

# **AMES S.P.A.**

**AZIENDA MULTISERVIZI ECONOMICI E SOCIALI SPA**  
Isola Nova del Tronchetto, 14 – 30135 Venezia (VE) - ITALIA

## **CAPITOLATO D'APPALTO PER IL SERVIZIO DI RISTORAZIONE SCOLASTICA**

Gestione di alcuni centri di cottura per la preparazione, veicolazione e scodellamento dei pasti alle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di I° grado nel territorio del Comune di Venezia

### **PERIODO SETTEMBRE 2011 – AGOSTO 2014**

(con possibilità di proroga per ulteriori tre anni)

*compresi i centri estivi*

## **ALLEGATO "E"**

### **TABELLE DIETETICHE SETTIMANALI**



### TABELLA GRAMMATURE MENU AUTUNNO-INVERNO 2010/2011

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>Pasta all'olio e parmigiano</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Pasta al pomodoro</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta al pesto</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Pesto biologico	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Pasta mamma rosa</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Ricotta	15	20	25	30
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Pasta al ragù di carne</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Carne macinata di manzo	15	20	25	30
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta pasticciata al ragù</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Carne macinata di manzo	15	20	25	30
mix verdure (cipolla,sedano,carote)	10	12	14	16
Besciamella	40	50	50	60
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>Riso al pomodoro</b>				
Riso	60	70	80	90
Pomodori pelati	25	30	35	40
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
<b>Riso alla parmigiana</b>				
Riso	60	70	80	90
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
latte	40	50	55	60
farina	8	10	12	14
Sale q.b.				
<b>Riso alla zucca/zucchine</b>				
Riso	60	70	80	90
Zucca/zucchine	25	30	35	40
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Riso all'ortolana</b>				
Riso	60	70	80	90
Carote	15	18	20	25
Piselli	20	25	28	30
Sedano	5	6	7	8
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta e fagioli</b>				
Pasta di semola	30	30	35	40
fagioli secchi	15	15	20	30
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
mix carote-patate	30	30	35	40
Odori per brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta di farro e fagioli</b>				
Pasta di farro integrale	30	30	35	40
fagioli secchi	15	15	20	30
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
mix carote-patate	30	30	35	40
Odori per brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				



**Minestrone di verdure con riso/orzo**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Riso o orzo perlato	30	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Crema di patate con pasta/riso/orzo**

Pasta di semola/riso/orzo	20	25	30	35
Patate	70	80	100	120
Cipolle	10	12	15	18
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Crema di zucca/zucchine con riso**

Riso	25	30	35	40
Zucca/zucchine	70	80	100	120
Cipolla	10	12	15	18
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Polenta**

	80	80	100	120
<b>Polpette di manzo</b>				
Carne macinata di manzo	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	2	2	3	4
Patate	10	10	15	20
Pangrattato	4	4	5	7
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Spezzatino di manzo**

Carne di manzo	60	70	80	100
mix cipolla-carota-sedano (60-30-10)	15	20	25	30
Pomodori pelati	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Aromi q.b.				
Sale q.b.				



**Scafoffine di pollo alla salvia**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Petto di pollo	50	60	70	90
Farina	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	9
Sale e salvia q.b.				
<b>Pollo al forno</b>				
Petto di pollo	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	15	15	20	25
Aromi (rosmarino) q.b.	8	10	12	15
Sale q.b.				

**Bocconcini di pollo alle erbe aromatiche**

Petto di pollo	50	60	70	80
Farina	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	9
Sale q.b.				
Aromi (salvia) q.b.				

**Caciottina**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Stracchino**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Casatella**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Mozzarella**

	50	60	70	90
--	----	----	----	----

**"Mozzarella"**

	50	50	50	50
--	----	----	----	----

**Insalata verde (vari tipi)**

	30	30	40	50
--	----	----	----	----

**Carote julienne**

	40	40	50	60
--	----	----	----	----

**Carote**

	4	4	5	7
--	---	---	---	---

**Olio extravergine di oliva**

**Sale q.b.**

**Finocchi conditi**

	70	80	90	100
--	----	----	----	-----

**Finocchi**

	3	4	5	7
--	---	---	---	---

**Olio extravergine di oliva**

**Sale q.b.**

**Tris verdure crude**

(tre verdure a scelta)

