

**ALLEGATO B**

**COMUNE DI FAENZA**

**INGREDIENTI E  
GRAMMATURE**

## PRIMI PIATTI ASCIUTTI

### PASTA IN BIANCO: olio e parmigiano

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Olio extravergine di oliva	5	8	10	12/14
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### PASTA AGLIO E OLIO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Aglione	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	5	8	10	12/14
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### PASTA CAPPERI E LIMONE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Succo di limone spremuto fresco	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Capperi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglione	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	5	6/7	7/8	12/14
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### PASTA O GNOCCHI AL POMODORO/ POMODORO E BASILICO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Chicche di semola/patata o gnocchi di patata	100/130	150/180	180/220	260
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	80/100
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro/pomodorini	40	50	60	70
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### **PASTA CON POMODORO E OLIVE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Aglione / origano / basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olive (verdi e/o nere)	4	6	8	10
Pomodoro a grappolo o pomodorini	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### **PASTA ALL'ORTOLANA O RAGU' VEGETALE INVERNALE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro (a scelta)	50	65	80	90
Funghi freschi	5	10	10	15
Altra verdura fresca di stagione	15	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pur preferendo il <b>prodotto fresco di stagione</b> , per aumentare la varietà e la gradibilità del piatto è possibile integrare con verdura surgelata di qualità.				

### **PASTA ALL'ORTOLANA O RAGU' VEGETALE ESTIVA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Pomodoro a grappolo o pomodorini (a scelta)	50	65	80	90
Peperoni spellati	5	5	5	5
Melanzane	15	10	10	15
Zucchine	10	10	10	20
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PASTA ALLA PIZZAIOLA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Cipolla e/o aglio	5	6	7	8
Polpa di pomodoro	50	65	80	90
Parmigiano reggiano	5/6	6/7.	7/8	8/10
Filetti di acciughe (a scelta)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Capperi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olive (verdi e/o nere)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** fare la salsa con pomodori freschi e maturi

### **PASTA RICOTTA E SPINACI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Spinaci	15	20	25	30
Ricotta vaccina	20	25	30	35
Latte	3	4	5	6
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PASTA CON SALSA DI PINOLI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Pinoli tritati finemente	4	5	6	7
Ricotta vaccina	20	25	30	35
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PASTA ALLE ERBE AROMATICHE/ E FRUTTA SECCA OLEOSA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Erba cipollina	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Maggiorana	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Timo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Rucola	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodoro (a scelta)	35	40	45	50
Pinoli tritati finemente	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	6	7	8	9
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/9
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PASTA AL PESTO FRESCO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Pinoli tritati finemente	3	3	5	6
Basilico	4	5	6	7
Aglio (a scelta)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Acqua	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	6	7	8	9
Parmigiano Reggiano	6/7	7/8	8/9	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PASTA ROSE'**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
farina	4	5	7	9/10
Parmigiano(nella besciamella)	4	5	7	8
burro	4	5	6	7
Latte parz. scremato	30	50	60	80
Pomodori pelati	10	10	15/20	20/25
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Eventualmente si può fare una versione con prosciutto cotto tritato</b>				
Prosciutto cotto	5	7	8	10

### **PASTA FREDDA CON VERDURE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Verdure miste di stagione: es. carote, zucchine, melanzane, pomodorini, peperoni ecc..	25	30	35	40
Olive (verdi e/o nere)	4	6	8	10
Erbe aromatiche: es. Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano a scaglie	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **POLENTA (Da abbinare allo spezzatino o al ragu' di carne)**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Farina di mais	30/35	50/60	70	80
Acqua	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	6	7	8	9
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI A BASE DI RISO

### RISO IN BIANCO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Olio extravergine di oliva o burro	5/6	6/7	8/10	10/12
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	8/9	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante:</b> alla parmigiana				

### RISOTTO AL POMODORO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Polpa di pomodoro	30	35	40	45
Carota, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### RISOTTO/PASTA POMODORO E LEGUMI

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Riso/Pasta	40/50	50/60	70/80	90/100
Odori: carote, sedano, cipolla	q.b.	q.b.	Q.b.	q.b.
Polpa di pomodoro/pomodori	30	35	40	45
Tipologie di legumi:	10	12	14	16
piselli surgelati o lenticchie secche	5	10	15	20
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante:</b> pasta all'uovo	35/45	45/55	60/70	70/80

### RISOTTO ALLO ZAFFERANO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Cipolla	5	7	9	11
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **RISOTTO CON ZUCCA GIALLA/ZUCCHINE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Zucca gialla/Zucchine	25	30	35	40
Cipolla	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **RISOTTO ALLE VERDURE (IN BIANCO)**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Verdura di stagione: es. funghi champignon o porri o asparagi o carciofi ....	25	30	35	40
Cipolla	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **RISOTTO ALLE VERDURE (CON POMODORO)**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Polpa di pomodoro	50	65	80	90
Cipolla	2	3	4	5
Verdure di stagione: es. spinaci, zucchine	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### **INSALATA DI RISO CON VERDURE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Verdure miste di stagione: es. carote, zucchine, melanzane, pomodorino pachino, peperoni ecc.	25	30	35	40
Olive (verdi e/o nere)	4	6	8	10
Erbe aromatiche: es. Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano a scaglie	5/6	6/7	7/8	8/9
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI IN BRODO

### CEREALI VARI

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pastina di semola o all'uovo per brodi vegetali o di carne	20/25	25/30	35/40	40/50
Pastina di semola o all'uovo per passati vari (verdure e/o legumi)	15/20	20/25	25/30	35/40
Crostini di pane fresco tostato al forno	25/30	30/35	35/40	40/45
<b>CEREALI IN CHICCHI:</b>				
Riso, farro perlato, orzo perlato	15/20	20/25	25/30	35/40
Cous-cous e miglio	10/15	15/20	20/25	25/30

