

**TABELLE DIETETICHE E DELLE GRAMMATURE**  
**Gli alimenti si intendono a crudo e al netto degli scarti**

**SCUOLA DELL'INFANZIA - PRIMARIA - ADULTI**

**PRIMI PIATTI**

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

**AGNOLOTTI (di carne/di magro)**

Agnolotti	120	140	160
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10

**CREMA DI PATATE con pasta, riso, orzo, farro, miglio, crostini**

Patate	30	35	40
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Piante aromatiche, carota, sedano, cipolla, sale,	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano	7	10	10

**CREMA DI PATATE E CAROTE con pasta, riso, orzo, farro, miglio, crostini**

Patate	30	40	60
Carote	10	10	10
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

**CREMA DI PISELLI**

Patate	60	60	60
Piselli	30	35	40
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Piante aromatiche, carota, sedano, cipolla, sale,	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10

**CREMA DI ZUCCHINE con pasta, riso, orzo, farro, miglio, crostini**

Zucchini	40	50	60
Patate	30	40	50
Parmigiano	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	3	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

**GNOCCHI ALLA ROMANA**

Gnocchi	100 n. 5	100 n. 5	140 n. 7
Olio extra vergine d'oliva /burro	2	3	3
Parmigiano reggiano	7	10	10

**INSALATA DI PASTA**

Pasta di semola	60	70	80
Mozzarella	20	20	25
Pomodori freschi	20	20	30
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Olive verdi / nere	10	10	15
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### INSALATA DI RISO

Riso	40	50	60
Prosciutto cotto	20	20	25
Piselli	10	10	15
Carote	10	10	15
Mozzarella	20	20	25
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Olive verdi / nere	10	10	10
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

### LASAGNE AL POMODORO

Lasagne surgelate	50	60	60
Pomodori pelati	60	65	70
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Latte	6	7	7
Burro	2	3	3
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano	5	8	8

### LASAGNE AL POMODORO CON PROSCIUTTO COTTO E MOZZARELLA (piatto unico)

Lasagne surgelate	50	60	60
Pomodori pelati	50	50	60
Prosciutto cotto	20	20	20
Mozzarella	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Farina, burro, latte	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### PASSATO DI LEGUMI con pasta, riso, orzo, farro, miglio, crostini

Patata	40	40	40
Legumi secchi: ceci, fagioli, lenticchie	30	35	40
Pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Piante aromatiche, carote, sedano, cipolla, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### PASSATO DI VERDURE/CREMA DI VERDURE con pasta, riso, orzo, farro, miglio, crostini

Verdure miste: carote, zucca o zucchini, costine o coste, verza, porro, cipolla	50	60	70
Patata	30	40	50
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### PASSATO DI ZUCCA/ ZUCCHINE con pasta, riso, orzo, farro, miglio, crostini

Zucca	50	55	60
Patate	40	45	55
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extravergine	2	2	3
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### PASTA PASTICCIAATA

Pasta di semola	60	70	100
Pomodori pelati	60	65	70
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Latte	6	7	7
Burro	2	3	3
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano	5	8	8

### POLENTA

Farina di mais	60	70	80
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Acqua, aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### RAGU' DI CARNE

Pomodori pelati	80	85	100
Carne di bovino	20	25	30
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### RAGU' DI SOJA

Pomodori pelati	55	60	65
Soja granulata	20	20	25
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### RISO ALLO ZAFFERANO / MILANESE

Riso	70	80	90
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.
Carote, cipolla, sedano	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3

### RISOTTO ALLA ZUCCA/ASPARAGI/CARCIOFI

Riso	70	80	90
Zucca, asparagi, carciofi	20	20	25
Parmigiano reggiano a parte	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale, aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### BRODO VEGETALE

Brodo vegetale: patate, carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SALSA AI FORMAGGI

Latte uht	55	55	55
Parmigiano reggiano	10	10	10
Emmenthal	20	20	20
Fontal	20	20	20
Burro	5	5	5
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### SUGO AGLI AROMI

Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Aromi vari, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO AL PESTO

Pesto confezionato	10	10	15
Parmigiano	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO AL POMODORO E RICOTTA / POMODORO E TONNO

Pomodori pelati	50	55	60
Ricotta / Tonno	25	25	30
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO AL POMODORO/SUGO AL POMODORO E BASILICO

