



# **COMUNE DI SAN CARLO CANAVESE**

*Città Metropolitana di Torino*

Strada Ciriè n° 3 – C.A.P. 10070 – Tel. 011 9210193 – Fax 011 9222542  
E-mail [comune@comune.sancarlocanavese.to.it](mailto:comune@comune.sancarlocanavese.to.it)  
[www.comune.sancarlocanavese.to.it](http://www.comune.sancarlocanavese.to.it)

## **SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA**

### **PER LA SCUOLA PRIMARIA**

## **DEL COMUNE DI SAN CARLO CANAVESE**

### **ANNI SCOLASTICI**

**2023/2024 – 2024/2025 – 2025/2026**

## **TABELLE DIETETICHE E GRAMMATURE**

# AGGIORNAMENTO PIATTI MAGGIO 2023

COMUNE DI SAN CARLO - RICETTE MENU' INVERNALE/ESTIVO

SCUOLE: PRIMARIA

GRAMMATURE A CRUDO

## PRIMI PIATTI

|                                      | PRIMARIA (g) | ADULTI (g) |
|--------------------------------------|--------------|------------|
| <b>PASTA ASCIUTTA (VARI FORMATI)</b> |              |            |
| Tortiglioni                          | 70           | 80         |
| Eliche                               | 70           | 80         |
| Strozzapreti                         | 70           | 80         |

|                                         |    |    |
|-----------------------------------------|----|----|
| <b>TAGLIATELLE/PASTA ALLA BOSCAIOLA</b> |    |    |
| Tagliatelle all'uovo secche             | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                         | 60 | 60 |
| Funghi champignon                       | 15 | 20 |
| Parmigiano reggiano                     | 5  | 5  |
| sale, ortaggi e piante aromatiche       | qb | qb |

|                                        |    |    |
|----------------------------------------|----|----|
| <b>CREMA DI ZUCCA CON PASTINA/RISO</b> |    |    |
| Pastina/Riso                           | 30 | 40 |
| Zucca                                  | 55 | 60 |
| Patate                                 | 40 | 50 |
| Olio                                   | 3  | 3  |
| Sale e erbe aromatiche                 | qb | qb |

|                                                     |    |    |
|-----------------------------------------------------|----|----|
| <b>CREMA DI LEGUMI CON CROSTINI</b>                 |    |    |
| Crostini                                            | 30 | 40 |
| Legumi secchi (fagioli, piselli, ceci e lenticchie) | 30 | 30 |
| Patate                                              | 30 | 30 |
| Parmigiano reggiano                                 | 5  | 5  |
| Olio extravergine di oliva                          | 2  | 3  |
| Sale, erbe aromatiche, sedano e cipolla             | qb | qb |

|                                   |    |    |
|-----------------------------------|----|----|
| <b>PASTA POMODORO E RICOTTA</b>   |    |    |
| Pasta                             | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                   | 60 | 65 |
| Ricotta vaccino                   | 25 | 30 |
| Olio EVO                          | 3  | 3  |
| Parmigiano reggiano               | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e piante aromatiche | qb | qb |

|                                            |    |    |
|--------------------------------------------|----|----|
| <b>PASSATO DI PATATE E CAROTE CON RISO</b> |    |    |
| Patate                                     | 40 | 50 |
| Riso                                       | 30 | 40 |
| Carote                                     | 50 | 60 |
| Pomodori pelati                            | 10 | 10 |
| Parmigiano reggiano                        | 5  | 5  |
| Olio EVO                                   | 2  | 3  |
| Sedano, cipolla e sale                     | qb | qb |

|                                       |    |    |
|---------------------------------------|----|----|
| <b>MINISTRA DI PATATE CON PASTINA</b> |    |    |
| Pastina                               | 30 | 40 |
| Carote, sedano e cipolla              | 20 | 20 |
| Parmigiano reggiano                   | 5  | 5  |
| Olio EVO                              | 2  | 3  |
| Erbe aromatiche e sale                | qb | qb |

|                                                      |    |    |
|------------------------------------------------------|----|----|
| <b>PASSATO/VELLUTATA DI VERDURA CON RISO/PASTINA</b> |    |    |
| Riso/Pastina                                         | 30 | 40 |

|                                                                  |    |    |
|------------------------------------------------------------------|----|----|
| Verdure miste (carote, zucchine, costine, verza, porro, cipolla) | 80 | 90 |
| Patata                                                           | 40 | 50 |
| Olio EVO                                                         | 2  | 3  |
| Parmigiano reggiano                                              | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e aromi                                            | qb | qb |

|                                                                             |    |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>RISO/PASTA/TAGLIATELLE AL SUGO/AL POMODORO (E BASILICO SE RICHIESTO)</b> |    |    |
| Riso/Pasta/Tagliatelle                                                      | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                                                             | 60 | 70 |
| Olio extra vergine                                                          | 3  | 3  |
| Parmigiano                                                                  | 5  | 5  |
| Sale e basilico (se richiesto)                                              | qb | qb |

|                                           |    |    |
|-------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA AL RAGU' DI CARNE</b>            |    |    |
| Pasta                                     | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                           | 60 | 70 |
| Carne bovino adulto tritatat              | 40 | 40 |
| Olio extra vergine                        | 3  | 3  |
| Parmigiano                                | 5  | 5  |
| Carote, cipolla, sedano, rosmarino e sale | qb | qb |

|                                                  |     |     |
|--------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>RISO ALL'ORTOLANA/PASTA AL RAGU' VEGETALE</b> |     |     |
| Riso/Pasta                                       | 70  | 80  |
| Pomodori pelati                                  | 60  | 70  |
| Carote, zucchine e piselli                       | 120 | 120 |
| Parmigiano                                       | 5   | 5   |
| Olio extravergine di oliva                       | 3   | 3   |
| Sale e aromi                                     | qb  | qb  |