### BRODO VEGETALE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Sedano	10	15	20	25
pomodoro	15	20	25	30
Cipolla	2	3	4	5
Altre verdure (carote, fagiolini o zucchine)	60/70	70/80	70/80	80/90
Brodo vegetale	180	200	220	240
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### BRODO DI CARNE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Sedano ,carote,cipolla	8/10	10/12	12/15	15/18
Brodo	180	200	220	240
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
carne manzo (tipo scamone) e/o carne di pollo da usare come secondi	60/70	70/80	80/90	90/100
pomodoro	20	20	25	30
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### MINISTRONE / PASSATO DI VERDURA

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Verdure di stagione suddivise in:	<b>g totale 80</b>	<b>g totale 100</b>	<b>g totale 120</b>	<b>g totale 140</b>
Spinaci e/o bietola	5	7	9	11
Zucchine	10	12	14	16
Patate	20	24	28	32
Carote	10	12	14	16
Sedano	10	12	14	16
Cipolla	5	7	9	11
Zucca gialla	5	7	9	11
fagiolini	5	7	9	11
pomodoro	5	7	9	11
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**PASSATELLI IN BRODO VEGETALE/ DI CARNE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di 1° g
<b>Impasto:</b>				
Parmigiano Reggiano	25	30	35	40
Pangrattato	20	25	30/35	35/40
Uova	30/40	40/45	50	55/60
Farina	5	7	8	9/10
<b>Brodo vegetale: vedi ricetta</b>				
	<b>g totale 180</b>	<b>g totale 200</b>	<b>g totale 220</b>	<b>g totale 240/250</b>
<b>Brodo di carne: vedi ricetta</b>				

**STRACCIATELLA/CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di 1° g
<b>Impasto:</b>				
Parmigiano Reggiano	6	8	10	12
Pangrattato	6	8	10	12
Uova	20	22	25	27
<b>Brodo vegetale</b>				
	180	200	220	240
<b>Capelletti</b>	60/70	80/90	90/100	110/120

**CREMA / VELLUTATA DI PATATE E ALTRA VERDURA DI STAGIONE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di 1° g
Patate	30	35	40	45
Verdura di stagione:lattuga, carote o zucca o sedano o piselli o asparagi o carciofi, etc.	70/80	80/90	100	120
Cipolla o porro	3	4	5	6
Latte o brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>N.B.</b> Per la crema di patate aumentare la dose della patata e aumentare il parmigiano di gr. 3 in ogni tabella				

**PASSATO / ZUPPA DI LEGUMI MISTI**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di 1° g
Sedano	11	13	15	17
Carote	16	18	20	22
Cipolla	2	3	4	5
Pomodoro o pelati	10	12	15	20
Legumi secchi: lenticchie (rosse e verdi), ceci, fagioli (cannellini e borlotti) e azuki rosse	g totale 20/25	g totale 25/30	g totale 30/35	g totale 35/40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/9
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**PASSATO DI FAGIOLI O DI CECI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Sedano	11	13	15	17
Carote e cipolla	16	18	20	22
Aglio e prezzemolo o rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
pomodoro	10	12	15	20
Legumi secchi: ceci oppure fagioli	20/25	25/30	30/35	35/40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	8/9
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## PIATTI UNICI

### LASAGNE AL FORNO CON RAGU' DI CARNE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
<b>Besciamella:</b>				
Latte	80	90	100	110
Farina	10	12	14	16
burro	5	7	8	10
<b>Ragù:</b>				
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	30	40	50	60
Carne di vitellone	20/25	25/30	30/35	35/40
Fogli di pasta all'uovo secca	40/50	50/60	60	60/70
Parmigiano Reggiano	8	10	12	15
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7

### CAPPELLETTI AL RAGU' DI CARNE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Cappelletti	100	120	140	160
<b>Ragù:</b>				
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	30	40	50	60
Carne bovina/di coniglio	20/25	25/30	30/35	35/40
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### PASTA ALL'UOVO CON RAGU' DI CARNE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta all'uovo:				
es. tagliatelle	35/45	45/55	55/65	65/75
fresche	40/50	50/60	70/80	80/100
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	15	20	25	30
Bovino/Coniglio disossato e macinato	35	40	45	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**PASTA ALL'UOVO CON SUGO DI FAGIOLI** (Alternativa a pasta pasticciata con legumi

INGREDIENTI		NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta all'uovo: es. tagliatelle	secche	35/45	45/55	55/65	65/75
	fresche	40/50	50/60	70/80	80/100
Aglio e prezzemolo		2	3	4	5
Polpa di pomodoro		25	30	35	40
Fagioli borlotti secchi		10	15	20	25
Olio extravergine di oliva		4	5	6	7
Parmigiano Reggiano		5/6	6/7	7/8	9/109
Sale iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** fare la salsa con pomodori freschi e maturi

**PASTA RIPIENA CON RAGU' VEGETALE/ BURRO E SALVIA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta all'uovo ripiena con ricotta e spinaci: es. ravioli o cappelletti	100	120	140	160
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	50	65	80	90
Verdura fresca di stagione: zucchine, e/o piselli e/o asparagi e/o carciofi, etc	g totale 15	g totale 20	g totale 25	g totale 30
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5/6	6/7	7/8	9/10
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante:</b> salvia (q.b.) e burro	7	8/10	10	10/12