Pomodori pelati	60	70	80
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO ALL'AMATRICIANA

Pomodori pelati	55	60	65
Pancetta	20	20	25
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO ALL'OLIO o OLIO E PARMIGIANO/IN BIANCO

Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5

### SUGO ALL'ORTOLANA /RAGU' VEGETALE

Pomodori pelati	35	40	40
Verdure miste: carote, sedano, cipolla, basilico, zucchini	40	40	50
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO ALLA BOSCAIOLA

Pomodori pelati	55	60	65
Funghi champignons	20	20	25
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO ALLA CAMPAGNOLA

Pomodori pelati	35	40	40
Verdure miste: carote, sedano, cipolla, basilico, zucchini, piselli	40	40	50
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### SUGO BURRO/OLIO E SALVIA

Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Burro/ Olio extra vergine d'oliva	4	4	4
Salvia, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO DI BROCCOLI

Pomodori pelati	40	60	65
Broccoli freschi o surgelati	30	40	50
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO DI MELANZANE/ASPARAGI

Pomodori pelati	50	60	70
Melanzane/asparagi	20	30	30
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO DI POMODORO CAROTE E TIMO

Pomodori pelati	40	60	65
Carote	20	20	25
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Timo	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO DI ZUCCHINE

Pomodori pelati	50	60	70
Zucchini	20	30	30
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO POMODORO E OLIVE

Pomodori pelati	55	60	65
Olive nere denocciolate	5	10	15
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO POMODORO E PESTO

Pomodori pelati	50	55	60
Pesto confezionato	10	15	20
Parmigiano	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SUGO POMODORO E PISELLI

Pomodori pelati	50	60	70
Piselli	20	30	30
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	2	2	3
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### SUGO POMODORO E PROSCIUTTO

Pomodori pelati	50	55	60
tonno / prosciutto	25	25	30
Parmigiano reggiano a parte	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Piante aromatiche, basilico, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

<b>CROSTINI</b>	25	30	40
<b>FARRO/ORZO/MIGLIO per minestre</b>	30	35	40
<b>PASTA O RISO per brodi/passati</b>	35	40	50
<b>PASTA IN BIANCO / RISO</b>	60	70	100
<b>PASTA ALL'UOVO</b>	60	70	100
<b>PIZZA / FOCACCIA</b>	100	100	150
<b>PANE</b>	40	50	80

## SECONDI PIATTI DI CARNE

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### ARROSTO DI BOVINO, TACCHINO, SUINO

Carne di bovino, suino, tacchino	80	90	100
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### ARROSTO DI BOVINO, TACCHINO, SUINO ALLA TOSCANA

Carne di bovino, suino, tacchino	90	100	120
Pomodori pelati	20	25	25
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### CASTELLANA COTTA AL FORNO

Prosciutto cotto	40	50	60
Mozzarella	30	40	50
Uova pastorizzate	12	12	12
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### COSCIA DI POLLO AL FORNO

Carne di pollo	140	140	280
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### COTOLETTA O MILANESE IMPANATA/DORATA DI POLLO, TACCHINO, LONZA cotto al forno

Fesa di pollo, tacchino, bovino, lonza	60	70	100
Uova pastorizzate	10	12	12
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Limone	20	20	20
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### CROCCHETTE DI POLLO E VERDURE COTTE AL FORNO

Carne di pollo	40	40	50
Spinaci e altre verdure	30	40	50
Patate	20	30	40
Uova pastorizzate	5	5	10
Parmigiano reggiano	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### FESA DI TACCHINO ALLA PORTOGHESE

Fesa di tacchino	80	90	110
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori freschi	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## SECONDI PIATTI DI CARNE

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### LONZA AL LATTE

Carne di suino	70	80	100
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Latte	q.b.	q.b.	q.b.
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### PETTO DI POLLO , TACCHINO, SUINO ALLA PIZZAIOLA

Carne	90	100	120
Pomodori pelati	30	30	40
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Farina/origano	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### POLPETTE/HAMBURGER DI BOVINO IN SALSA BIANCA

Carne bovino adulto	50	55	60
Pangrattato	15	20	20
Spinaci surgelati	10	10	10
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	3	3	3
Uova pastorizzate	10	10	10
Latte	10	10	10
Carota	15	20	20
Patate	15	20	20
<b>SALSA</b>			
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Carote,sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Vino bianco	q.b.	q.b.	q.b.