Insalata	10	15	20	25
Carote	20	30	40	50
Cappuccio	15	20	25	30
Finocchi	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				

**Piselli al tegame**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Piselli "finissimi"	80	90	100	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Carote al tegame**

Carote	70	80	90	100
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Spinaci filanti**

Spinaci/bieta	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Fagioli all'uccelletto**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Pomodori pelati	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Spinaci/bieta al tegame**

Spinaci/bieta	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Fagiolini all'olio**

Fagiolini	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Purè di patate**

Patate	60	70	70	80
Latte	20	25	25	30
Parmigiano reggiano	5	8	8	10
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Burro	4	5	6	7
Sale q.b.				

**Patate al forno**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				

**Patate lesse**

Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Mela**

Mela	160	160	160	160
------	-----	-----	-----	-----

**Banana**

Banana	180	180	180	180
--------	-----	-----	-----	-----

**Uva**

Uva	140	140	140	140
-----	-----	-----	-----	-----

**Pere**

Pere	160	160	160	160
------	-----	-----	-----	-----

**Arance**

Arance	160	160	160	160
--------	-----	-----	-----	-----

**Mandarini**

Mandarini	160	160	160	160
-----------	-----	-----	-----	-----

*Il peso della frutta è da intendersi indicativo.*

*Rispetto alla grammatura citata potrà esserci una variazione di circa 20 gr*

**yogurth intero alla frutta**

yogurth intero alla frutta	125	125	125	125
----------------------------	-----	-----	-----	-----

**Budino al cacao**

Budino al cacao	100	100	100	100
-----------------	-----	-----	-----	-----

**Torta allo Yogurt  
dose singola a cotto**

Zucchero gr.	40	40	60	80
Yogurt gr.	50	50	75	100
Farina	49	49	73	97
Olio extravergine d'oliva	117	117	175	233
Uova (n.)	42	42	63	83
Latte	1	1	2	2
Lievito	14	14	21	28
acqua e sale q.b.	6	6	9	12

**Torta al cacao (peso al cotto)**

Zucchero gr.	40	40	60	80
Gocce di cioccolato fondente gr.	50	50	75	100
Farina	49	49	73	97
Olio extravergine d'oliva	117	117	175	233
Uova	42	42	63	83
Latte	1	1	2	2
Lievito	14	14	21	28
acqua e sale q.b.	6	6	9	12



**ALIMENTI NON BIOLOGICI**

**S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD**

**Gnocchi al pomodoro**

Gnocchi di patate	120	150	200	200
Passata di pomodoro	25	30	40	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

**Pasta pomodoro e prosciutto**

Pasta di semola	50	60	70	80
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Prosciutto cotto s.p.	10	12	14	16
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

**Ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia**

Ravioli ricotta e spinaci	70	80	90	100
Burro	7	8	9	10
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Aromi (salvia) q.b.				
Sale q.b.				

**Fesa di maiale agli aromi**

Lonza suino fresca	50	70	80	90
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Straccetti/fesa di maiale al limone**

Lonza suino fresca	50	70	80	90
Olio extravergine di oliva	5	6	7	9
Succo di limone q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Cotolette di tacchino al forno**

Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	5	5	6	8
Farina e Pangrattato q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Fesa di tacchino al forno**

Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	5	6	7	9
Farina q.b.				
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				

**S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD.**



**Prosciutto cotto magro s.p.**

**40 50 60 75**

**Polpette di tonno e patate**

Tonno sott'olio sgocciolato	30	40	50	60
Patate	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale e aromi q.b.				

**Bastoncini di merluzzo**

(1 bastoncino = 30 gr.) **60 90 90 120**

**Filetti di halibut**

Filetti di halibut	70	90	100	120
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Pangrattato q.b.				
Sale e aromi q.b.				