**PASTA PASTICCIATA CON FORMAGGI MISTI**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola: es. maccheroncini	40/50	50/60	70/80	80/100
Besciamella liquida	35	40	40/50	50/50
Edamer o emmenthal	12	15	16	20
Parmigiano Reggiano	5/6	5	5/6	8/9
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**PASTA PASTICCIATA CON RAGU' DI CARNE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola: es. maccheroncini	40/50	50/60	70/80	80/100
Latte	80	90	100	110
Farina	10	12	14	16
burro	5	7	8	
Sedano	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	30	40	50	60
Vitellone	20/25	25/30	30/35	35/40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	8	10	12	15
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PASTA PASTICCIATA CON LEGUMI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pasta di semola: es. maccheroncini	40/50	50/60	70/80	80/100
Latte	80	90	100	110
Farina	10	12	14	16
burro	5	7	8	10
Sedano	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	25	30	35	40
Tipologie di legumi: lenticchie secche, o fave, o piselli	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	8	10	12	15
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### **INSALATA DI RISO CON VERDURE MISTE, LEGUMI E FORMAGGI** (Alternativa al menù estivo lunedì 1 settimana)

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Riso	40/50	50/60	70/80	80/100
Tipologie di legumi: ceci secchi e/o piselli	g totale 8	g totale 10	g totale 12	g totale 14
Tipologie di formaggio a media stagionatura: Edam e/o Asiago e/o Fontina e/o Montasio	35	40	45	50
Tipologie di verdure: carote, pomodori, zucchine etc.	g totale 10	g totale 15	g totale 20	g totale 25
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## PRIMI PIATTI A BASE DI PESCE

### NOTA RELATIVA ALLA GIORNATA DEL PESCE:

qualora venga proposto un primo ed un secondo piatto a base di pesce, la grammatura totale del pesce deve comunque essere la seguente:

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
<b>PESCE TOTALE</b>	<b>60/70</b>	<b>80/90</b>	<b>90/100</b>	<b>100/150</b>

### **PASTA AL TONNO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola	/	50/60	70/80	90/100
Polpa di pomodoro (a scelta)	/	50	60	70
Tonno sgocciolato	/	15	20	25
Capperi (a piacere)	/	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla o aglio	/	3	4	5
Olio extravergine di oliva	/	5	6	7
Sale iodato	/	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### **PASTA AL PROFUMO DI TONNO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola	/	50/60	70/80	90/100
Tonno sgocciolato	/	10	15	20
Olio aromatiz. con rosmarino	/	5	6	7

### **PASTA ALLA PESCATORA/CON SUGO DI PESCE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola o riso	40/50	50/60	70/80	90/100
Polpa di pomodoro o passata	30	30	40	50
Gamberetti sgusciati	15	15	20	20
Filetto di halibut o altro pesce	15	15	20	25
Seppia o calamari	10	15	20	20
Aglio e prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Tonno		5	8	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### **PASTA CON FILETTO DI SOGLIOLA E ZUCCHINE O PATATE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola	40/50	50/60	70/80	90/100
Polpa di pomodoro	40	50	60	70
Filetto di sogliola	30	40	50	60
Zucchine o patate	5/10	10/15	15/20	20/25
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## PIATTI UNICI A BASE DI PESCE

### LASAGNE AL FORNO CON RAGU' DI PESCE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
<b>Besciamella:</b>				
Latte	80	90	100	110
Farina	10	12	14	16
burro	5	7	8	10
<b>Ragù:</b>				
Sedano	5	6	7	8
Carote	5	6	7	8
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	30	40	50	60
Pesce misto: filetto di halibut, palombo, gamberi e seppia	g totale 20/25	g totale 25/30	g totale 30/35	g totale 35/40
Fogli di pasta all'uovo secca	40/50	50/60	60	60/70
Parmigiano Reggiano	5	7	8	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### PASTA PASTICCIATA CON RAGU' DI PESCE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pasta di semola: es. maccheroncini	40/50	50/60	70/80	80/100
Latte	80	90	100	110
Farina	10	12	14	16
burro	5	7	8	10
Sedano	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	25	30	35	40
Pesce misto: filetto di halibut, palombo, gamberi e seppia	g totale 20	g totale 25/30	g totale 30/35	g totale 35/40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> fare la salsa con pomodori freschi e maturi				

### RISOTTO O PASTA CON RAGU' DI PESCE MISTO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Riso o Pasta di semola	50/60	60/70	70/80	90/100
Pesce misto	g totale 40	g totale 50	g totale 60	g totale 70
Prezzemolo e aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Brodo vegetale per risotto	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Passata o polpa pom.(a piacere)				

## SECONDI PIATTI A BASE DI CARNE

### SPEZZATINO ALLA CACCIATORA

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologia di carne: suino coniglio disossato o vitellone	50/60	60/70	70/80	80/90
Polpa di pomodoro (a scelta)	20/30	25/30	30/35	35/40
Sedano	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Aglio / Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** utilizzare pomodori freschi e maturi

### BOCCONCINI ALLE ZUCCHINE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologia di carne macinata: carne magra vitellone	25/30	30	30/35	70/95
ricotta	15/20	20	30	40
Polpa di pomodoro	20	25	30	35
Sedano	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
zucchine	20	25	25	30
Uovo	8/10	10	15	18/20
Parmigiano Reggiano	5	6	5	8
Pangrattato	6/7	7	8	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### STRACCETTI DI CARNE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologia di carne: vitellone o fesa di tacchino o petto di pollo	40/50	50/60	70/80	80/90
Polpa di pomodoro (a scelta)	20	25	30	35
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	/	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** utilizzare pomodori freschi e maturi o pomodorini pachino

### POLPETTONE DI TACCHINO E VERDURE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Fesa di tacchino	40/50	50/60	60/70	70/80
Bietole e/o carote	15	20	25	30
Uovo	5	6	7	8
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **BOCCONCINI ALLE ERBE AROMATICHE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: fesa di tacchino o petto di pollo	50/60	60/70	70/80	90/100
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	/	q.b.	q.b.	q.b.