### POLPETTE/HAMBURGER DI BOVINO, POLLO, TACCHINO (ANCHE IN UMIDO)

Carne bovino adulto	60	70	100
Pomodori pelati	30	35	35
Patate	15	20	20
Parmigiano reggiano	5	5	7
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Uova pastorizzate	15	15	15
Pangrattato	10	10	15
Latte	10	15	15
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Carote,sedano, cipolle, aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SALSICCIA DI POLLO E TACCHINO

Salsiccia	70	80	100
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	30	35	35
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SCALOPPINE DI BOVINO, TACCHINO, SUINO/AL LIMONE

Carne	60	70	100
Limone se previsto in menù	10	10	10
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## SECONDI PIATTI DI CARNE

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### SPEZZATINO DI BOVINO IN SALSA BIANCA

Carne di bovino	100	120	150
Vino bianco	q.b.	q.b.	q.b.
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.

### SPEZZATINO/BOCCONCINI DI BOVINO IN UMIDO, PIZZAIOLA/CON PATATE O CON PATATE E PISELLI

Carne di bovino	90	100	120
Pomodori pelati	30	30	40
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Farina/origano	q.b.	q.b.	q.b.
Patate se è in umido	90	100	120
Patate e piselli se è in menù	90	100	120

### SPEZZATINO/BOCCONCINI DI TACCHINO, BOVINO, SUINO IN UMIDO

Carne di tacchino, bovino, suino	100	140	160
Pomodori pelati	20	30	40
Carote, sedano, cipolle	15	20	25
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Brodo vegetale, piante aromatiche, ortaggi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SPIEDINI DI POLLO E TACCHINO AL FORNO

Carne di pollo (al netto di ossa e pelle)	70	80	90
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Peperoni, aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI DI CARNE	Infanzia grammi	Primaria grammi	Second/Adulti grammi
Carne di bovino, suino, pollo, tacchino	60	70	100
Carne per polpette	50	55	60

## SECONDI PIATTI DI VERDURE

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### CROCCHETTE ALLA VALDOSTANA

Patate	35	40	45
Prosciutto cotto	20	25	25
Mozzarella	20	20	25
Uovo pastorizzato	5	5	5
Parmigiano reggiano	5	5	5
Pangrattato	5	5	5
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### CROCCHETTE DI SPINACI O DI MAGRO

Ricotta	45	55	65
Patate	20	25	30
Spinaci surgelati	10	15	15
Uova pastorizzate	10	12	13
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5
Pangrattato	5	5	5
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### FRITTATA DI PROSCIUTTO E SPINACI

Uova pastorizzate	30	35	40
Patate	10	15	15
Prosciutto cotto	20	20	25
Ricotta	20	25	25
Spinaci surgelati	10	15	15
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### GATEAU DI PATATE / PATATE E PROSCIUTTO

Patate	50	50	70
Prosciutto cotto se in menù	20	25	30
Uova pastorizzate	q.b.	q.b.	q.b.
Mozzarella	20	25	30
Parmigiano reggiano	7	7	7
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Pane pesto	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### OMELETTE/TORTINO AI CARCIOFI

Uova pastorizzate	45	50	65
Patate	15	20	25
Carciofi surgelati	15	20	25
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### OMELETTE/TORTINO AL FORMAGGIO

Uova pastorizzate	50	55	65
Patate	20	20	25
Latte UHT	10	10	10
Mozzarella	10	10	10
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## SECONDI PIATTI DI VERDURE

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### OMELETTE/TORTINO ALLE ERBETTE

Uova pastorizzate	50	60	80
Patate	15	15	20
Erbette surgelate	20	25	30
Parmigiano reggiano	8	8	10
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### OMELETTE/TORTINO/FRITTATA CON PROSCIUTTO

Uova pastorizzate	50	60	100
Patate	15	15	20
Prosciutto cotto	15	15	20
Parmigiano reggiano	8	8	8
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### OMELETTE/TORTINO DI PROSCIUTTO E FORMAGGIO

Uova pastorizzate	30	35	40
Patate	20	20	25
Prosciutto cotto	20	20	25
Mozzarella	20	20	25
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### OMELETTE/TORTINO PRIMAVERA/ESTIVA