|                                          |    |    |
|------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA AL SUGO DI POMODORO E PESTO</b> |    |    |
| Pasta                                    | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                          | 60 | 70 |
| Pesto confezionato                       | 20 | 30 |
| Olio extra vergine                       | 3  | 3  |
| Parmigiano                               | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e piante aromatiche        | qb | qb |

|                                   |    |    |
|-----------------------------------|----|----|
| <b>PASTA AL PESTO</b>             |    |    |
| Pasta                             | 70 | 80 |
| Pesto confezionato                | 20 | 30 |
| Olio extra vergine                | 3  | 3  |
| Parmigiano                        | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e piante aromatiche | qb | qb |

|                                       |    |    |
|---------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA AL SUGO POMODORO E TONNO</b> |    |    |
| Pasta                                 | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                       | 60 | 70 |
| Tonno sott'olio sgocciolato           | 30 | 30 |
| Olio extra vergine                    | 3  | 3  |
| Sale, piante aromatiche               | qb | qb |

|                                  |    |    |
|----------------------------------|----|----|
| <b>PASTA AL SUGO DI ZUCCHINE</b> |    |    |
| Pasta                            | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                  | 60 | 60 |
| Zucchine (tritate)               | 50 | 50 |
| Parmigiano reggiano              | 5  | 5  |
| Olio extra vergine               | 2  | 3  |
| Sale, piante aromatiche          | qb | qb |

|                                                             |    |    |
|-------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>MEZZE PENNE/TORTIGLIONI IN BIANCO/RISO AL PARMIGIANO</b> |    |    |
| Pasta/Riso                                                  | 70 | 80 |
| Olio extra vergine                                          | 5  | 5  |
| Parmigiano                                                  | 5  | 5  |

|      |    |    |
|------|----|----|
| Sale | qb | qb |
|------|----|----|

|                         |        |         |
|-------------------------|--------|---------|
| <b>RAVIOLI DI MAGRO</b> |        |         |
| Ravioli di magro secchi | 80/100 | 100/130 |

|                                            |    |    |
|--------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA AL SUGO DI POMODORO E OLIVE</b>   |    |    |
| Pasta                                      | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                            | 65 | 70 |
| Olive verdi e nere denocciolate a rondelle | 7  | 7  |
| Parmigiano reggiano                        | 5  | 5  |
| Olio                                       | 2  | 3  |
| Sale e aromi                               | qb | qb |

|                                      |    |    |
|--------------------------------------|----|----|
| <b>RISO/MACCHERONCINI AGLI AROMI</b> |    |    |
| Pasta/Riso                           | 70 | 80 |
| Parmigiano reggiano                  | 5  | 5  |
| Olio extra vergine di oliva          | 5  | 5  |
| Sale e piante aromatiche             | qb | qb |

|                          |     |     |
|--------------------------|-----|-----|
| <b>PIZZA AL POMODORO</b> |     |     |
| Pizza                    | 140 | 160 |

|                                  |    |    |
|----------------------------------|----|----|
| <b>PASTINA IN BRODO VEGETALE</b> |    |    |
| Pastina                          | 30 | 40 |
| Patate                           | 30 | 30 |
| Carote, zucchine                 | 30 | 30 |
| Sedano e cipolla                 | 30 | 30 |
| Olio                             | 5  | 5  |
| Parmigiano reggiano              | 5  | 5  |
| Sale                             | qb | qb |

|                                   |    |    |
|-----------------------------------|----|----|
| <b>PASTICCIO DI MACCHERONCINI</b> |    |    |
| Pasta                             | 70 | 80 |
| Latte intero pastorizzato         | 70 | 90 |
| Carne di bovino adulto            | 20 | 30 |
| Pomodori pelati                   | 50 | 60 |
| Farina                            | 5  | 7  |
| Olio EVO                          | 3  | 4  |
| Parmigiano reggiano               | 5  | 5  |
| Burro                             | 2  | 3  |
| Sale, sedano, cipolla, carota     | qb | qb |

## SECONDI PIATTI

|                                                           | PRIMARIA (g) | SECONDARIA (g) |
|-----------------------------------------------------------|--------------|----------------|
| <b>PROSCIUTTO COTTO ( Senza Glutine e senza lattosio)</b> | 70           | 80             |

|                                                                 |    |     |
|-----------------------------------------------------------------|----|-----|
| <b>FORMAGGI VARI certificati</b>                                |    |     |
| Mozzarella                                                      | 80 | 100 |
| Parmigiano                                                      | 40 | 60  |
| Crescenza, robiola, tipo annabella, asiago, certosa, primo sale | 60 | 80  |

|                                              |    |    |
|----------------------------------------------|----|----|
| <b>MEZZA PORZIONE PRIMO SALE O CRESCENZA</b> |    |    |
| Crescenza, primo sale                        | 30 | 40 |

|                                      |    |     |
|--------------------------------------|----|-----|
| <b>SPEZZATINO DI BOVINO IN UMIDO</b> |    |     |
| Carne bovina                         | 80 | 100 |
| Pomodori pelati                      | 25 | 30  |
| Olio EVO                             | 3  | 5   |
| Farina                               | qb | qb  |

|                   |    |    |
|-------------------|----|----|
| Piante aromatiche | qb | qb |
|-------------------|----|----|

#### **SPEZZATINO DI BOVINO AGLI AROMI**

|                   |    |     |
|-------------------|----|-----|
| Carne bovina      | 80 | 100 |
| Olio EVO          | 3  | 5   |
| Brodo vegetale    | qb | qb  |
| Farina            | qb | qb  |
| Piante aromatiche | qb | qb  |

#### **MEDAGLIONE DI BOVINO IN UMIDO**

|                         |    |    |
|-------------------------|----|----|
| Carne di bovino tritata | 70 | 80 |
| Pomodori pelati         | 50 | 60 |
| Uova pastorizzate       | 15 | 15 |
| Latte UHT               | 15 | 15 |
| Parmigiano Reggiano     | 5  | 7  |
| Olio EVO                | 2  | 3  |
| Pane grattugiato        | qb | qb |
| Farina                  | qb | qb |
| Piante aromatiche       | qb | qb |