**Pane**

**50 50 50 50**

**RICETTE E GRAMMATURE MENU' PRIMAVERILE 2011**  
**ALIMENTI BIOLOGICI**

**Pasta all'olio e parmigiano**

Pasta di semola  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	60	70	80
5	5	6	7
6	6	8	10

**Pasta burro e salvia**

Pasta di semola  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (salvia) q.b.  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	60	70	80
5	6	7	8
2	3	4	5
6	6	8	10

**Pasta al pomodoro**

Pasta di semola  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q.b.  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	60	70	80
20	25	30	50
5	5	6	7
4	4	5	7

**Pasta al pesto**

Pasta di semola  
Pesto biologico  
Parmigiano reggiano  
Olio extravergine di oliva  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	60	70	80
5	5	7	10
4	4	5	7
5	5	6	7

**Pasta al ragù di carne**

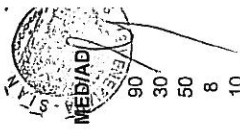
Pasta di semola  
Carne macinata di manzo  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q.b.  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	60	70	80
15	20	25	30
20	30	40	50
4	5	6	7
5	6	8	10

**Pasta al pomodoro e olive**

Pasta di semola  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Olive verdi snocciate  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	60	70	80
20	25	30	50
5	5	6	7
4	4	5	7
10	15	17	20



**S.M. ELE 1° ELE 2°**

**Pasta mamma rosa**

Pasta di semola  
ricotta  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
50	70	80	90
15	20	25	30
20	25	30	50
5	6	7	8
5	6	8	10

**Riso olio e parmigiano**

Riso  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
60	70	80	90
7	7	8	10
7	7	10	12

**Riso di zucchine**

Riso  
Zucchine  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
60	70	80	90
20	25	40	50
4	5	6	7
2	3	4	5
7	7	10	12

**Riso burro e parmigiano**

Riso  
Burro  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
60	70	80	90
7	7	8	10
7	7	10	12

**Riso pomodoro e basilico**

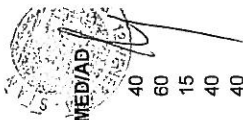
Riso  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q.b.  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
60	70	80	90
20	25	30	50
5	5	6	7
4	4	5	7

**Risi e bisì alla veneta**

Riso  
Piselli freschi o surgelati  
Cipolla  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.  
Odori q.b.  
Sale q.b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
25	30	35	40
50	60	70	80
10	10	15	15
4	5	6	7
4	5	6	7



S.M. ELE 1° ELE 2°

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Passato/Crema di verdure con pastina o crostini</b>				
Pastina di semola o crostini	25	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	30	40	40
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Pasta e fagioli**

Pastina di semola	30	30	35	40
Fagioli secchi	15	15	20	30
Carote e patate	30	30	35	40
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Odori x brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				

**Spezzatino di manzo**

<b>(peso a cotto)</b>				
Carne di manzo (a crudo)	60	65	75	90
mix cipolla-carota-sedano	80	90	100	120
Pomodori pelati	15	15	20	25
Olio extravergine di oliva	15	15	20	25
Aromi q.b.	5	5	8	10
Sale q.b.				

**Polpette di manzo**

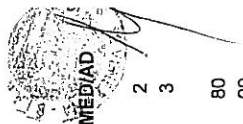
Macinato di manzo	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	2	2	3	4
Patate	10	10	15	20
Pangrattato	4	4	5	7
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Scaloppine di pollo alla pizzaiola**

Petto di pollo	50	60	70	80
Farina	5	5	10	12
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Pomodori pelati	7	7	9	12
Aromi (basilico)	1	1	1,5	2
Sale q.b.				

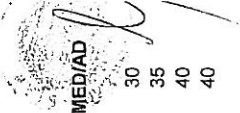
**Fettina di pollo all'arancia**

Petto di pollo	50	60	70	80
Farina	5	5	10	12
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
succo d'arancia	5	5	10	10
Sale q.b.				