Uova pastorizzate	40	45	55
Mozzarella	10	10	10
Patate	15	15	15
Zucchine	10	10	10
Pomodoro fresco	15	15	20
Parmigiano reggiano	5	5	7
Prezzemolo	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### SFORMATO DI PROSCIUTTO E RICOTTA

Uova pastorizzate	30	35	40
Patate	20	20	25
Prosciutto cotto	20	20	25
Ricotta	20	20	25
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### TORTA VEGETARIANA

Uova pastorizzate	30	35	40
Carote	15	15	20
Patate	15	20	20
Zucchine	15	15	20
Ricotta	10	15	20
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## SECONDI PIATTI DI VERDURE

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### TORTINO ALLE CAROTE

Uova pastorizzate	45	50	65
Carote	15	20	25
Patate	15	20	25
Parmigiano reggiano	5	5	7
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### TORTINO/FRITTATA AL PARMIGIANO

Uova pastorizzate	50	50	50
Patate	20	30	40
Latte parzialmente scremato	10	15	20
Parmigiano	7	10	10
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### TORTINO/FRITTATA ALLA VALDOSTANA

Uova pastorizzate	40	45	55
Patate	15	20	20
Speck	10	15	20
Mozzarella	10	10	10
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### TORTINO/FRITTATA ALLE ZUCCHINE

Uova pastorizzate	45	50	65
Zucchine	15	20	25
Patate	15	20	25
Parmigiano reggiano	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## SECONDI PIATTI DI PESCE

	Infanzia grammi	Primaria grammi	Adulti grammi
<b>NASELLO, MERLUZZO, PLATESSA, SCORFANO, PALOMBO, HALIBUT, VERDESCA ALLE ERBE O AGLI ODORI</b>			
Pesce	90	90	100
Se verdesca - palombo	80	80	100
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Aromi, farina, sale, limone	q.b.	q.b.	q.b.

### **NASELLO, MERLUZZO, PLATESSA, SCORFANO, PALOMBO, HALIBUT, VERDESCA ALLA MEDITERRANEA O POMODORO E OLIVE O IN UMIDO**

Pesce	110	140	170
Se verdesca - palombo	80	80	100
Pomodori pelati	20	30	35
Olive denocciolate se in menù	10	10	15
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, ortaggi e sale	q.b.	q.b.	q.b.

### **NASELLO, MERLUZZO, PLATESSA, SCORFANO, PALOMBO, HALIBUT, VERDESCA IN UMIDO**

Pesce	90	90	100
Se verdesca - palombo	80	80	100
Pomodori pelati	20	30	40
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Aromi, sale, limone	q.b.	q.b.	q.b.

### **NASELLO, MERLUZZO, PLATESSA, SCORFANO, PALOMBO, HALIBUT, VERDESCA IMPANATO/DORATO COTTO AL FORNO**

Pesce	90	110	130
Uova pastorizzate	10	12	12
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5
Limone a parte	20	20	20
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.

### **PESCE AGLI AROMI**

Pesce	110	140	170
Olio extra vergine d'oliva	7	7	7
Piante aromatiche, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### **POLPETTE DI MERLUZZO anche con pomodoro**

Merluzzo	50	60	70
Pomodori pelati se previsto in menù	20	30	40
Patate	30	40	40
Parmigiano reggiano	7	10	10
Uova pastorizzate	5	5	5
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Pangrattato,erbe aromatiche, ortaggi, latte, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### **SEPPIOLINE IN UMIDO**

Seppiole			140
Pomodori pelati			25
Carote, cipolle, sedano			q.b.
Farina, prezzemolo			q.b.
Aromi, sale			q.b.
Olio extra vergine d'oliva			q.b.