#### **MEDAGLIONE ARCOBALENO**

|                         |    |    |
|-------------------------|----|----|
| Carne di bovino tritata | 70 | 80 |
| Patate                  | 10 | 15 |
| Piselli                 | 10 | 15 |
| Carote                  | 10 | 15 |
| Uova pastorizzate       | 15 | 15 |
| Latte UHT               | 15 | 15 |
| Parmigiano Reggiano     | 5  | 7  |
| Olio EVO                | 2  | 3  |
| Pane grattugiato        | qb | qb |
| Farina                  | qb | qb |
| Piante aromatiche       | qb | qb |

#### **CROCCHETTE DI POLLO**

|                     |    |    |
|---------------------|----|----|
| Petto di pollo      | 50 | 70 |
| Patate              | 12 | 15 |
| Spinaci/Costine     | 7  | 10 |
| Uova pastorizzate   | 15 | 15 |
| Parmigiano Reggiano | 7  | 8  |
| Olio EVO            | 5  | 5  |
| Pane grattugiato    | qb | qb |
| Latte UHT           | qb | qb |

#### **ARROSTO DI TACCHINO OLIO E LIMONE**

|                     |     |     |
|---------------------|-----|-----|
| Arrosto di tacchino | 70  | 80  |
| Olio EVO            | 5   | 5   |
| Limone              | 1X6 | 1X6 |

#### **SALSICCIA DI TACCHINO**

|                       |    |    |
|-----------------------|----|----|
| Salsiccia di tacchino | 60 | 80 |
| Olio EVO              | 3  | 3  |

#### **GATEAU DI PATATE E PROSCIUTTO**

|                                                   |    |     |
|---------------------------------------------------|----|-----|
| Patate                                            | 80 | 100 |
| Prosciutto cotto (senza lattosio e senza glutine) | 25 | 30  |
| Parmigiano Reggiano                               | 8  | 10  |
| Olio Evo                                          | 5  | 5   |
| Uova pastorizzate                                 | qb | qb  |
| Pane grattugiato                                  | qb | qb  |

#### **OMELETTE DI VERDURA/SPINACI/ZUCCHINE/ERBETTE**

|                          |    |    |
|--------------------------|----|----|
| Uova pastorizzate        | 50 | 50 |
| Spinaci/zucchine/erbette | 20 | 20 |
| Patate                   | 15 | 15 |
| Parmigiano reggiano      | 7  | 7  |
| Olio EVO                 | 5  | 5  |

|                                                    |        |         |
|----------------------------------------------------|--------|---------|
| <b>TORTINO AL PROSCIUTTO</b>                       |        |         |
| Uova pastorizzate                                  | 50     | 50      |
| Prosciutto cotto tritato                           | 20     | 20      |
| Parmigiano reggiano                                | 7      | 7       |
| Olio EVO                                           | 5      | 5       |
| <b>TORTINO AL FORMAGGIO</b>                        |        |         |
| Uova pastorizzate                                  | 50     | 50      |
| Formaggio                                          | 20     | 20      |
| Parmigiano reggiano                                | 7      | 7       |
| Olio EVO                                           | 5      | 5       |
| <b>COSCIA DI POLLO AL FORNO</b>                    |        |         |
| Coscia di pollo                                    | 150    | 150     |
| Olio EVO                                           | 3      | 5       |
| Piante aromatiche                                  | qb     | qb      |
| <b>SCALOPPINE DI TACCHINO/POLLO AL FORNO</b>       |        |         |
| Pollo/Tacchino                                     | 80     | 100     |
| Olio EVO                                           | 5      | 7       |
| Limone                                             | qb     | qb      |
| Farina                                             | qb     | qb      |
| <b>TORTINO DI SPINACI</b>                          |        |         |
| Uova pastorizzate                                  | 50     | 50      |
| Spinaci                                            | 20     | 20      |
| Parmigiano reggiano                                | 7      | 7       |
| Olio EVO                                           | 5      | 5       |
| <b>TORTINO DI VERDURE/ERBETTE</b>                  |        |         |
| Uova pastorizzate                                  | 50     | 50      |
| Verdure miste/erbette                              | 20     | 20      |
| Parmigiano reggiano                                | 7      | 7       |
| Olio EVO                                           | 5      | 5       |
| <b>MILANESE DI LONZA AL FORNO</b>                  |        |         |
| Lonza di maiale                                    | 80/100 | 100/120 |
| Uovo pastorizzato                                  | 12     | 12      |
| Farina, pane grattugiato                           | qb     | qb      |
| Olio EVO                                           | 3      | 5       |
| <b>UOVO SODO</b>                                   |        |         |
| Uovo sodo                                          | 1      | 1       |
| <b>TONNO NATURALE/ALL'OLIO (ben sgocciolato)</b>   |        |         |
|                                                    | 60     | 80      |
| <b>Bastoncini di merluzzo (prodotto surgelato)</b> |        |         |
| Bastoncini di merluzzo (prodotto surgelato)        | nr 3   | nr 4    |
| <b>MERLUZZO/NASELLO/VERDESCA AGLI AROMI</b>        |        |         |
| Merluzzo*/Platessa*/Verdesca*                      | 80/100 | 100/120 |
| Farina                                             | qb     | qb      |
| Olio EVO                                           | 5      | 5       |
| Piante Aromatiche                                  | qb     | qb      |
| <b>MERLUZZO/NASELLO/VERDESCA IMPANATO AL FORNO</b> |        |         |
| Merluzzo*/Platessa*/Verdesca*                      | 80/100 | 100/120 |
| Uovo pastorizzato                                  | 12     | 12      |
| Farina, pane grattugiato                           | qb     | qb      |
| Olio EVO                                           | 3      | 5       |

|        |     |     |
|--------|-----|-----|
| Limone | 1x6 | 1x6 |
|--------|-----|-----|