S.M. ELE 1° ELE 2°

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Uovo sodo condito</b>				
Uovo n.	1	1	1,5	2
Emulsione di olio extravergine di oliva e sale	1	1	2	3
<b>Casatella</b>	50	50	60	80
<b>Mozzarella</b>	50	60	70	90
<b>Mozzarella</b>	50	50	50	50
<b>Asiago</b>	40	50	60	70
<b>Verdura cruda (una delle seguenti alternative)</b>				
Insalata verde	30	30	40	50
Pomodori	80	80	90	100
Carote Julienne	40	40	50	60
condita con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				
<b>Patate al forno</b>				
Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Aromi (rosmarino) q.b.				
<b>Purè di patate</b>				
Patate	60	60	70	80
Latte	20	20	25	30
Olio extravergine di oliva	2	2	3	5
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Sale q.b.				
<b>Patate prezzemolate</b>				
Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori (prezzemolo) q.b.				
<b>Piselli al tegame</b>				
Piselli "finissimi"	80	90	100	120
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				
<b>Zucchine trifolate</b>				
Zucchine	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				



**Tris di verdure cotte (mescolare tre verdure a scelta)**

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
30	30	30	30
25	30	30	35
30	30	30	40
25	30	30	40
3	3	5	7

- Patate
- Fagiolini
- Carote
- Piselli
- condire con :
- Olio extravergine di oliva
- Sale q.b.

**Fagiolini all'olio**

75	80	90	100
5	5	5	5

- Fagiolini
- Olio extravergine di oliva
- Sale q.b.
- Odori q.b.

**Fagioli all'olio**

30	35	40	50
5	6	7	8
5	6	7	8

- Fagioli secchi (borlotti o cannellini)
- Cipolla
- Olio extravergine di oliva
- Sale q.b.

**Spinaci ai tegame**

75	80	90	100
5	5	5	5

- Spinaci
- Olio extravergine di oliva
- Sale q.b.
- Odori q.b.

- Mela**
- Banana**
- Pera**
- Melone**

160	160	160	160
180	180	180	180
160	160	160	160
180	180	180	180

Il peso è da intendersi indicativo.  
Rispetto alla grammatura citata può esserci una variazione di circa 20 gr.

**Yogurt intero alla frutta**

125	125	125	125
-----	-----	-----	-----

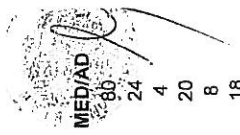
**Budino al cioccolato**

100	100	100	100
-----	-----	-----	-----

**Torta allo Yogurt (peso al cotto)**

40	60	60	80
7	10	10	14
6	10	10	12
13	20	20	26
4	6	6	8
6	9	9	12
2	3	3	4

- Zucchero gr.
- Yogurt gr.
- Farina
- Olio extravergine d'oliva
- Uova
- Latte
- Lievito q.b.
- sale q.b.



**Torta al cacao (peso al cotto)**

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
40	60	60	80
12	18	18	24
2	3	3	4
10	15	15	20
4	6	6	8
9	14	14	18
8	13	13	16

- Zucchero gr.
- cacao amaro in polvere
- Farina
- Olio extravergine d'oliva
- Uova
- Latte
- Lievito
- sale q.b.

**ALIMENTI NON BIOLOGICI**

**PIATTO ED INGREDIENTI**

**Pasta al tonno**

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	60	70	80
15	20	25	30
15	20	25	30
5	5	6	7

- Pasta di semola
- Tonno sott'olio sgocciolato
- Passata di pomodoro
- Olio extravergine di oliva
- Odori (prezzemolo,cipolla) q.b.
- Sale q.b.

**Gnocchi al pomodoro**

120	150	200	200
25	30	40	50
4	5	6	7
3	4	5	7

- Gnocchi di patate
- Passata di pomodoro
- Olio extravergine di oliva
- Parmigiano reggiano
- Odori (basilico) q.b.
- Sale q.b.

**Ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia**

70	80	90	100
7	8	9	10
5	6	7	8

- Ravioli ricotta e spinaci
- Burro
- Parmigiano reggiano
- Aromi (salvia) q.b.
- Sale q.b.

**Lonza di maiale al limone**

50	60	70	90
3	3	4	5

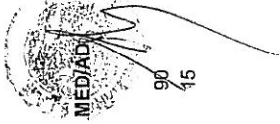
- Lonza suino fresca
- Olio extravergine di oliva
- Odori q.b.
- Sale q.b.

**Bocconcini di maiale agli aromi**

50	60	70	90
3	3	4	5

- Lonza suino fresca
- Olio extravergine di oliva
- Farina q.b.
- Odori q.b.
- Sale q.b.