### **BOCCONCINI AL POMODORO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: fesa di tacchino o petto di pollo	45/60	60/70	70/80	90/100
Polpa di pomodoro	20	25/30	30/35	35/40
Sedano	3	4	5	6
Carote fresche	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** utilizzare pomodori freschi e maturi

### **INVOLTINI DI CARNE RIPIENI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: tacchino o maiale	45/60	50/60	70/80	80/90
Polpa di pomodoro ( a piacere)	20	25/30	30/35	35/40
mortadella			8/10	10/12
Farina di grano o mais	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prosciutto cotto	6	8		
edamer	5	8	8/10	10
parmigiano	4	5	8	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato e salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** utilizzare pomodori freschi e maturi

### **HAMBURGER / POLPETTE AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: fesa di tacchino o petto di pollo o vitellone	60/70	70/80	80/90	90/100
Patate o mollica bagnata	15/10	20/15	30/20	35/25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **FUSELLI DI POLLO AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Fusello di pollo disossato	60/70	70/80	80/90	90/100
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio e olio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **FETTINA DI CARNE AL FORNO o ALLA PIASTRA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: fesa di tacchino o petto di pollo	60/70	70/80	80/90	90/100
Rosmarino o salvia o timo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **SCALOPPINA AL LIMONE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: carne suino, fesa di tacchino o petto di pollo	50/60	60/70	70/80	80/90
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.4
Succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **SCALOPPINA ALLA SALVIA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: lombo di suino,tacchino,pollo	50/60	60/70	70/80	80/90
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato, salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **COTOLETTA DI CARNE AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologia di carne: lombo di suino o tacchino o pollo	40/50	50/60	60/70	70/80
Pangrattato o farina di mais	18	20	22	24
Uovo	7	8	9	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **SPIEDINI/BOCCONCINI DI CARNE AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Lombo suino, petto di pollo			40/50	50/60
Salsiccia			30/40	40/50
Verdura, rosmarino, salvia...			q.b.	q.b.
Sale iodato			q.b.	q.b.

### **ARISTA AL LATTE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Lombo intero disossato/fettine di suino	50/60	60/70	70/80	80/90
Latte	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio / rosmarino / salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **ARISTA AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Lombo intero disossato	50/60	60/70	70/80	80/90
Verdure per salsa: zucchine, sedano e carote (passate)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	1	2	3	4
Aglio / rosmarino / salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **FETTINA ALLA PIZZAIOLA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologie di carne: fesa di tacchino o petto di pollo o vitellone o lombo di suino	40/50	50/60	60/70	70/80
Polpa di pomodoro	20	25	30	35
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Capperi sotto sale (a piacere)	3	4	5	6
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** utilizzare pomodori freschi e maturi

### **MEDAGLIONI CARNE E RICOTTA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Carne di vitellone	30	35	40	50
ricotta	20	20	25/30	30/40
Uovo	15	15	18	20
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Pangrattato	10	10	12	12.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **AFFETTATO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Prosciutto crudo magro o prosciutto cotto o bresaola o affettati misti (cotto e crudo)	g totale 30/35	g totale 35/40	g totale 40/50	g totale 50/60
<b>SE CON MELONE</b>	100/150	150	150/200	200

### **BOLLITO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Carne di manzo (sottofesa) e/o carne pollo	g totale 80	g totale 80/90	g totale 90/100	g totale 100/120
maionese			15/20	20/25
Sott'oli o sott'aceti			25	30
Maionese veg. o salsa verde: <b>vedi ricetta</b>	15/20	20		

### **\*SALSICCIA FRESCA DI SUINO/POLLO AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Salsiccia fresca			80/90	90/100

**N.B.: \* questa preparazione può sostituire una pietanza a base di carne 1 volta al mese, possibilmente con rotazione nelle varie giornate della settimana.**

## SECONDI PIATTI A BASE DI PESCE

### **PESCE AL FORNO/GRATINATO (servito anche come BOCCONCINI DI PESCE MISTO)**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di pesce: Coda di rospo o filetto di halibut o filetto di platessa o merluzzo	60/70	70/80	90/100	100/130
Pangrattato/fiocchi di cereali/mais	10	11	12	13
Aglio / Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** è possibile aggiungere pomodori freschi a grappolo o pachino

### **CROCCHETTE DI PESCE AL FORNO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di pesce: filetto di persico, o filetto di merluzzo, o palombo o nasello	30/40	40/50	50/60	60/70
Patate	30	30/40	40/50	50/60
Uovo	7	8	10	15
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PESCE ALLA MARINARA (servito anche come BOCCONCINI DI PESCE MISTO)**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di pesce: Palombo in tranci o coda di rospo o filetto di halibut o filetto di platessa o merluzzo o nasello	60/70	70/80	90/100	100/130
Polpa di pomodoro	35/40	40	50	60
Aceto o vino		q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Aglio / cipolla, prezz / Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato o farina di mais A piacere	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**Variante estiva:** utilizzare pomodoro pachino

### **PESCE alla SICILIANA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di pesce: Palombo in tranci o coda di rospo o filetto di halibut o filetto di platessa	60/70	70/80	90/100	100/130
Polpa di pomodoro	35/40	40	50	60
Olive nere e capperi sotto sale	4	5	6	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Aglio / basilico / Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PESCE CON VERDURE/PATATE FILANGER**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Tipologie di pesce: Palombo in tranci o coda di rospo o filetto di halibut o filetto di platessa	60/70	70/80	90/100	100/130
Verdure di stagione/patate	40	50	60/70	70
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Aglio / Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **ZUPPA DI PESCE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Filetto di halibut	40	50	60	70
Patate	16	18	20	22
Carote	16	18	20	22
Piselli surgelati	10	12	14	16
Sedano	10	12	14	16
Cipolla	10	12	14	16
Porro	10	12	14	16
Pane tostato	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **INSALATA DI PESCE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Seppie, calamari, gamberi)	25+25+30	30+30+40	40+40+50	50+50+60
Verdure: carote, cetrioli, pomodori, etc. (oppure patate)	g totale 20 (40)	g totale 30(50)	g totale 40(60)	g totale 50(80)
Olio extravergine di oliva e prezz.	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **SEPPIA / SEPPIOLINE CON POMODORO E PISELLI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Seppie / sepioline	50/60	60/70	80/100	100/150
Polpa di pomodoro	15	20	25	30
Piselli surgelati	35	40	60	80
Carote	5	7	9	11
Sedano	5	7	9	11
Cipolla	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante estiva:</b> utilizzare pomodori freschi e maturi				