## CONTORNI

|                                                            | PRIMARIA (g) | SECONDARIA (g) |
|------------------------------------------------------------|--------------|----------------|
| <b>PATATE ARROSTO AL FORNO</b>                             |              |                |
| Patate                                                     | 150          | 180            |
| Olio EVO                                                   | 3            | 3              |
| Sale e aromi                                               | qb           | qb             |
| <b>PATATE ALL'OLIO</b>                                     |              |                |
| Patate                                                     | 150          | 170            |
| Olio EVO                                                   | 5            | 5              |
| Sale e aromi                                               | qb           | qb             |
| <b>PISELLI/PISELLINI ALL'OLIO</b>                          |              |                |
| Piselli/Pisellini                                          | 80           | 100            |
| Olio EVO                                                   | 5            | 5              |
| Sale e aromi                                               | qb           | qb             |
| <b>SPINACI/COSTINE AL PARMIGIANO ( gratinati al forno)</b> |              |                |
| Spinaci/Costine                                            | 150          | 200            |
| Parmigiano                                                 | 5            | 5              |
| Olio EVO                                                   | 3            | 3              |
| Sale e aromi                                               | qb           | qb             |
| <b>SPINACI/COSTINE ALL'OLIO ( Verdura cotta)</b>           |              |                |
| Spinaci/Costine                                            | 150          | 200            |
| Olio EVO                                                   | 3            | 3              |
| Sale e aromi (Aglione)                                     | qb           | qb             |
| <b>FAGIOLINI ALL'OLIO (verdura cotta piatto caldo)</b>     |              |                |
| Fagiolini                                                  | 100          | 150            |
| Olio EVO                                                   | 5            | 5              |
| Sale e aromi                                               | qb           | qb             |
| <b>INSALATA DI FAGIOLINI E PATATE CON OLIO E LIMONE</b>    |              |                |
| Fagiolini                                                  | 60           | 90             |
| Patate                                                     | 40           | 60             |
| Olio Evo                                                   | 5            | 5              |
| Aceto, limone                                              | q.b.         | q.b.           |
| Sale                                                       | q.b.         | q.b.           |
| <b>INSALATA DI FAGIOLINI E POMODORO</b>                    |              |                |
| Fagiolini                                                  | 60           | 70             |
| Pomodoro                                                   | 60           | 80             |
| Olio Evo                                                   | 5            | 5              |
| Aceto, limone                                              | q.b.         | q.b.           |
| Sale                                                       | q.b.         | q.b.           |
| <b>INSALATA DI CAROTE</b>                                  |              |                |
| Carote Julienne                                            | 70           | 90             |
| Olio EVO                                                   | 5            | 5              |
| Sale e aromi                                               | qb           | qb             |
| <b>CAROTE ALL'OLIO/PREZZEMOLATE (Verdura cotta)</b>        |              |                |
| Carote                                                     | 100          | 150            |
| Olio EVO                                                   | 5            | 5              |
| Prezzemolo (se richiesto)                                  | qb           | qb             |
| Limone                                                     | qb           | qb             |

|                                                |       |       |
|------------------------------------------------|-------|-------|
| <b>INSALATA VERDE (Verdura cruda a foglia)</b> |       |       |
| Insalata (lattuga, pan di zucchero...)         | 30/40 | 40/60 |
| Olio EVO                                       | 5     | 5     |
| Aceto di mele                                  | qb    | qb    |

|                                                                                  |    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>INSALATA VERDE E CAROTE (Verdura cruda julienne e verdura cruda a foglia)</b> |    |    |
| Insalata (lattuga, pan di zucchero...)                                           | 30 | 40 |
| Carote Julienne                                                                  | 40 | 60 |
| Olio EVO                                                                         | 5  | 5  |
| Aceto di mele/Limone                                                             | qb | qb |

|                                                                           |    |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>INSALATA VERDE E POMODORO (Verdura cruda e verdura cruda a foglia)</b> |    |    |
| Insalata (lattuga, pan di zucchero...)                                    | 30 | 40 |
| Pomodori                                                                  | 70 | 90 |
| Olio EVO                                                                  | 5  | 5  |
| Aceto di mele/Limone                                                      | qb | qb |

|                                                      |     |     |
|------------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>CAVOLFIORE CON OLIO AROMATICO (Verdura cotta)</b> |     |     |
| Cavolfiore                                           | 100 | 150 |
| Olio EVO                                             | 5   | 5   |
| Piante aromatiche                                    | qb  | qb  |

|                                             |     |     |
|---------------------------------------------|-----|-----|
| <b>FINOCCHI IN INSALATA (Verdura cruda)</b> |     |     |
| Finocchi julienne                           | 120 | 150 |
| Olio EVO                                    | 5   | 5   |
| Aceto di mele                               | qb  | qb  |

|                                                          |     |     |
|----------------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>FINOCCHI GRATINATI CON PARMIGIANO (Verdura cotta)</b> |     |     |
| FINOCCHI GRATINATI CON PARMIGIANO (Verdura cotta)        | 100 | 150 |
| Parmigiano                                               | 5   | 5   |
| Olio EVO                                                 | 3   | 3   |
| Sale e aromi                                             | qb  | qb  |

|                                             |         |         |
|---------------------------------------------|---------|---------|
| <b>INSALATA DI POMODORI (Verdura cruda)</b> |         |         |
| Pomodori                                    | 100/130 | 120/150 |
| Olio EVO                                    | 5       | 5       |
| Aceto di mele/Origano                       | qb      | qb      |