**PIATTO ED INGREDIENTI**

**S.M. ELE 1° ELE 2°**

**Fesa di tacchino al forno**

Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Farina q.b.				
Odori (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				

**Cotolette di tacchino al forno**

Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	5	5	6	8
Farina e Pangrattato q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Polpette di pesce**

Filetti di platessa	70	90	100	120
Verdure(carote,patate,piselli)	10	10	15	20
Pan grattato q.b.				
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Succo di limone e sale q.b.				

**Haiibut gratinato al forno**

Filetti di haiibut	70	90	100	120
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Pangrattato q.b.				
Sale e aromi q.b.				

**Polpette di tonno**

Tonno sott'olio sgocciolato	30	40	50	60
Patate	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	5	5	8	10
Sale e aromi q.b.				
Pan grattato q.b.				

**Tonno all'olio d'oliva**

	50	60	70	80
--	----	----	----	----

**Bastoncini di merluzzo**

(1 bastoncino = 30 gr.)	60	90	90	120
-------------------------	----	----	----	-----

**Polenta (peso dopo cottura)**

	80	80	100	120
--	----	----	-----	-----

**Prosciutto cotto magro senza polifosfati aggiunti**

	30	40	50	60
--	----	----	----	----

**Hamburger di prosciutto e patate**

Prosciutto cotto magro senza polifosfal	30	45	60	60
Patate	20	25	40	40
Pangrattato	5	6	8	8
Sale e aromi q.b.				

**Pane**

	50	50	50	50
--	----	----	----	----

**TABELLA GRAMMATURE MENU AUTUNNO INVERNO 2010/2011**  
(versione per celiaci)

**ALIMENTI BIOLOGICI**

**Pasta s/ glutine all'olio e parmigiano**

Pasta s/ glutine  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	60	70	80
4	5	6	7
5	6	7	8

**Pasta s/ glutine burro e salvia**

Pasta s/ glutine  
Burro  
Parmigiano reggiano  
Aromi (salvia) q. b.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	60	70	80
7	8	9	10
5	6	7	8

**Pasta al pomodoro**

Pasta s/ glutine  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q. b.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	60	70	80
25	30	40	50
4	5	6	7
5	6	7	8

**Pasta al pesto**

Pasta s/ glutine  
Pesto biologico  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	60	70	80
5	6	7	8
4	5	6	7
5	6	7	8

**Pasta al ragù di carne**

Pasta s/ glutine  
Carne macinata di manzo  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q. b.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	70	80	90
15	20	25	30
25	30	35	40
4	5	6	7
5	6	7	8

**Pasta mamma rosa**

Pasta s/ glutine  
Ricotta  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
50	70	80	90
15	20	25	30
40	50	60	70
4	5	6	7
5	6	7	8



**Riso al pomodoro**

Riso  
Pomodori pelati  
Cipolla  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Brodo vegetale (verdura di stagione) q. b.  
Odori q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
60	70	80	90
25	30	35	40
6	7	8	9
4	5	6	7
6	7	8	9

**Riso alla zucca/zucchine**

Riso  
Zucca/zucchine  
Cipolla  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Brodo vegetale (verdura di stagione) q. b.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
60	70	80	90
25	30	35	40
6	7	8	9
4	5	6	7
6	7	8	9

**Riso alla parmigiana**

Riso  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
latte  
farina s.g.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
60	70	80	90
4	5	6	7
6	7	8	9
40	50	55	60
8	10	12	14

**Riso all'ortolana**

Riso  
Carote  
Piselli  
Sedano  
Cipolla  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Brodo vegetale (verdura di stagione) q. b.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
60	70	80	90
15	18	20	25
20	25	28	30
5	6	7	8
6	7	8	9
4	5	6	7
6	7	8	9
4	5	6	7

**Pasta e fagioli**

Pasta s/ glutine  
fagioli secchi  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
mix carote-patate  
Odori per brodo vegetale q. b.  
Sale q. b.