**SEPPIA / SEPPIOLINE AL VAPORE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Seppie / seppioline	60/70	70/80	90/100	100/130
Succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**CALAMARI E GAMBERETTI AL FORNO (serviti anche come SPIEDINI)**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Calamari/seppie	35	45	55	70
Gamberetti/gamberi sgusciati	30	50	60	70
Pangrattato	10	11	12	13
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**COTOLETTA DI PESCE AL FORNO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di pesce: Filetto di halibut o filetto di platessa	60	70	80/90	100/120
Pangrattato	10/12	12/15	15/18	16/18
Uovo	7	10	12	8
Olio extravergine di oliva	4	5/6	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Spicchio di limone	1/2	1/2	1	1

**PESCE LESSATO/AL VAPORE CON SALSA VERDE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di pesce: Filetto di halibut o filetto di platessa.	80/90	90/100	100/120	100/150
Succo di limone emulsionato con prezzemolo, maggiorana, erba cipollina e olio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	5/6	8/10	10/12	15
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**TONNO AL NATURALE/SOTT'OLIO SGOCCIOLATO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tonno al naturale		50/60	70/80	80/100
Tonno sott'olio sgocciolato		50/60	70/80	80/100

## SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA

	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Uovo	50	55	60	65
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### FRITTATA CON LATTE AL FORNO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Uovo	30	40	40/50	60
Latte	10/15	15	20	20
Parmigiano Reggiano	6/7	7/8	8	10
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### FRITTATA CON VERDURE AL FORNO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Uovo	30	40	50	60
Latte	10	15	20	25
Verdura di stagione: zucchine, spinaci, biete, fagiolini o pomodori.	10	15	20	25
Parmigiano Reggiano	5	6	7/8	8
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### ROTOLO DI FRITTATA AL FORNO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Uovo	30	40	50	60
Latte	15	20	25	30
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Verdura di stagione (a scelta): zucchine, spinaci o biete	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Farcitura:</b>				
Fontina a fette sottili	8	10	15	15

### FRITTATA DI PATATE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Uovo	30	40	50	60
Latte	10	15	20	25
Patate	10	15	20	25
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**FRITTATA DEL BUONGUSTAIO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Uovo	25/30	30/40	40/50	50/60
besciamella	15	20	25	25
ricotta	5	8	10	12
Prosciutto cotto	8	10	12	15
Parmigiano Reggiano	5	7	8	10
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**N. B.**

**La frittata può essere presentata anche in piccoli stampi monodose.**

## SECONDI PIATTI A BASE DI FORMAGGIO

### FORMAGGI

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Ricotta vaccina	60	70	80/90	90/100
<b>OPPURE</b>				
Mozzarella (fior di latte)	50	60	80/90	90/100
<b>OPPURE</b>				
FRESCHI (es. squacquerone, o casatella, o stracchino....)	50/60	60	80/90	90/100
<b>OPPURE</b>				
MEDIA STAGIONATURA (es. caciotta, fontina, montasio...)	30/40	50	60	80
<b>OPPURE</b>				
STAGIONATI (es. Parmigiano Reggiano)	15/20	30	40	50
<b>OPPURE</b>				
<b>FORMAGGI MISTI:</b>				
Formaggio fresco	30	35	50	60
Parmigiano Reggiano	+ 15	+ 20	+ 20	+ 30

### CAPRESE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Mozzarella (fior di latte) ovolatti	50	60	90	90/100
Pomodori freschi rossi	60	80	100	120
Basilico o origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### INSALATA MISTA CON MOZZARELLA E OLIVE/FORMAGGIO FRESCO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Mozzarella (fior di latte) a cubetti	30/40	40/50	70/80	80
Pomodori freschi	30	40	50	60
Carote	30	40	50	60
Insalata	20	30	40	50
Olive (verdi e/o nere)	4	6	8	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### CROSTONI POMODORO E MOZZARELLA

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pane a fette	40	50	60	70
Pomodori freschi a fette	30	35	40	45
Mozzarella o parmigiano	25(10)	30(15)	35(18)	40(20)
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **PIZZA MARGHERITA / CRESCIONE MOZZARELLA E POMODORO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
<b>Impasto:</b>				
Farina	45	55	60	65
Lievito di birra	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	1	2	3	4
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Oppure <b>Base pizza surgelata</b>		70/90	100/130	150/180
<b>Salsa di pomodoro:</b>				
Polpa di pomodoro	25	30	35	40
Filetti di acciuga (a scelta)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Capperi (a scelta)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Mozzarella	30/40	40	50	50/60
Verdure (es. carciofi, melanzane, funghi, etc..)	10	15	20	25

## **PIADINA RIPIENA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Piadina molto sottile	50/60	60/70	80/100	120
Prosciutto cotto	10/12	15	15/20	20/25
Formaggio tipo fontina	10	15	15/20	20/25

## **CROCCHETTE DI RICOTTA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Ricotta vaccina	40	50	50/60	70/80
Uovo	10	10	10	15
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8/10
Pangrattato e sale iodato	8	10	10.	15
Prosciutto cotto (a piacere)		5	8	10