## FRUTTA FRESCA E DESSERT

|                      |     |     |
|----------------------|-----|-----|
| <b>FRUTTA FRESCA</b> | 150 | 150 |
|----------------------|-----|-----|

|                                   |                     |                     |
|-----------------------------------|---------------------|---------------------|
| <b>BUDINO VANIGLIA/CIOCCOLATO</b> | Nr 1 vasetto gr 100 | Nr 1 vasetto gr 100 |
|-----------------------------------|---------------------|---------------------|

|                           |                     |                     |
|---------------------------|---------------------|---------------------|
| <b>YOGURT ALLA FRUTTA</b> | Nr 1 vasetto gr 125 | Nr 1 vasetto gr 125 |
|---------------------------|---------------------|---------------------|

**RICETTARIO GRAMMATO PRIVO DI GLUTINE (SG)**  
COMUNE DI SAN CARLO - RICETTE MENU' INVERNALE/ESTIVO

SCUOLE: PRIMARIA  
GRAMMATURE A CRUDO

**PRIMI PIATTI**

|                                      | PRIMARIA (g) | ADULTI (g) |
|--------------------------------------|--------------|------------|
| <b>PASTA ASCIUTTA (VARI FORMATI)</b> |              |            |
| Pasta senza glutine (sg)             | 70           | 80         |

|                                   |    |    |
|-----------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG ALLA BOSCAIOLA</b>    |    |    |
| Pasta sg                          | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                   | 60 | 60 |
| Funghi champignon                 | 15 | 20 |
| Parmigiano reggiano               | 5  | 5  |
| sale, ortaggi e piante aromatiche | qb | qb |

|                                           |    |    |
|-------------------------------------------|----|----|
| <b>CREMA DI ZUCCA CON PASTINA SG/RISO</b> |    |    |
| Pastina sg/Riso                           | 30 | 40 |
| Zucca                                     | 55 | 60 |
| Patate                                    | 40 | 50 |
| Olio                                      | 3  | 3  |
| Sale e erbe aromatiche                    | qb | qb |

|                                    |    |    |
|------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG POMODORO E RICOTTA</b> |    |    |
| Pasta sg                           | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                    | 60 | 65 |
| Ricotta vaccino                    | 25 | 30 |
| Olio EVO                           | 3  | 3  |
| Parmigiano reggiano                | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e piante aromatiche  | qb | qb |

|                                            |    |    |
|--------------------------------------------|----|----|
| <b>PASSATO DI PATATE E CAROTE CON RISO</b> |    |    |
| Patate                                     | 40 | 50 |
| Riso                                       | 30 | 40 |
| Carote                                     | 50 | 60 |
| Pomodori pelati                            | 10 | 10 |
| Parmigiano reggiano                        | 5  | 5  |
| Olio EVO                                   | 2  | 3  |
| Sedano, cipolla e sale                     | qb | qb |

|                                          |    |    |
|------------------------------------------|----|----|
| <b>MINISTRA DI PATATE CON PASTINA SG</b> |    |    |
| Pastina sg                               | 30 | 40 |
| Carote, sedano e cipolla                 | 20 | 20 |
| Parmigiano reggiano                      | 5  | 5  |
| Olio EVO                                 | 2  | 3  |
| Erbe aromatiche e sale                   | qb | qb |

|                                                                  |    |    |
|------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>PASSATO/VELLUTATA DI VERDURA CON RISO/PASTINA SG</b>          |    |    |
| Riso/Pastina sg                                                  | 30 | 40 |
| Verdure miste (carote, zucchine, costine, verza, porro, cipolla) | 80 | 90 |
| Patata                                                           | 40 | 50 |
| Olio EVO                                                         | 2  | 3  |
| Parmigiano reggiano                                              | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e aromi                                            | qb | qb |

|                                                                    |    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>RISO/PASTA SG AL SUGO/AL POMODORO (E BASILICO SE RICHIESTO)</b> |    |    |
| Riso/Pasta sg                                                      | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                                                    | 60 | 70 |
| Olio extra vergine                                                 | 3  | 3  |

|                                |    |    |
|--------------------------------|----|----|
| Parmigiano                     | 5  | 5  |
| Sale e basilico (se richiesto) | qb | qb |

|                                           |    |    |
|-------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG AL RAGU' DI CARNE</b>         |    |    |
| Pasta sg                                  | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                           | 60 | 70 |
| Carne bovino adulto tritata               | 40 | 40 |
| Olio extra vergine                        | 3  | 3  |
| Parmigiano                                | 5  | 5  |
| Carote, cipolla, sedano, rosmarino e sale | qb | qb |

|                                                     |     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>RISO ALL'ORTOLANA/PASTA SG AL RAGU' VEGETALE</b> |     |     |
| Riso/Pasta sg                                       | 70  | 80  |
| Pomodori pelati                                     | 60  | 70  |
| Carote, zucchine e piselli                          | 120 | 120 |
| Parmigiano                                          | 5   | 5   |
| Olio extravergine di oliva                          | 3   | 3   |
| Sale e aromi                                        | qb  | qb  |

|                                             |    |    |
|---------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG AL SUGO DI POMODORO E PESTO</b> |    |    |
| Pasta sg                                    | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                             | 60 | 70 |
| Pesto confezionato sg                       | 20 | 30 |
| Olio extra vergine                          | 3  | 3  |
| Parmigiano                                  | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e piante aromatiche           | qb | qb |

|                                   |    |    |
|-----------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG AL PESTO SG</b>       |    |    |
| Pasta sg                          | 70 | 80 |
| Pesto confezionato sg             | 20 | 30 |
| Olio extra vergine                | 3  | 3  |
| Parmigiano                        | 5  | 5  |
| Sale, ortaggi e piante aromatiche | qb | qb |

|                                          |    |    |
|------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG AL SUGO POMODORO E TONNO</b> |    |    |
| Pasta sg                                 | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                          | 60 | 70 |
| Tonno sott'olio sgocciolato              | 30 | 30 |
| Olio extra vergine                       | 3  | 3  |
| Sale, piante aromatiche                  | qb | qb |