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
30	30	35	40
15	15	20	30
3	3	4	5
3	4	5	7
30	35	35	40



**Minestrone di verdure con riso**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
Riso	30	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Crema di patate con riso**

Riso	20	25	30	35
Patate	70	80	100	120
Cipolle	10	12	15	18
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Crema di zucca/zucchine con riso**

Riso	25	30	35	40
Zucca	70	80	100	120
Cipolla	10	12	15	18
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Polenta (farina di mais s/g peso a cotto)**

Polpette di manzo	80	80	100	120
Carne macinata di manzo	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	2	2	3	4
Patate	10	10	15	20
Pangrattato s/glutine	4	4	5	7
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Spezzatino di manzo (peso a cotto)**

Carne di manzo	60	70	80	100
mix cipolla-carota-sedano (60-30-10)	15	20	25	30
Pomodori pelati	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	5	8	10
Aromi q.b.				
Sale q.b.				



**Scaloppine di pollo alla salvia**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
Petto di pollo	50	60	90	100
Farina s/glutine	5	6	9	12
Olio extravergine di oliva	7	10	12	15
Sale e salvia q.b.				

**Bocconcini di pollo alle erbe aromatiche**

Petto di pollo	50	60	70	80
Farina s/glutine	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	9
Sale q.b.				
Aromi (salvia) q.b.				

**Pollo al forno**

Petto di pollo	80	100	120	150
Olio extravergine di oliva	8	10	12	15
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				

**Caciottina**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Stracchino**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Casatella**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Mozzarella**

	50	60	70	90
--	----	----	----	----

**"Mozzarellina"**

	50	50	50	50
--	----	----	----	----

**Insalata verde (vari tipi)**

	30	40	50	60
--	----	----	----	----

**Carote julienne**

	40	50	50	60
--	----	----	----	----

**Carote julienne**

	3	4	5	7
--	---	---	---	---

**Carote julienne**

**Olio extravergine di oliva**

**Sale q.b.**

**Finocchi conditi**

Finocchi	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				

**Tris verdure crude**

(tre verdure a scelta)

Insalata	10	15	20	25
Carote	20	30	40	50
Cappuccio	15	20	25	30
Finocchi	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				



**Piselli al tegame**

Piselli "finissimi"  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Aromi q.b.  
Sale q.b.

S.M. 80  
5  
2

ELE 1° 90  
6  
3

ELE 2° 100  
7  
4

MED/AD 120  
8  
5

**Carote al tegame**

Carote  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Aromi q.b.  
Sale q.b.

70

80

90

100

**Spinaci filanti**

Spinaci/bieta  
Burro  
Parmigiano reggiano  
Olio extravergine di oliva  
Aromi q.b.  
Sale q.b.

90

100

110

120

**Fagioli all'uccelletto**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)  
Cipolla  
Pomodori pelati  
Olio extravergine di oliva  
Sale q.b.

30

35

40

50

**Spinaci/bieta al tegame**

Spinaci/bieta  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Aromi q.b.  
Sale q.b.

90

100

110

120

**Fagiolini all'olio**

Fagiolini  
Olio extravergine di oliva  
Sale q.b.  
Odori q.b.

75

80

90

100

**Purè di patate**

Patate  
Latte  
Parmigiano reggiano  
Olio extravergine di oliva  
Burro  
Sale q.b.

60

70

80

100

**Patate al forno**

Patate  
Olio extravergine di oliva  
Aromi (rosmarino) q.b.  
Sale q.b.

S.M. 70  
5

ELE 1° 80  
6

ELE 2° 90  
7

MED/AD 100  
8

**Patate lesse**

Patate  
Olio extravergine di oliva  
Sale q.b.

70

80

90

100

**Mela**

160

160

160

160

**Banana**

180

180

180

180

**Uva**

140

140

140

140

**Pere**

160

160

160

160

**Arance**

160

160

160

160

**Mandarini**

160

160

160

160

*Il peso della frutta è da intendersi indicativo.*

*Rispetto alla grammatura citata potrà esserci una variazione di circa 20 gr*

**yogurth intero alla frutta s/g\***

125

125

125

125

**Budino al cacao s/g\***

100

100

100

100

**Torta allo Yogurt s/g\***

dose singola a cotto

40

40

60

80

Zucchero

50

50

75

100

Yogurt

49

49

73

97

Farina s/glutine

117

117

175

233

Olio extravergine d'oliva

42

42

63

83

Uova (n.)

1

1

2

2

Latte

14

14

21

28

Lievito s/glutine

6

6

9

12

acqua e sale q.b.