## SECONDI PIATTI A BASE DI LEGUMI

### POLPETTONE / POLPETTINE DI CECI\*

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Ceci secchi	10	12	15/20	20
Patate	30	40	40/50	50
Parmigiano Reggiano	4	5	6	7
Pangrattato	5	7	8	10
uovo	15	20	20/25	25
Prezzemolo frullato con olio	4	5	6.	6.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

*\*Questa preparazione va abbinata con salsa "rossa" per le scuola primarie e secondarie (vedi ricetta)*

### POLPETTINE DI LEGUMI AL FORNO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Legumi secchi: lenticchie (rosse e verdi), ceci, fagioli (cannellini e borlotti), azuki rosse etc.	20	22	24	26
Patate	20	25	30	35
Ricotta vaccina	7	8	9	10
Uovo	15	20	25	30
Parmigiano Reggiano	4	5	6	7
Pangrattato	2	3	4	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### POLPETTINE DI LEGUMI IN UMIDO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Legumi secchi: lenticchie (rosse e verdi), ceci, fagioli (cannellini e borlotti), azuki rosse etc.	20	22	24	26
Patate	20	25	30	35
Ricotta vaccina	7	8	9	10
Uovo	15	20	25	30
Parmigiano Reggiano	4	5	6	7
Pangrattato	2	3	4	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Salsa di pomodoro :</b>				
Polpa di pomodoro	20	25	30	35
Piselli surgelati (a scelta)	5/10	10/15	15/20	20/25
Sedano	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **LEGUMI LESSATI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Legumi secchi: lenticchie (rosse e verdi), ceci, fagioli (cannellini e borlotti), azuki rosse etc.	g totale 15	g totale 20	g totale 25	g totale 35
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano, carote e cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante:</b> Piselli surgelati	30	40/50	60/70	70/80

## **INSALATA MISTA CON LEGUMI/ MAIS**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Legumi secchi: lenticchie (rosse e verdi), ceci, fagioli (cannellini e borlotti), azuki rossi etc.	g totale 10	g totale 15	g totale 20	g totale 30
Carote	40	50	80	120
Insalata	10	20	30	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Variante:</b> Mais	15	20	30	50

## SECONDI PIATTI VARI A "MEDIO CONTENUTO PROTEICO"

### **FAGOTTINI / CRESCIONI AI FORMAGGI**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
<b>Impasto:</b>				
Farina	20	30	40	50
Lievito di birra	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6
Acqua e sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Ripieno:</b>				
tipologie di formaggio: Emmenthal e caciotta oppure fontina	g totale 10	g totale 20	g totale 30	g totale 40
Uovo	5	6	7	8
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Erba cipollina	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **SFORMATO CON VERDURE AL FORNO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Bietole	40	45	50	55
Patate	15	20	25	30
Ricotta vaccina	15	20	25	30
Uovo	10	15	20	25
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **HAMBURGER / CROCCHETTE DI VERDURA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Patate	30	40	50	60
Spinaci o bietole	30	40	50	60
Ricotta vaccina	25	30	35	40
Uovo	5	6	7	8
Parmigiano Reggiano	8	10	12	14
Pangrattato e sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Panino al latte (a scelta)	30	40	50	60
Pomodoro a fette (a scelta)	20	25	30	35
Insalata (a scelta)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Farcire il panino al latte con l'hamburger di verdura, una fetta di pomodoro e/o una foglia di insalata</b>				
<b>Variante estiva:</b> utilizzare verdura fresca di stagione come melanzane e asparagi				

### **HAMBURGER / CROCCHETTE DI PATATE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Patate	50	60	70	80
Ricotta vaccina	25	30	35	40
Uovo	6	7	8	9
Parmigiano Reggiano	8	10	12	14
Pangrattato e sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **HAMBURGER / CROCCHETTE DI FORMAGGI**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Patate	40	50	60	70
Spinaci o bietole	30	40	50	60
Ricotta vaccina	10	15	20	25
Uovo	10	12	14	16
Montasio	5	10	15	20
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PANZEROTTI / TORTA SALATA o PIADINA RICOTTA E ERBE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
<b>Impasto:</b>				
Farina	18	20	22	24
Lievito di birra	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Ripieno:</b>				
Spinaci o bietole	30	40	50	60
Aglio e olio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Ricotta vaccina	10	12	14	16
Parmigiano Reggiano	2	3	4	5

### **TORTA SALATA / MUFFIN**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Farina	18	22	26	30
Zucchine tagliate a julienne	25	30	35	40
Uova	9	11	13	15
Montasio o Fontina	5	6	7	8
Erbe aromatiche: prezzemolo, erba cipollina, rucola, basilico, etc.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Lievito per torte salata	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>QUANTITA' PER UN IMPASTO</b>				
Farina	g 550			
Zucchine tagliate a julienne	g 800			
Uova	n. 8			
Montasio o Fontina	g 300			
Erbe aromatiche, lievito, sale iodato e olio extravergine di oliva	q.b.			

### **TORTINO DI MIGLIO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
miglio	25	30		
Verdure miste (carote, cavolfiore, fagiolini, ecc)	50	60		
Uovo	20	7		
Parmigiano Reggiano	5	7		
Pangrattato e sale iodato	5	5		
Olio e prezzemolo frullato	q.b.	q.b.		

## CONTORNI

### **VERDURA CRUDA MISTA DI STAGIONE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Verdure di stagione miste da servire crude (bis oppure tris)	g totale 50/70	g totale 60/80	g totale 80/100	g totale 100/120
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
aceto			q.b.	q.b.