### **TONNO ALL'OLIO**

Tonno all'olio d'oliva sgocciolato	60	70	80
------------------------------------	----	----	----

<b>SECONDI PIATTI</b>	<b>Infanzia grammi</b>	<b>Primaria grammi</b>	<b>Adulti grammi</b>
Pesce: nasello, merluzzo, platessa, palombo, scorfano, halibut, verdesca	90	100	110
Verdesca e palombo	80	80	100

**SECONDI PIATTI FREDDI**

	<b>Infanzia</b> grammi	<b>Primaria</b> grammi	<b>Adulti</b> grammi
PROSCIUTTO COTTO	50	60	90
PROSCIUTTO CRUDO	40	50	70
BRESAOLA	40	50	60
Olio	2	2	2
Limone	20	20	20
MANZO AFFUMICATO	40	50	60
Olio	2	2	2
Limone	20	20	20
ARROSTO DI TACCHINO FREDDO	50	60	90
Olio	2	2	3
Limone	20	20	20
*FORMAGGI :			
Primo sale, tomini freschi	60	60	100
Ricotta	70	80	120
Fior di certosa	62.5	62.5	125
Formaggio tipo Annabella/ robiola	60	60	100
Formaggio tipo linea	60	60	100
Mozzarella	60	60	90
Formaggio tipo stracchino	60	60	100
Tomino rivaltese	65	65	65
Parmigiano reggiano	40	40	60

\*in base alle pezzature presenti in commercio

## CONTORNI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

### CAVOLFIORI ALL'OLIO/ GRATINATI

Cavolfiori	120	140	150
Parmigiano reggiano se gratinati	q.b.	q.b.	q.b.
Pane pesto se gratinati	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	6	8	10
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### COSTINE/SPINACI ALL'OLIO/FORNO anche con PARMIGIANO REGGIANO

Costine/spinaci	120	180	220
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano se in menù	10	10	10

### FAGIOLINI ALL'OLIO/ FORNO/anche aromatizzato – INSALATA DI FAGIOLINI

Fagiolini	90	100	120
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### FINOCCHI AL GRATIN /ALL'OLIO

Finocchi	100	110	130
Parmigiano reggiano se in menù	q.b.	q.b.	q.b.
Pane pesto se in menù	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	6	8	10
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

### INSALATA ARCOBALENO

Insalata verde	20	25	30
Insalata rossa	20	30	40
Carote	20	25	30
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Sale/ aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

### INSALATA DI CAROTE

Carote	60	70	90
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Limone a parte	20	20	20
Sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

### INSALATA DI CAVOLO VERZA

Insalata di verza	40	50	60
Olio extra vergine d'oliva	5	7	10
Sale/ aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

### MACEDONIA DI VERDURE

Piselli/fagiolini	40	45	50
Patate	60	65	70
Carote	50	55	60
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.

# CONTORNI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

## CAROTE ALL'OLIO/AL FORNO/BRASATE/AL TIMO/PREZZEMOLATE

Carote	100	120	140
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	3	5	7
Timo/prezzemolo se in menù			
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## CAROTE E FAGIOLINI AL FORNO

Carote	50	60	70
Fagiolini	45	50	60
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA DI FAGIOLINI E POMODORI-

Fagiolini	40	50	60
Pomodori freschi	40	50	60
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA DI FINOCCHI

Finocchi	60	70	90
Olio extra vergine d'oliva	5	7	10
Aceto, sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA DI FINOCCHI E CAROTE

Finocchi	30	35	45
Carote	30	35	45
Olio extra vergine d'oliva	5	7	10
Aceto, sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA DI PATATE E FAGIOLINI

Patate	50	60	70
Fagiolini	40	50	60
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	5	5	7
Aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA DI POMODORI E ORIGANO

Pomodori	100	120	150
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Aceto, sale, origano a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA MISTA ESTIVA

Insalata verde e/o rossa	20	20	20
Carote	20	20	20
Pomodori	20	20	20
Olio extra vergine d'oliva	5	7	10
Aromi, aceto e/o limone, sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA MISTA: VERDE E CAROTE

Carote	20	30	30
Insalata verde	40	50	50
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Limone a parte	20	20	20
Sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA MISTA: VERDE E ROSSA

Insalata rossa	20	25	30
Insalata verde	20	25	30
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Sale/ aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

# CONTORNI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

## INSALATA MULTICOLORE

Insalata verde	20	25	30
Carote	20	25	30
Ravanelli	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Sale/ aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA PRIMAVERA

Carote	10	15	20
Insalata verde	10	15	15
Pomodori	20	20	20
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Sale/ aceto a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA VERDE

Insalata verde	35	40	50
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Aceto , sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## INSALATA VERDE E POMODORI

Insalata verde/pomodori	20/50	25/60	30/90
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Aceto , sale a parte	q.b.	q.b.	q.b.

