



Città di Cirié

**CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO PER IL SERVIZIO DI
REFEZIONE SCOLASTICA PER MINORI FREQUENTANTI LE
SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI
PRIMO GRADO E L'ASILO NIDO COMUNALE**

PERIODO: TRIENNIO 01/09/2022 – 31/07/2025

ALLEGATO 2

**TABELLE DIETETICHE
DESCRIZIONE PIATTI E
GRAMMATURE**

ALLEGATO N.2

DESCRIZIONE PIATTI E GRAMMATURE MATERNE - ELEMENTARI - MEDIE E ASILO NIDO COMUNALE

DESCRIZIONE PRIMI PIATTI	Materna grammi	Elementare grammi	Medie e Adulti grammi	Asilo Nido			
				6-9 mesi grammi	9-12 mesi grammi	12-36 mesi grammi	
Riso asciutto/insalata di riso o orzo	50	70	90	30	35	40	
Pasta/Pasta integrale asciutta nei vari formati	50	70	90	30	35	40	
Riso nei passati di verdura o legumi	25	35	40	15	20	25	
Pasta/Orzo/Farro nei passati di verdura o legumi	25	35	40	15	20	25	
Pasta/Riso/Orzo perlato in brodo	50	60	75	15	20	25	
Tagliatelle all'uovo secche	40	50	70	-	-	30	
Orecchiette	60	80	90	-	-	40	
Crostini/Crackers/Grissini	25	35	40	-	-	20	
Pane/Pane integrale	40	50	60	-	-	30	
Gnocchi di patate	140	180	200	-	-	70	
Pasta fresca ripiena in brodo	50	70	70	-	-	40	
Pasta fresca ripiena asciutta	90	120	130	-	-	70	
Pizza	120	150	200	-	-	80	
Farina lattea: tapioca/mais/riso/multicereali	-	-	-	20	25	-	
Semolino	-	-	-	25	30	-	
PRIMI PIATTI							
Brodo vegetale							
Brodo Vegetale	Patata	25	30	30	20	20	25
	Carota	10	15	15	10	10	10
	Sedano	10	15	15	5	5	5
	Cipolla	10	15	15	5	5	5
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	7	7	7	
Parmigiano Reggiano	3	5	5	2	2	3	
Passato di verdura							
verdure miste:carote, zucca o zucchini, costine o coste, verza, porro, cipolla, piante aromatiche.	60	60	60	40	50	55	
Patata	40	45	50	10	10	35	
Olio extravergine di oliva	3	5	5	7	7	7	
Parmigiano Reggiano	3	5	5	2	2	3	
Tortellini in brodo							
Tortellini	70	80	90	-	-	-	
Brodo Vegetale	Patata	25	30	30	-	-	-
	Carota	10	15	15	-	-	-
	Sedano	10	15	15	-	-	-
	Cipolla	10	15	15	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	-	
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	-	
Passato di legumi							
Legumi: cannellini, piselli,ceci	20	35	40	20	20	20	
Patata	30	40	40	30	30	30	
Ortaggi	12	15	15	5	5	10	
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	7	7	7	
Parmigiano Reggiano	3	5	5	2	2	3	
Vellutata di piselli							
Piselli	30	50	60	-	20	25	
Patata	30	45	50	-	30	30	
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7	
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3	
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.	

Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Passato di zucca con riso						
Patata	35	50	60	-	20	25
Zucca	20	30	40	-	10	20
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3
Pasta al pesto						
Pesto confezionato	10	20	20	-	-	10
Olio Extravergine di oliva	5	6	7	-	-	7
Parmigiano Reggiano	5	5	5	-	-	5
Pasta in bianco / parmigiano						
Olio Extravergine di oliva	5	6	7	-	7	7
Parmigiano Reggiano	5	5	5	-	5	5
Pasta ai pomodori e olive						
Pomodori pelati	40	60	70	-	-	40
Olive verdi a rondelle	4	5	7	-	-	4
Olio Extravergine di oliva	5	6	7	-	-	7
Piante aromatiche e ortaggi: cipolla, sedano, carota, prezzemolo, origano, aglio	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5	-	-	5
Pasta al pomodoro e basilico						
Pomodori pelati	40	60	70	-	30	40
Olio Extravergine di oliva	5	6	7	-	7	7
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5	-	5	5
Pasta al tonno						
Pomodori pelati	40	50	60	-	-	-
Tonno sott'olio extravergine di oliva sgocciolato	20	30	30	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	-
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Pasta al burro e salvia						
Burro	6	7	8	-	5	6
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Pasta / Riso al pomodoro						
Pomodori pelati	40	60	70	-	30	40
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3
Pasta al ragù di verdure / vegetale						
Pomodori pelati	40	50	60	-	-	40
Piselli	30	40	40	-	-	20
Zucchine	30	40	40	-	-	20
Carote	30	40	40	-	-	20
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Pasta al pomodoro e ricotta						
Pomodori pelati	40	50	60	-	-	40
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Ricotta	10	10	10-	-	-	10
Pasta e fagioli / Passato di fagioli con pasta						
Fagioli secchi	30	30	30	-	-	20
Patate	30	30	30	-	-	20
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sedano, carote, cipolle e sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Gnocchi alla Romana <i>ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione</i>						
Semola	80	100	120	30	40	60
Latte	120	140	160	80	100	120
Uova pastorizzate	5	5	5	5	5	5
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	9	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	2	2	3

Sugo al ragù di carne <i>ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione</i>						
Carne tritata di bovino	60	80	100	-	-	50
Pomodori pelati	40	50	60	-	-	40
Carote	10	20	30	-	-	10
Cipolla, aglio	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Polenta						
Acqua	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Farina gialla	40	70	80	-	-	40
Olio Extravergine di oliva	2	3	4	-	-	5
Riso allo zafferano						
Zafferano	1 bust. X 4	1 bust. X 4	1 bust. X 4	-	-	1 bust. X 4
Burro	4	5	6	-	-	4
Brodo Vegetale: carota, cipolla, sedano	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Riso in bianco / Parmigiana						
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3
Insalata di riso/orzo						
Piselli	15	20	25	-	-	15
Carote	15	20	25	-	-	15
Prosciutto cotto	10	20	25	-	-	10
Formaggio edamer	10	10	10	-	-	10
Olive nere denocciolate	6	6	6	-	-	6
Risotto alle piante aromatiche						
Rosmarino e salvia	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Risotto alla salsiccia						
Salsiccia di maiale	15	15	15	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	-
Latte	30	30	30	-	-	-
Farina	4	4	4	-	-	-
Cipolla	10	10	10	-	-	-
Sedano, carote e sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Riso al latte						
Latte	-	-	-	-	80	100
Olio Extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Parmigiano Reggiano	-	-	-	-	2	3
Piante aromatiche	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Riso Piselli e prosciutto <i>ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione</i>						
Piselli	30	40	45	-	-	-
Prosciutto cotto	10	10	10	-	-	-
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	3	3	3	-	-	-
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	-
Pasta al sugo di zucchine / melanzane						
Pelati	40	50	60	-	-	40
Olio Extravergine di oliva	3	6	5	-	-	7
Zucchine/ Melanzane	25	30	30	-	-	25
Parmigiano Reggiano	5	5	5	-	-	3
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Minestra di riso / latte e zucca <i>ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione</i>						
Zucca gialla	-	-	-	30	40	50
Latte	-	-	-	60	80	100
Olio Extravergine di oliva	-	-	-	7	7	7
Parmigiano Reggiano	-	-	-	2	2	3
Piante aromatiche	-	-	-	q.b.	q.b.	q.b.
Minestrina in brodo di carne/pollo <i>ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione</i>						

