone a filiera tracciata o a filiera certificata

Lenticchie verdi in umido

Ingredienti	infanzia gr.	primaria gr.	secondaria 1° grado a adulti gr.	Ricettario
lenticchie verdi	70	80	100	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.
cipolle, carote, sedano	20	20	20	
olio extra vergine oliva	5	5	6	
sale marino iodato fino	0,3	0,35	0,4	

Ceci o fagioli lessati

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

Cotoletta Vegetale

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

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

Crocchetta di miglio

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

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

C. Pellep...

M. Novello *D. Davoli*

Indice

PRIMI PIATTI	
<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>
PRIMI PIATTI IN BRODO	
<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>

Crisi Peloponi *M. Nouelle* *Dacati*

<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>

Pino Pellegrin

Me. Novello

Darati

PIZZA	
<i>Pizza margherita</i>	<i>Pag. 26</i>
PIATTI FREDDI	
<i>Prosciutto cotto</i>	<i>Pag. 26</i>
<i>Tonno sott'olio</i>	<i>Pag. 26</i>
<i>Formaggi</i>	<i>Pag. 27</i>
CONTORNI CRUDI- CONTORNI DI 4° GAMMA	
<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>
CONTORNI COTTI	
<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>
PANE	<i>Pag. 33</i>
TAGLI CARNE DI VITELLONE	<i>Pag. 33</i>

Cristina Belloni *Me. Manella* *Davali*

<i>FRUTTA</i>	<i>Pag. 34</i>
<i>FRUTTA SNACK POMERIDIANO PER I BIMBI DELLA SCUOLA INFANZIA</i>	<i>Pag. 34</i>
MERENDE	
<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>T� 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>
LATTANTI 9-12 MESI DIETA "B"	
<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>
PIATTI PER DIETE	
<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