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Torta al cacao (peso al cotto)</b>				
Zucchero gr.	40	40	60	80
Gocce di cioccolato fondente gr.	50	50	75	100
Farina s/glutine	49	49	73	97
Olio extravergine d'oliva	117	117	175	233
Uova	42	42	63	83
Latte	1	1	2	2
Lievito s/glutine	14	14	21	28
acqua e sale q.b.	6	6	9	12

**ALIMENTI NON BIOLOGICI**

<b>Pasta s/ glutine pomodoro e prosciutto</b>				
Pasta s/glutine	50	60	70	80
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Prosciutto cotto s.p.	10	12	14	16
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Fesa di maiale agli aromi</b>				
Lonza suino fresca	50	70	80	90
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Odori q.b.				
Sale q.b.				
<b>Straccetti/fesa di maiale al limone</b>				
Lonza suino fresca	50	70	80	90
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Succo di limone q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				
<b>Fesa di tacchino al forno</b>				
Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	5	6	7	9
Farina s/glutine q.b.				
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Cotolette di tacchino al forno</b>				
Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	5	5	6	8
Farina s/g e Pangrattato s/g q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				
<b>Prosciutto cotto magro s/p. e s/ glutine</b>				
Prosciutto cotto magro s/p. e s/ glutine	40	50	60	75



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Polpette di tonno</b>				
Tonno sott'olio sgocciolato	30	40	50	60
Patate	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	5	5	8	10
Sale e aromi q.b.				
<b>Polpette di pesce</b>				
Filetti di platessa	70	90	100	120
Mix verdure (carote,patate,piselli)	10	12	15	18
Olio extravergine di oliva	8	10	12	15
Sale e aromi q.b.				
Pan grattato s/glutine q.b.				

**Filetti di platessa al forno**

Filetti di platessa	70	90	100	120
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Pangrattato s/glutine q.b.				
Sale e aromi q.b.				
<b>Filetti di halibut al forno</b>				
Filetti di halibut	70	90	100	120
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Pangrattato s/glutine q.b.				
Sale e aromi q.b.				

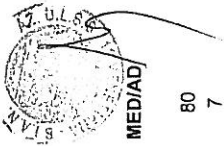
**Polpette di tonno e patate**

Tonno sott'olio sgocciolato	30	40	50	60
Patate	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale e aromi q.b.				
<b>Pane s/ glutine o gallette di riso</b>				
Pane s/ glutine o gallette di riso	50	50	50	50

**Gnocchi al pomodoro s/ glutine**

Gnocchi di patate s/g	120	150	200	200
Passata di pomodoro	25	30	40	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

**RICETTE E GRAMMATURE MENU' PRIMAVERILE 2011 - CELIACI  
ALIMENTI BIOLOGICI**



S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD

**Pasta all'olio e parmigiano**

Pasta senza glutine  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

50 60 70 80  
5 5 6 7  
6 6 8 10

**Pasta burro e salvia**

Pasta senza glutine  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (salvia) q.b.  
Sale q.b.

50 60 70 80  
5 6 7 8  
2 3 4 5  
6 6 8 10

**Pasta al pomodoro**

Pasta senza glutine  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q.b.  
Sale q.b.

50 60 70 80  
20 25 30 50  
5 5 6 7  
4 4 5 7

**Pasta al pesto**

Pasta senza glutine  
Pesto biologico  
Parmigiano reggiano  
Olio extravergine di oliva  
Sale q.b.

50 60 70 80  
5 5 7 10  
4 4 5 7  
5 5 6 7

**Pasta al ragù di carne**

Pasta senza glutine  
Carne macinata di manzo  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q.b.  
Sale q.b.

50 60 70 80  
15 20 25 30  
20 30 40 50  
4 5 6 7  
5 6 8 10

**Pasta al pomodoro e olive**

Pasta senza glutine  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Olive verdi snocciolate  
Sale q.b.

50 60 70 80  
20 25 30 50  
5 5 6 7  
4 4 5 7  
10 15 17 20

**Pasta mamma rosa**

Pasta senza glutine  
Ricotta  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD  
50 70 80 90  
15 20 25 30  
20 25 30 50  
5 6 7 8  
5 6 8 10

**Riso olio e parmigiano**

Riso  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

60 70 80 90  
7 7 8 10  
7 7 10 12

**Riso alle zucchine**

Riso  
Zucchine  
Burro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

60 70 80 90  
20 25 40 50  
4 5 6 7  
2 3 4 5  
7 7 10 12

**Riso burro e parmigiano**

Riso  
Burro  
Parmigiano reggiano  
Sale q.b.