Brodo di carne / Pollo	-	-	-	180	180	180
Olio Extravergine di oliva	-	-	-	7	7	7
Farina lattea (con crema di riso, mais, tapioca, multicereali)						
Brodo Vegetale	-	-	-	200	200	-
Latte di proseguimento	-	-	-	200	220	250
Vellutata di ceci e rosmarino						
Ceci	30	50	60	-	20	25
Patata	30	45	50	-	30	30
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Piante aromatiche/Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Vellutata di porri e patate						
Porro	30	40	50	-	20	25
Patata	70	90	100	-	40	50
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Ravioli di magro/borraggine burro e salvia						
Burro	6	7	8	-	-	-
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Vellutata di carote e patate						
Carota	40	60	80	-	20	25
Patata	70	90	100	-	40	50
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	2	3
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Risotto al radicchio						
Radicchio	30	40	50	-	-	20
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Risotto alla zucca						
Zucca	30	40	50	-	-	20
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Orecchiette ai broccoli						
Broccoli	40	60	70	-	-	40
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Pasta pasticciata						
Pomodori pelati	40	50	60	-	-	40
Cipolla, aglio	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Mozzarella	15	15	15	-	-	10
Olio Extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3

DESCRIZIONE SECONDI PIATTI	Materna grammi	Elementare grammi	Medie e Adulti grammi	Asilo Nido		
				6-9 mesi grammi	9-12 mesi grammi	13-36 mesi grammi
Formaggio (come da tabelle merceologiche):	60	80	90			
Fresco (Robiola, Tomino, Stracchino, Crescenza,				30/40	40/50	50
Mozzarella, Ricotta)	50	60	80	frullato	frullato	
Stagionato (Toma, Bra, Raschera)	40	50	60			
Parmigiano/Grana	30	40	50			
Prosciutto cotto/Manzo affumicato	50	70	90	-	-	-
Prosciutto cotto di Parma ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione	50	70	90	-	-	-

Salame di turgia	40	50	60	-	-	-
Tonno sotto'olio extravergine di oliva	50	70	80	-	-	-
Sovracoscia / Coscia di pollo arrosto						
Coscia di pollo (peso comprensivo di osso)	160	180	200	-	-	-
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	-
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Scaloppine di pollo al limone						
Petto di pollo	60	80	100	-	40	50
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Scaloppine di tacchino/pollo alla pizzaiola						
Fettina di fesa di tacchino/pollo	60	80	100	-	-	50
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Pelati	30	40	50	-	-	30
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Petto di tacchino / Pollo alla milanese						
Fettina di fesa di tacchino / Pollo	60	80	100	-	-	50
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Uova pastorizzate	6	6	6	-	-	6
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Arrosto di bovino / Lonza / Fesa di tacchino						
Carne di bovino / Lonza / Tacchino	60	80	100	-	40 frullato	50
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Brodo vegetale e Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Farina	5	5	5	-	5	5
Castellana al forno						
Prosciutto cotto	40	60	80	-	-	40
Formaggio	10	20	20	-	-	10
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Spezzatino di bovino / Pollo / Tacchino in umido						
Spezzatino di bovino / Pollo / Tacchino	60	80	100	-	-	50
Pomodori pelati	25	35	40	-	-	25
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Rosmarino, salvia, alloro	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Farina	5	5	5	-	-	5
Svizzerine (polpettine) di bovino in umido						
Carne di bovino	50	70	90	-	-	40
Uova pastorizzate	15	15	15	-	-	15
Parmigiano reggiano	3	5	5	-	-	3
Latte	10	15	20	-	-	10
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Per la salsa:						
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Polpettine di bovino in umido al pomodoro						
Carne di bovino	60	70	90	-	-	40
Pomodori pelati	30	35	35	-	-	15
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Uova pastorizzate	15	15	15	-	-	10
Parmigiano reggiano	3	5	5	-	-	3
Latte	10	15	20	-	-	10
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Salsiccia di maiale / Pollo						