### **INSALATA E FRUTTA OLEOSA (NOCI, PINOLI, MANDORLE, ecc..)**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Insalata	25/30	40	50	60
Frutta secca oleosa (noci, pinoli....)	10 Tritata finemente	15	20/25	25/30
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
aceto			q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **INSALATA E SEMI DI SESAMO TOSTATI**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Insalata	30	40	50	60
Semi di sesamo tostatati	6 Tritata finemente	8	9	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **INSALATA MISTA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Carote	50	60	70	70/80
Insalata	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aceto o succo limone fresco			q.b.	q.b.

### **CAROTE FILANGER**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Carote	40	50/60	60/70	70/80
Succo di limone o aceto	1	1,2	1,5	2
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **INSALATA PRIMAVERA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Carote	15	20	25	30
valeriana	15	20	25	35
Peperone giallo (finissimo)	5	6	7	10
Ravanello o rapa	7	8	10	15
aceto			q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **INSALATA TRICOLORE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pomodorini ciliegini	20	25	30	40
valeriana	20	25	25	30
mais	10	15	20	25
aceto			q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **VERZA CROCCANTE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Verza	70/80	70/80	80/90	90/100
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **PINZIMONIO INVERNALE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Carote	30	35	50	75
Finocchio	20	25	40	50
Sedano	20	25	30	40
Verdura di stagione (es. insalata belga)	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
aceto			q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## **PINZIMONIO ESTIVO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Pomodori	30	35	50	75
Carote	20	25	40	50
Cetrioli	20	25	40	50
Verdura di stagione (es. ravanelli, cipolla fresca, peperoni etc.)	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **VERDURA COTTA MISTA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Verdure di stagione miste da servire cotte (bis oppure tris)	g totale 80/90	g totale 100	g totale 100/130	g totale 130/150
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
La verdura cotta mista può essere proposta sia a cubetti sia a filetti, lessata o cotta al forno				

### **VERDURE DI STAGIONE GRATINATE AL FORNO**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di verdura: finocchi e/o pomodori e/o melanzane e/o zucchine e/o peperoni o zucca*	g totale 80/100	g totale 100/120	g totale 120/130	g totale 130/150
Pangrattato	5	6	7	8
Parmigiano (a scelta)	5	6	7	8
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Rosmarino*	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **VERDURE DI STAGIONE GRATINATE AL FORNO con BESCIAMELLA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tipologie di verdura: finocchi e/o o zucchine freschi e/o cavolfiore	g totale 80	g totale 90/100	g totale 100	g totale 120
Pangrattato	5	6	7	8
Parmigiano (a scelta)	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Besciamella:</b>				
brodo delle verdure	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Farina	2	3	4	5
Olio o burro	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
La verdura gratinata al forno può essere proposta sia a filetti con ripieno di pangrattato sia a cubetti spolverati con pangrattato e/o parmigiano e/o besciamella.				

### **PATATE LESSE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Patate	60/80	100/120	140/160	160/200
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo ( a piacere)				
aceto			q.b.	q.b.

### **PATATE AL FORNO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Patate	80/90	120/130	140/160	180/200
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PUREA DI PATATE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Patate	70	80/90	100/120	130
Latte	30	35	40	45
Parmigiano Reggiano	4	6	7	8
burro	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PUREA DI PATATE E CAROTE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Patate	50	70	90	110
Carote	20	25	30	35
Latte	20	25	30	35
Parmigiano Reggiano	4	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **PATATE E ALTRA VERDURA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Patate	50	50	70	80
Fagiolini o carote	50	70	70	70
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### **CAROTE AL LATTE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Carote	80	100	120/130	130/150
latte	30	40	50	60
parmigiano	4	5	6	7
burro	2	3	4	5
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

**CONTORNO TRICOLORE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>NIDO e SEZ. PRIMAVERA g</b>	<b>INFANZIA g</b>	<b>PRIMARIA g</b>	<b>SECONDARIA di I° g</b>
Patate	30	35	40	45
Carote	30	35	40	45
Piselli o zucchine	30	35	40	45
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
aceto			q.b.	q.b.

## GRAMMATURE VARIE

### SALSA VERDE DA ABBINARE AI SECONDI PIATTI

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Capperi	/	4	5	6
Prezzemolo	5	6	7	8
Olive (verdi e/o nere)	2	3	4	5
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### SALSA TONNATA

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Tonno sgocciolato	/	10	15	20
maionese			10	12
Maionese vegetale (vedi ricetta)		8		
Capperi e sott'oli misti		8	10	15

### SALSA ROSSA

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pomodori pelati o passata	/	/	30	30
Zucchero	/	/	0,4	0,6
Sale iodato	/	/	q.b.	q.b.
Aceto	/	/	1	1,5

### MAIONESE VEGETALE

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Carote	25	30	40	45
patate	25	30	40	45
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aceto o succo limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4/5	5	6	7
Brodo di cottura delle verdure	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### SALSA ALLO YOGHURT

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Yoghurt bianco al naturale	25/30	35	40	50
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale iodato	q.b.	/	q.b.	q.b.
Maionese			5	6
Tuorlo d'uovo	5	7		
Erba cipollina	q.b.	Q.b.	q.b.	q.b.