|                                     |    |    |
|-------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG AL SUGO DI ZUCCHINE</b> |    |    |
| Pasta sg                            | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                     | 60 | 60 |
| Zucchine (tritate)                  | 50 | 50 |
| Parmigiano reggiano                 | 5  | 5  |
| Olio extra vergine                  | 2  | 3  |
| Sale, piante aromatiche             | qb | qb |

|                                              |    |    |
|----------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG IN BIANCO/RISO AL PARMIGIANO</b> |    |    |
| Pasta sg/Riso                                | 70 | 80 |
| Olio extra vergine                           | 5  | 5  |
| Parmigiano                                   | 5  | 5  |
| Sale                                         | qb | qb |

|                                             |    |    |
|---------------------------------------------|----|----|
| <b>PASTA SG AL SUGO DI POMODORO E OLIVE</b> |    |    |
| Pasta sg                                    | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                             | 65 | 70 |
| Olive verdi e nere denocciolate a rondelle  | 7  | 7  |
| Parmigiano reggiano                         | 5  | 5  |
| Olio                                        | 2  | 3  |
| Sale e aromi                                | qb | qb |

|                                 |    |    |
|---------------------------------|----|----|
| <b>RISO/PASTA SG AGLI AROMI</b> |    |    |
| Pasta sg/Riso                   | 70 | 80 |
| Parmigino reggiano              | 5  | 5  |
| Olio extra vergine di oliva     | 5  | 5  |
| Sale e piante aromatiche        | qb | qb |

|                                                 |     |     |
|-------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>PIZZA SENZA GLUTINE (prodotto surgelato)</b> |     |     |
| Pizza senza glutine Dr. Schar                   | 140 | 160 |

|                                     |    |    |
|-------------------------------------|----|----|
| <b>PASTINA SG IN BRODO VEGETALE</b> |    |    |
| Pastina sg                          | 30 | 40 |
| Patate                              | 30 | 30 |
| Carote, zucchine                    | 30 | 30 |
| Sedano e cipolla                    | 30 | 30 |
| Olio                                | 5  | 5  |
| Parmigiano reggiano                 | 5  | 5  |
| Sale                                | qb | qb |

|                               |    |    |
|-------------------------------|----|----|
| <b>PASTICCIO DI PASTA SG</b>  |    |    |
| Pasta SG                      | 70 | 80 |
| Carne di bovino adulto        | 20 | 30 |
| Pomodori pelati               | 50 | 60 |
| Olio EVO                      | 3  | 4  |
| Parmigiano reggiano           | 5  | 5  |
| Burro                         | 2  | 3  |
| Sale, sedano, cipolla, carota | qb | qb |

## SECONDI PIATTI

|                                                           | PRIMARIA (g) | SECONDARIA (g) |
|-----------------------------------------------------------|--------------|----------------|
| <b>PROSCIUTTO COTTO ( Senza Glutine e senza lattosio)</b> | 70           | 80             |

|                                                                 |    |     |
|-----------------------------------------------------------------|----|-----|
| <b>FORMAGGI VARI certificati</b>                                |    |     |
| Mozzarella                                                      | 80 | 100 |
| Parmigiano                                                      | 40 | 60  |
| Crescenza, robiola, tipo annabella, asiago, certosa, primo sale | 60 | 80  |

|                                              |    |    |
|----------------------------------------------|----|----|
| <b>MEZZA PORZIONE PRIMO SALE O CRESCENZA</b> |    |    |
| Crescenza, primo sale                        | 30 | 40 |

|                                         |    |     |
|-----------------------------------------|----|-----|
| <b>SPEZZATINO DI BOVINO IN UMIDO SG</b> |    |     |
| Carne bovina                            | 80 | 100 |
| Pomodori pelati                         | 25 | 30  |
| Olio EVO                                | 3  | 5   |
| Piante aromatiche                       | qb | qb  |

|                                           |    |     |
|-------------------------------------------|----|-----|
| <b>SPEZZATINO DI BOVINO AGLI AROMI SG</b> |    |     |
| Carne bovina                              | 80 | 100 |
| Olio EVO                                  | 3  | 5   |
| Brodo vegetale                            | qb | qb  |
| Piante aromatiche                         | qb | qb  |

|                                         |    |    |
|-----------------------------------------|----|----|
| <b>MEDAGLIONE DI BOVINO IN UMIDO SG</b> |    |    |
| Carne di bovino tritata                 | 70 | 80 |
| Pomodori pelati                         | 50 | 60 |
| Uova pastorizzate                       | 15 | 15 |
| Latte UHT                               | 15 | 15 |
| Parmigiano Reggiano                     | 5  | 7  |
| Pane grattugiato sg                     |    |    |
| Olio EVO                                | 2  | 3  |

|                   |    |    |
|-------------------|----|----|
| Piante aromatiche | qb | qb |
|-------------------|----|----|

#### MEDAGLIONE ARCOBALENO SG

|                         |    |    |
|-------------------------|----|----|
| Carne di bovino tritata | 70 | 80 |
| Patate                  | 10 | 15 |
| Piselli                 | 10 | 15 |
| Carote                  | 10 | 15 |
| Uova pastorizzate       | 15 | 15 |
| Latte UHT               | 15 | 15 |
| Parmigiano Reggiano     | 5  | 7  |
| Olio EVO                | 2  | 3  |
| Pane grattugiato sg     | qb | qb |
| Piante aromatiche       | qb | qb |

#### CROCCHETTE DI POLLO SG

|                     |    |    |
|---------------------|----|----|
| Petto di pollo      | 50 | 70 |
| Patate              | 12 | 15 |
| Spinaci/Costine     | 7  | 10 |
| Uova pastorizzate   | 15 | 15 |
| Parmigiano Reggiano | 7  | 8  |
| Olio EVO            | 5  | 5  |
| Pane grattugiato sg | qb | qb |
| Latte UHT           | qb | qb |

#### ARROSTO DI TACCHINO OLIO E LIMONE

|                     |     |     |
|---------------------|-----|-----|
| Arrosto di tacchino | 70  | 80  |
| Olio EVO            | 5   | 5   |
| Limone              | 1X6 | 1X6 |