Salsiccia	60	70	80	-	-	-
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Gateau di patate e fontal						
Patate	15	25	30	-	-	15
Fontal	15	25	30	-	-	15
Uova pastorizzate	25	35	35	-	-	25
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Tortino / Sformato alla ricotta						
Uova pastorizzate	40	60	60	-	-	30
Ricotta	10	20	20	-	-	10
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano reggiano	3	5	5	-	-	3
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Tortino di zucchine						
Uova pastorizzate	-	-	-	-	35	40
Zucchine	-	-	-	-	15	20
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano	-	-	-	-	3	3
Pan grattato	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Frittatina con verdura						
Uova pastorizzate	-	-	-	-	35	40
Spinaci/Costine	-	-	-	-	10	15
Zucca/Zucchine	-	-	-	-	10	15
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano	-	-	-	-	3	3
Frittata di Spinaci / Erbette						
Uova pastorizzate	40	60	60	-	35	40
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Spinaci surgelati / Erbette	15	15	20	-	15	20
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Frittata di Cavolfiori						
Uova pastorizzate	40	60	60	-	-	30
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Cavolfiori	15	15	20	-	-	15
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Frittata semplice						
Uova pastorizzate	40	60	60	-	35	40
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	3	3
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola al forno dorata						
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola (al netto)	80	100	110	-	-	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Uova pastorizzate	6	6	6	-	-	6
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola alle piante aromatiche						
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola (al netto)	80	100	110	-	60 al vapore	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Limone	1 x 4	1 x 4	1 x 4	-	1 x 4	1 x 4
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola al forno						

Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola (al netto)	80	100	110	-	60 al vapore	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Liofilizzato	-	-	-	5/10	5/10	-
Omogeneizzato di carne/pesce	-	-	-	40-60	50/70	-
Polpette con carne e spinaci <i>pietanza non prevista nel menù ma di possibile introduzione</i>						
Carne di bovino	50	70	90	-	-	50
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Spinaci surgelati	15	20	20	-	-	15
Uova pastorizzate	10	15	15	-	-	10
Latte	10	15	15	-	-	10
Carote	10	15	15	-	-	10
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Patate	5	7	7	-	-	5
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Tortino / Creapes di magro						
Uova pastorizzate	40	60	60	-	-	30
Patate	10	10	10	-	-	10
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Spinaci surgelati	15	15	20	-	-	15
Ricotta	10	10	15	-	-	10
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Involtini prosciutto cotto /Ricotta / Spinaci <i>pietanza non prevista nel menù ma di possibile introduzione</i>						
Prosciutto cotto	40	40	50	-	-	30
Ricotta	20	20	20	-	-	20
Spinaci surgelati	10	10	10	-	-	10
Latte	10	10	10	-	-	10
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Farina	10	10	10	-	-	10
Petto di tacchino / Pollo al forno						
Fettina di fesa di tacchino / Pollo	60	80	90	-	-	50
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Hamburger di bovino						
Carne di bovino	60	80	100	-	-	50
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Hamburger di Merluzzo/ Nasello						
Merluzzo/Nasello	80	100	110	-	-	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola in umido						
Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola (al netto)	80	100	110	-	60 al vapore	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	7	7
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Rosmarino, salvia, alloro	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Farina	5	5	5	-	-	5
Ceci						
Ceci in scatola/secchi	-	-	-	-	60/30	60/30
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Fagioli						
Fagioli borlotti/cannellini in scatola/secchi	-	-	-	-	60/30	60/30
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Lenticchie						

Lenticchie in scatola/secchi	-	-	-	-	60/30	60/30
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Lenticchie in umido						
Lenticchie in scatola/secchi	-	-	-	-	-	60/30
Pomodori pelati	-	-	-	-	-	20
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	-	7
Sale	-	-	-	-	-	q.b.
Piante aromatiche	-	-	-	-	-	q.b.

DESCRIZIONE CONTORNI	Materna grammi	Elementare grammi	Medie e Adulti grammi	Asilo Nido		
				6-9 mesi grammi	9-12 mesi grammi	12-36 mesi grammi
Insalata di carote/cetrioli						
Carote/Cetrioli	50	75	90	-	-	40
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Limone	1x 4	1x 4	1x 4	-	-	1x 4
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata di cavolo verza						
Cavolo verza	40	50	60	-	-	35
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata di fagiolini						
Fagiolini	80	110	130	-	-	60
Olio extravergine di oliva	53	5	5	-	-	7
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata di finocchi						
Finocchi	60	100	120	-	-	40
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata mista / verde						
Insalata mista / verde	40	50	60	-	-	30
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata di pomodori e origano / basilico						
Pomodori	100	120	150	-	-	80
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Origano / Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata verde + pomodori						
Insalata verde	30	40	50	-	-	20
Pomodori	60	80	100	-	-	50
Olio extravergine di oliva	53	65	7	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Insalata di cetrioli e pomodori						
Cetrioli	50	60	75	-	-	-
Pomodori	50	60	75	-	-	-
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	-
Origano / Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	-
Carote saltate / al forno / brasate						
Carote	100	150	180	-	-	80
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Fagiolini aromatizzati / saltati						
Fagiolini	80	110	130	-	-	60

Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Spinaci / Broccoli saltati						
Spinaci	100	140	160	-	-	70
Broccoli	120	150	180	-	-	80
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche: aglio	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Erbette / Biete / Spinaci lesse						
Erbette / Biete/ Spinaci	100	140	160	-	-	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Finocchi / Zucchine gratinati						
Finocchi	80	120	140	-	-	60
Zucchine	80	120	140	-	-	60
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Latte	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Macedonia di verdure						
Patate	40	65	70	-	-	40
Carote	40	55	60	-	-	40
Fagiolini	40	45	50	-	-	40
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Patate arrosto						
Patate	150	200	200	-	-	130
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piante aromatiche: rosmarino, alloro, aglio	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Patate prezzemolate / con origano						
Patate	150	200	200	-	-	130
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Prezzemolo / origano	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Piselli in umido						
Piselli	60	70	80	-	-	40
Pomodori pelati	25	30	35	-	-	25
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche, ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Purea di patate						
Patate	100	120	150	50	70	80
Burro	6	7	8	-	6	6
Olio extravergine di oliva	-	-	-	7	-	-
Latte	30	35	35	20	30	30
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Purea di spinaci/carote/bietole						
Spinaci/carote/bietole	-	-	-	50	70	80
Olio extravergine di oliva	-	-	-	7	7	7
Sale	-	-	-	q.b.	q.b.	q.b.
Purea patate/broccoli/finocchi/cavolfiori						
Patate/broccoli/finocchi/cavolfiori	-	-	-	-	70	80
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.
Purea di zucca/zucchine/melanzane						
Zucca/Zucchine/Melanzane	-	-	-	50	50	80
Olio extravergine di oliva	-	-	-	7	7	7
Sale	-	-	-	q.b.	q.b.	q.b.
Purea di patate, carote e zucchine						
Patate	-	-	-	20	25	30

Carote	-	-	-	15	20	25
Zucchine	-	-	-	15	20	25
Olio extravergine di oliva	-	-	-	7	7	7
Sale	-	-	-	q.b.	q.b.	q.b.
Purea di carote e zucchine						
Carote	-	-	-	25	35	40
Zucchine	-	-	-	25	35	40
Olio extravergine di oliva	-	-	-	7	7	7
Sale	-	-	-	q.b.	q.b.	q.b.
Tris di verdure						
Cavolfiori	40	50	70	-	-	40
Broccoli	40	50	70	-	-	40
Carote	40	50	70	-	-	40
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Erbette / Biete / Spinaci al parmigiano						
Erbette / Biete/ Spinaci	100	140	160	-	-	70
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5	-	-	3
Caponata di melanzane						
Melanzane	100	110	130	-	-	70
Pomodori pelati	30	30	30	-	-	30
Cipolla	10	10	10	-	-	10
Sedano	10	10	10	-	-	10
Olio extravergine di oliva	3	5	5	-	-	7
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Zucca stufata						
Zucca	-	-	-	-	70	80
Olio extravergine di oliva	-	-	-	-	7	7
Sale	-	-	-	-	q.b.	q.b.