**PANE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Pane comune o di tipo toscano o panino al latte (solo se specificato in menù)	30	40	50	60

**PIADINA ROMAGNOLA ALL'OLIO D'OLIVA/FOCACCIA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Piadina romagnola	30	40	50	60

**FRUTTA FRESCA DI STAGIONE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Frutta fresca di stagione	100/150	150	150/200	200

**FRUTTA SECCA OLEOSA**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Frutta secca oleosa (noci, pinoli, mandorle, etc.)	10 Tritata finemente	15	20/25	25/30

**MACEDONIA CON FRUTTA FRESCA DI STAGIONE**

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Frutta fresca di stagione mista	100/150	150	150/200	200
Zucchero	/	5/10	10	10/15
Succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

## COLAZIONI/SPUNTINI/MERENDE

### FRULLATO

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Latte fresco	100	125	150	175
Frutta fresca di stagione	80	100	120	140

### SPREMUta

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Arance fresche o limone	100/150	150	150/200	200
acqua	80	100	100	100
Zucchero	5	5/10	10	10/15

### MACEDONIA CON FRUTTA FRESCA DI STAGIONE/ E FRUTTA SECCA OLEOSA

INGREDIENTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Frutta fresca di stagione mista	100/150	150	150/200	200
Frutta secca oleosa (noci, pinoli, mandorle, etc.)	10 Tritata finemente	15	20/25	25/30
Zucchero	5	5/10	10	10/15
Succo di limone o arancia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

### ALIMENTI VARI

	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di I° g
Latte fresco ( <i>merenda</i> )	100/150	150	200	200
Yogurt (unità da g 125)	1	1	1	1
Succo di frutta / spremuta	100/125	125/150	150/200	200
Polpa di frutta fresca/mousse	100	100	100	100
Karkadè o the	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Miele/zucchero ( <i>per dolcificare</i> )	5	5	10	10
Miele ( <i>da spalmare</i> )	10	15	20	20
Marmellata/confettura ( <i>da spalmare</i> )	20	25	30	30
Cereali (muesli, corn-flakes,...)	10/15	15/25	20/30	40
Barretta di cioccolato/cereali	/	25	25+pane	25+pane
Biscotti secchi	20/30	30/40	40	50
Biscotti frollini	/	30/35	30/35	40
Torte/zuccherini	40/50	50/60	70/80	90/100
Fette biscottate	25	30	35	40
Crackers/taralli	20/25	25/30	30/35	40
Grissini/cornetti	20/25	25/30	30/35	40
Grissini + parmigiano	/	20+15	25+20	30+25
Pane + formaggio o prosc.cotto	/	30+20	40+25	50+30
Focaccia/panino al latte	30/40	40/50	60/70	70/80
Pizza al pomodoro	35/45	45/55	65/75	75/85
Pane e olio	30+5	40+7	50+9	60+11

## ***Pani speciali***

### **PANE ALLE OLIVE O NOCI O AL PROSCIUTTO**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>Dose per 30 porzioni</b>
Farina	1 kg.
Olio extravergine	3 cucchiari
sale	n. 4 cucchiaini
acqua	Gr. 600
Lievito	n. 2 bustina
zucchero	n. 2 cucchiaini
Olive verdi snocc. e tritate	150 gr.
Oppure noci sgusciate tritate	150/180 gr.
Oppure prosc. cotto	Gr. 180/200

### **DOLCEPANE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>Dose per bambino dell'infanzia</b>
Pane in cassetta o toscano	20/25 gr.
zucchero	4/5 gr.
Bustina di vanillina	q.b.
O succo limone	q.b.
Acqua	q.b.

## **DOLCI**

TORTE e BISCOTTI	NIDO e SEZ. PRIMAVERA g	INFANZIA g	PRIMARIA g	SECONDARIA di 1° g
	30/40	50/60	70/80	90/100

### **CIAMBELLA**

INGREDIENTI	GRAMMI PER UNA TORTA
Farina	600
Zucchero	300
Burro/olio	100
Uova pastorizzate	Gr. 300
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Latte	q.b.
Scorza di limone	q.b.

### **CIAMBELLA DI RICOTTA VACCINA**

INGREDIENTI	GRAMMI PER UNA TORTA
Farina	450
Zucchero	200
Ricotta vaccina	250
Uova (montare albumi a neve)	n. 4
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)

### **TORTA DI MELE**

INGREDIENTI	GRAMMI PER UNA TORTA
Farina	500
Zucchero	300
Burro/olio	200
Uova	n. 4
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Latte	N. 1 bicchiere
Mele	700

### **TORTA DI YOGURT**

INGREDIENTI	GRAMMI PER UNA TORTA
Yogurt bianco o alla frutta	250
Farina	400
Zucchero	250
Olio	100
Uova	n. 4
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Banana	n. 1

### **TORTA DI CAROTE**

INGREDIENTI	GRAMMI PER UNA TORTA
Farina	500
Carote grattugiate	500
Zucchero	250
Uva passa (lasciata a bagno nel succo d'arancia)	100
Olio	60
Misto di pinoli, mandorle e biscotti secchi	250
Uova (montare albumi a neve)	n. 5
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)

### **TORTA DI PERE E NOCI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>GRAMMI PER UNA TORTA</b>
Farina	300
Zucchero	150
Olio	60
Uova	n. 3
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Noci	100
Pere o altra frutta di stagione	250
Latte	q.b.

### **TORTA AL LIMONE**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>GRAMMI PER UNA TORTA</b>
Farina	350
Zucchero	250
Ricotta vaccina	250
Uova (montare albumi a neve)	n. 5
Limone (succo e buccia grattugiata)	n. 2
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)

### **CROSTATA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>GRAMMI PER UNA TORTA</b>
Farina	500
Zucchero	250
Burro/olio	125
Mandorle tritate fini	100
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Uova	n. 4
Marmellata	q.b.

### **BISCOTTI**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>GRAMMI PER UNA TORTA</b>
Farina	500
Zucchero	250
Burro/olio	125
Mandorle tritate fini	100
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Uova	n. 4

### **TORTA MARMORIZZATA**

<b>INGREDIENTI</b>	<b>GRAMMI PER UNA TORTA</b>
Farina	300
Zucchero	150
Burro	100
Uova (montare albumi a neve)	n.3
Latte	100
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
Cacao in polvere	q.b.

**N.B.** Nella preparazione di torte e biscotti, in alternativa al burro, possono essere utilizzati: olio extra-vergine d'oliva, olio monoseme d'arachide, mais, girasole.