#### SALSICCIA DI TACCHINO SG

|                          |    |    |
|--------------------------|----|----|
| Salsiccia di tacchino sg | 60 | 80 |
| Olio EVO                 | 3  | 3  |

#### GATEAU DI PATATE E PROSCIUTTO SG

|                                                   |    |     |
|---------------------------------------------------|----|-----|
| Patate                                            | 80 | 100 |
| Prosciutto cotto (senza lattosio e senza glutine) | 25 | 30  |
| Parmigiano Reggiano                               | 8  | 10  |
| Olio Evo                                          | 5  | 5   |
| Uova pastorizzate                                 | qb | qb  |
| Pane grattugiato sg                               | qb | qb  |

#### OMELETTE DI VERDURA/SPINACI/ZUCCHINE/ERBETTE

|                          |    |    |
|--------------------------|----|----|
| Uova pastorizzate        | 50 | 50 |
| Spinaci/zucchine/erbette | 20 | 20 |
| Patate                   | 15 | 15 |
| Parmigiano reggiano      | 7  | 7  |
| Olio EVO                 | 5  | 5  |

#### TORTINO AL PROSCIUTTO

|                          |    |    |
|--------------------------|----|----|
| Uova pastorizzate        | 50 | 50 |
| Prosciutto cotto tritato | 20 | 20 |
| Parmigiano reggiano      | 7  | 7  |
| Olio EVO                 | 5  | 5  |

#### TORTINO AL FORMAGGIO

|                     |    |    |
|---------------------|----|----|
| Uova pastorizzate   | 50 | 50 |
| Formaggio           | 20 | 20 |
| Parmigiano reggiano | 7  | 7  |
| Olio EVO            | 5  | 5  |

#### COSCIA DI POLLO AL FORNO

|                   |     |     |
|-------------------|-----|-----|
| Coscia di pollo   | 150 | 150 |
| Olio EVO          | 3   | 5   |
| Piante aromatiche | qb  | qb  |

#### SCALOPPINE DI TACCHINO/POLLO AL FORNO SG

|                |    |     |
|----------------|----|-----|
| Pollo/Tacchino | 80 | 100 |
| Olio EVO       | 5  | 7   |
| Limone         | qb | qb  |
| Farina sg      | qb | qb  |

|                           |    |    |
|---------------------------|----|----|
| <b>TORTINO DI SPINACI</b> |    |    |
| Uova pastorizzate         | 50 | 50 |
| Spinaci                   | 20 | 20 |
| Parmigiano reggiano       | 7  | 7  |
| Olio EVO                  | 5  | 5  |

|                                   |    |    |
|-----------------------------------|----|----|
| <b>TORTINO DI VERDURE/ERBETTE</b> |    |    |
| Uova pastorizzate                 | 50 | 50 |
| Verdure miste/erbette             | 20 | 20 |
| Parmigiano reggiano               | 7  | 7  |
| Olio EVO                          | 5  | 5  |

|                                      |        |         |
|--------------------------------------|--------|---------|
| <b>MILANESE DI LONZA AL FORNO SG</b> |        |         |
| Lonza di maiale                      | 80/100 | 100/120 |
| Uovo pastorizzato                    | 12     | 12      |
| Farina di mais/Pane grattugiato sg   | qb     | qb      |
| Olio EVO                             | 3      | 5       |

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| <b>UOVO SODO</b> |   |   |
| Uovo sodo        | 1 | 1 |

|                                                  |    |    |
|--------------------------------------------------|----|----|
| <b>TONNO NATURALE/ALL'OLIO (ben sgocciolato)</b> | 60 | 80 |
|--------------------------------------------------|----|----|

|                                                          |      |      |
|----------------------------------------------------------|------|------|
| <b>Bastoncini di merluzzo SG (prodotto surgelato)</b>    |      |      |
| Bastoncini di merluzzo SF (prodotto surgelato Dr. Schar) | nr 3 | nr 4 |

|                                                |        |         |
|------------------------------------------------|--------|---------|
| <b>MERLUZZO/NASELLO/VERDESCA AGLI AROMI SG</b> |        |         |
| Merluzzo*/Platessa*/Verdesca*                  | 80/100 | 100/120 |
| Olio EVO                                       | 5      | 5       |
| Piante Aromatiche                              | qb     | qb      |

|                                                       |        |         |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|
| <b>MERLUZZO/NASELLO/VERDESCA IMPANATO AL FORNO SG</b> |        |         |
| Merluzzo*/Platessa*/Verdesca*                         | 80/100 | 100/120 |
| Uovo pastorizzato                                     | 12     | 12      |
| Farina sg                                             | qb     | qb      |
| Olio EVO                                              | 3      | 5       |
| Limone                                                | 1x6    | 1x6     |

## CONTORNI

|                                | PRIMARIA (g) | SECONDARIA (g) |
|--------------------------------|--------------|----------------|
| <b>PATATE ARROSTO AL FORNO</b> |              |                |
| Patate                         | 150          | 180            |
| Olio EVO                       | 3            | 3              |
| Sale e aromi                   | qb           | qb             |

|                        |     |     |
|------------------------|-----|-----|
| <b>PATATE ALL'OLIO</b> |     |     |
| Patate                 | 150 | 170 |
| Olio EVO               | 5   | 5   |
| Sale e aromi           | qb  | qb  |

|                                   |  |  |
|-----------------------------------|--|--|
| <b>PISELLI/PISELLINI ALL'OLIO</b> |  |  |
|-----------------------------------|--|--|

|                   |    |     |
|-------------------|----|-----|
| Piselli/Pisellini | 80 | 100 |
| Olio EVO          | 5  | 5   |
| Sale e aromi      | qb | qb  |