MERENDE			
FRUTTA, DOLCI E MERENDE	Asilo Nido		
	6-9 mesi grammi	9-12 mesi grammi	12-36 mesi grammi
Pane	-	-	60
Frutta fresca	-	-	150
Yogurt alla frutta	125	125	125
Mousse alla frutta	80	100	100
Budino cioccolato/vaniglia	100	100	100
Latte e biscotti			
Latte	80	100	120
Biscotti	15	15	20
Omogenizzato di frutta			
Omogenizzato di frutta	80	100	-
Pane con marmellata			
Pane	-	-	30
Marmellata	-	-	15
Pane con barretta di cioccolato			
Pane	-	-	30
Barretta di cioccolato	-	-	15
Pane con olio extravergine di oliva			
Pane	-	-	30
Olio extravergine di oliva	-	-	5
Sale	-	-	q.b.
Frutta a tocchetti con fetta biscottata			
Frutta varia	-	-	50
Fetta biscottata	-	-	15

Pane con olio extravergine di oliva, pomodoro crudo e origano			
Pane	-	-	30
Olio extravergine di oliva	-	-	5
Pomodoro	-	-	40
Origano	-	-	q.b.
Sale	-	-	q.b.
Torta di mele			
Farina	-	-	25
Zucchero	-	-	10
Uova pastorizzate	-	-	15
Burro	-	-	5
Mele	-	-	25
Latte intero UHT	-	-	15
Lievito	-	-	q.b.
Torta paradiso			
Farina	-	-	25
Zucchero	-	-	10
Uova pastorizzate	-	-	15
Burro	-	-	5
Latte intero UHT	-	-	15
Lievito	-	-	q.b.

FRUTTA, DOLCI E VARIE	Materna grammi	Elementar e grammi	Medie e Adulti grammi
Frutta fresca/Macedonia di frutta	150	150	150
Yogurt alla frutta	125	125	125
Budino cioccolato/vaniglia/creme caramel	100	100	100
Torcetti/Pasta di meliga	30	30	30

DIETE IN BIANCO

In base alla cucinazione effettuata dal centro di cottura, secondo menù prestabilito, si possono effettuare delle diete povere in grassi che utilizzino gli stessi alimenti impiegati quel giorno

PRANZO

DESCRIZIONE PRIMI PIATTI	Materna grammi	Elementare grammi	Medie e Adulti grammi	Asilo Nido		
				6-9 mesi grammi	9-12 mesi grammi	13-36 mesi grammi
Pasta/Riso all'olio extravergine di oliva						
Pasta/Riso	50	70	90	-	30	40
Olio extravergine di oliva	5	5	5	-	7	7
Parmigiano	5	5	5	-	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Carne di bovino / Tacchino / Pollo ai ferri						
Carne di bovino/Tacchino/Pollo	60	80	90	-	30 frullata	50
Olio extravergine di oliva	5	5	5	-	7	7
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
OPPURE						
Filetto di pesce all'olio e limone						
Filetto di pesce	80	100	110	-	60	70
Olio extravergine di oliva	5	5	5	-	7	7
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	q.b.	q.b.
OPPURE						

Prosciutto cotto sgrassato						
Prosciutto cotto sgrassato	40	50	60	-	-	-
Carote/Patate lesse						
Carote/Patate lesse	100	120	150	-	-	80
Olio extravergine di oliva	5	6	7	-	-	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.	-	-	q.b.
Pane	50	50	50	-	-	40
Frutta di stagione	150	150	150	-	-	150

ALIMENTI DA CONSUMARE DURANTE LE GITE SCOLASTICHE

DESCRIZIONE ALIMENTI	Materna grammi	Elementare grammi	Medie e Adulti grammi	Asilo Nido
				13 - 36 mesi
Pane	-	50 x 2	50 x 2	-
Pizza	-	80	120	-
Prosciutto	-	40	60	-
Fontal	-	40	60	-
Cioccolato al latte oppure Mousse di frutta	-	40/100	40/100	-
Crostatina con marmellata	-	40	40	-
Frutta (banana, mela)	-	150	150	-
Acqua minerale naturale	-	500 cc.	500 cc.	-
Succo di frutta	-	200 cc.	200 cc.	-

Pane	50	-	-	40
Pizza	80	-	-	60
Formaggio per l'infanzia in monoporzione	2 x 25	-	-	1 x 25
Cioccolato al latte oppure Mousse di frutta	20/100	-	-	20/100
Crostatina con marmellata	40	-	-	40
oppure biscotti	40	-	-	30
Frutta (banana, mela)	150	-	-	150
Acqua minerale naturale	500 cc.	-	-	500 cc.
Succo di frutta	200 cc.	-	-	200 cc.