## PATATE AL FORNO

Patate	120	160	180
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PATATE ALL'OLIO/AL ROSMARINO/ PREZZEMOLATE

Patate	130	150	180
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Prezzemolo/rosmarino se in menù	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi: rosmarino, aglio, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PATATE E ZUCCHINE AL FORNO / OLIO

Patate	50	60	70
Zucchine	50	60	70
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Carote, sedano, cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PATATE IN UMIDO

Patate	140	160	190
Pomodori pelati	20	30	30
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PEPERONI ARROSTO

Peperoni	120	140	170
Olio extra vergine d'oliva	5	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PISELLI ALL'OLIO / IN UMIDO/AL POMODORO / BRASATI

Piselli	80	90	120
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati se previsti in menù	20	20	20
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.

# CONTORNI

Infanzia  
grammi

Primaria  
grammi

Adulti  
grammi

## PISELLI E CAROTE BRASATE

Piselli	45	50	65
Carote	45	55	65
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## PISELLI PRIMAVERA

Piselli	80	90	120
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Prosciutto cotto	10	20	20
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.

## PUREA DI PATATE

Patate	120	130	150
Latte parzialmente scremato	3 lt x1 00 porz	3 lt x1 00 porz	3 lt x1 00 porz
Burro	5	5	5
Parmigiano reggiano	3	5	5
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## RATATUILLE / CAPONATA

Peperoni colorati	15	20	25
Patate	50	60	70
Carote	30	40	40
Zucchine	30	40	50
Melanzane	30	40	50
Pomodori pelati	10	15	15
Olio extra vergine d'oliva	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.
Carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.

## SPINACI BRASATI / ALL'OLIO

Spinaci	120	180	240
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## SPINACI FILANTI

Spinaci	120	180	240
Parmigiano reggiano	4	5	7
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	3	5	7
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## ZUCCHINE ALL'OLIO O TRIFOLATE/MAGGIORANA/PROFUMATE/FORNO/GRIGLIATE

Zucchine	100	130	160
Maggiorana se in menù			
Olio extra vergine d'oliva (anche aromatizzato)	5	7	10
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

## ZUCCHINE GRATINATE

Zucchine	100	130	150
Pane pesto	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	5	5	10
Aromi, sale	q.b.	q.b.	q.b.

PANE COMUNE O INTEGRALE O ALL'OLIO	40	50	60
GRISSINI	15	30	30
FETTE BISCOTTATE	N.2	N.2	N.2
FRUTTA FRESCA	150	150	150
DOLCE: torta margherita, torta paradiso, etc.	50	60	60
Ananas sciroppato			100
Plum cake / muffin	33	33	33
Crostatina	42	42	42
Croissant con marmellata di albicocca-ciliegia o cacao	50	50	50
Croissant	40	40	40
Wafer al cacao o alla nocciola	40	40	40
Tortino alla carote	50	50	50
Marmellata alla frutta	20	20	20
Barretta di cioccolato o al latte o fondente	30	30	30

YOGURT ALLA FRUTTA / GALBI'	n. 1 vasetto da 125 gr.
BUDINO	n. 1 vasetto da 125 gr.
SUCCO DI FRUTTA	Brik ml. 200
MOUSSE DI FRUTTA	n. 1 vasetto 100gr.

<b>CESTINO PER GITE SCOLASTICHE</b>			
Pane n° 3 panini	40 ciascuno	50 ciascuno	60 ciascuno
Certosa/parmigiano reggiano	20/20	20/20	20/20
Marmellata confezione monodose	25	25	25
Banana	120	150	150
Succo di frutta	1tetrabrik	1tetrabrik	1tetrabrik
Acqua minerale naturale 500 ml	1	1	1
Stoviglie a perdere posate, tovaglioli, bicchieri	1	1	1

#### **DIETE IN BIANCO**

Pasta o riso in bianco	50	60	80
Prosciutto cotto	60	90	90
Prosciutto crudo (solo per scuole primarie e secondarie di I grado)	50	70	70
Formaggio se mozzarella	60 60	60 90	100 120
Carne bianca (pollo o tacchino)	70	100	110
Verdura lessa	100	100	150

- **L'olio indicato è sempre extravergine d'oliva, che potrà essere anche aromatizzato con aromi vari: aglio, rosmarino, salvia etc**