|                                                            |     |     |
|------------------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>SPINACI/COSTINE AL PARMIGIANO ( gratinati al forno)</b> |     |     |
| Spinaci/Costine                                            | 150 | 200 |
| Parmigiano                                                 | 5   | 5   |
| Olio EVO                                                   | 3   | 3   |
| Sale e aromi                                               | qb  | qb  |

|                                                  |     |     |
|--------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>SPINACI/COSTINE ALL'OLIO ( Verdura cotta)</b> |     |     |
| Spinaci/Costine                                  | 150 | 200 |
| Olio EVO                                         | 3   | 3   |
| Sale e aromi (Aglione)                           | qb  | qb  |

|                                                        |     |     |
|--------------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>FAGIOLINI ALL'OLIO (verdura cotta piatto caldo)</b> |     |     |
| Fagiolini                                              | 100 | 150 |
| Olio EVO                                               | 5   | 5   |
| Sale e aromi                                           | qb  | qb  |

|                                                         |      |      |
|---------------------------------------------------------|------|------|
| <b>INSALATA DI FAGIOLINI E PATATE CON OLIO E LIMONE</b> |      |      |
| Fagiolini                                               | 60   | 90   |
| Patate                                                  | 40   | 60   |
| Olio Evo                                                | 5    | 5    |
| Aceto, limone                                           | q.b. | q.b. |
| Sale                                                    | q.b. | q.b. |

|                                         |      |      |
|-----------------------------------------|------|------|
| <b>INSALATA DI FAGIOLINI E POMODORO</b> |      |      |
| Fagiolini                               | 60   | 70   |
| Pomodoro                                | 60   | 80   |
| Olio Evo                                | 5    | 5    |
| Aceto, limone                           | q.b. | q.b. |
| Sale                                    | q.b. | q.b. |

|                           |    |    |
|---------------------------|----|----|
| <b>INSALATA DI CAROTE</b> |    |    |
| Carote Julienne           | 70 | 90 |
| Olio EVO                  | 5  | 5  |
| Sale e aromi              | qb | qb |

|                                                     |     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>CAROTE ALL'OLIO/PREZZEMOLATE (Verdura cotta)</b> |     |     |
| Carote                                              | 100 | 150 |
| Olio EVO                                            | 5   | 5   |
| Prezzemolo (se richiesto)                           | qb  | qb  |
| Limone                                              | qb  | qb  |

|                                                |       |       |
|------------------------------------------------|-------|-------|
| <b>INSALATA VERDE (Verdura cruda a foglia)</b> |       |       |
| Insalata (lattuga, pan di zucchero...)         | 30/40 | 40/60 |
| Olio EVO                                       | 5     | 5     |
| Aceto di mele                                  | qb    | qb    |

|                                                                                  |    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>INSALATA VERDE E CAROTE (Verdura cruda julienne e verdura cruda a foglia)</b> |    |    |
| Insalata (lattuga, pan di zucchero...)                                           | 30 | 40 |
| Carote Julienne                                                                  | 40 | 60 |
| Olio EVO                                                                         | 5  | 5  |
| Aceto di mele/Limone                                                             | qb | qb |

|                                                                           |    |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|----|
| <b>INSALATA VERDE E POMODORO (Verdura cruda e verdura cruda a foglia)</b> |    |    |
| Insalata (lattuga, pan di zucchero...)                                    | 30 | 40 |
| Pomodori                                                                  | 70 | 90 |
| Olio EVO                                                                  | 5  | 5  |
| Aceto di mele/Limone                                                      | qb | qb |

|                                                       |     |     |
|-------------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>CAVOLFIOR E CON OLIO AROMATICO (Verdura cotta)</b> |     |     |
| Cavolfiore                                            | 100 | 150 |
| Olio EVO                                              | 5   | 5   |

|                   |    |    |
|-------------------|----|----|
| Piante aromatiche | qb | qb |
|-------------------|----|----|

|                                             |     |     |
|---------------------------------------------|-----|-----|
| <b>FINOCCHI IN INSALATA (Verdura cruda)</b> |     |     |
| Finocchi julienne                           | 120 | 150 |
| Olio EVO                                    | 5   | 5   |
| Aceto di mele                               | qb  | qb  |

|                                                          |     |     |
|----------------------------------------------------------|-----|-----|
| <b>FINOCCHI GRATINATI CON PARMIGIANO (Verdura cotta)</b> |     |     |
| FINOCCHI GRATINATI CON PARMIGIANO (Verdura cotta)        | 100 | 150 |
| Parmigiano                                               | 5   | 5   |
| Olio EVO                                                 | 3   | 3   |
| Sale e aromi                                             | qb  | qb  |

|                                             |         |         |
|---------------------------------------------|---------|---------|
| <b>INSALATA DI POMODORI (Verdura cruda)</b> |         |         |
| Pomodori                                    | 100/130 | 120/150 |
| Olio EVO                                    | 5       | 5       |
| Aceto di mele/Origano                       | qb      | qb      |

## FRUTTA FRESCA E DESSERT

|                      |     |     |
|----------------------|-----|-----|
| <b>FRUTTA FRESCA</b> | 150 | 150 |
|----------------------|-----|-----|

|                                      |                     |                     |
|--------------------------------------|---------------------|---------------------|
| <b>BUDINO SG VANIGLIA/CIOCCOLATO</b> | Nr 1 vasetto gr 100 | Nr 1 vasetto gr 100 |
|--------------------------------------|---------------------|---------------------|

|                              |                     |                     |
|------------------------------|---------------------|---------------------|
| <b>YOGURT ALLA FRUTTA SG</b> | Nr 1 vasetto gr 125 | Nr 1 vasetto gr 125 |
|------------------------------|---------------------|---------------------|

|                            |                      |                      |
|----------------------------|----------------------|----------------------|
| <b>CRACKERS SG</b>         | Nr 1 pacchetto gr 50 | Nr 1 pacchetto gr 50 |
| <b>GALLETTE DI RISO SG</b> | Nr 1 pacchetto gr 16 | Nr 1 pacchetto gr 16 |