60 70 80 90  
7 7 8 10  
7 7 10 12

**Riso pomodoro e basilico**

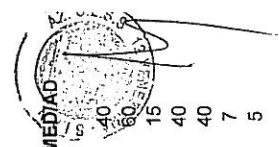
Riso  
Passata di pomodoro  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Odori (basilico) q.b.  
Sale q.b.

60 70 80 90  
20 25 30 50  
5 5 6 7  
4 4 5 7

**Risi e bisì alla veneta**

Riso  
Piselli freschi o surgelati  
Cipolla  
Olio extravergine di oliva  
Parmigiano reggiano  
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.  
Odori q.b.  
Sale q.b.

25 30 35 40  
50 60 70 80  
10 10 15 15  
4 5 6 7  
4 5 6 7



S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD

**Passato/crema di verdure con pasta senza glutine/ riso**

Pasta senza glutine/riso	25	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Pasta e fagioli**

Pasta senza glutine	30	30	35	40
Fagioli secchi	15	15	20	30
Carote e patate	30	30	35	40
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Odori x brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				

**Spezzatino di manzo**

Carne di manzo (a crudo)	60	65	75	90
mix cipolla-carota-sedano	80	90	100	120
Pomodori pelati	15	15	20	25
Olio extravergine di oliva	15	15	20	25
Aromi q.b.	5	5	8	10
Sale q.b.				

**Polpette di manzo**

Macinato di manzo	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	2	2	3	4
Patate	10	10	15	20
Odori q.b.				
Sale q.b.				
Pangrattato senza glutine	4	4	5	7

**Scaloppine di pollo alla pizzaiola**

Petto di pollo	50	60	70	80
Farina senza glutine	5	5	10	12
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Sale q.b.				
Pomodori pelati	7	7	9	12
Aromi (basilico)	1	1	1,5	2

**Fettina di pollo all'arancia**

Petto di pollo	50	60	70	80
Farina senza glutine	5	5	10	12
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
succo d'arancia	5	5	10	10
Sale q.b.				



S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD

**Uovo sodo condito**

Uovo n.	1	1	1,5	2
Emulsione di olio extravergine di oliva e	1	1	2	3

- Casatella
- Mozzarella
- Mozzarella
- Asiago

50	50	60	80
50	60	70	90
50	50	50	50
40	50	60	70

**Verdura cruda (una delle seguenti alternative)**

Insalata verde	30	30	40	50
Pomodori	80	80	90	100
Carote Julienne	40	40	50	60
condire con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				

**Patate al forno**

Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Aromi (rosmarino) q.b.				

**Purè di patate**

Patate	60	60	70	80
Latte	20	20	25	30
Olio extravergine di oliva	2	2	3	5
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Sale q.b.				

**Patate prezzemolate**

Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori (prezzemolo) q.b.				

**Piselli al tegame**

Piselli "frrissimi"	80	90	100	120
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Zucchine trifolate**

Zucchine	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				



S.M. ELE 1° ELE 2° MEDIAD

**Tris di verdure cotte (mescolare tre verdure a scelta)**

Patate	30	30	30	30
Fagiolini	25	30	30	35
Carote	30	30	30	40
Piselli	25	30	30	40
condire con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				

**Fagiolini all'olio**

Fagiolini	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Fagioli all'olio**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Spinaci al tegame**

Spinaci	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Mela**

Mela	160	160	160	160
Banana	180	180	180	180
Pera	160	160	160	160
Melone	180	180	180	180

Il peso è da intendersi indicativo.  
Rispetto alla grammatura citata può esserci una variazione di circa 20 gr.

**Yogurt intero alla frutta**

Yogurt intero alla frutta	125	125	125	125
---------------------------	-----	-----	-----	-----

**Budino al cioccolato (senza glutine)**

Budino al cioccolato (senza glutine)	100	100	100	100
--------------------------------------	-----	-----	-----	-----

**Torta allo Yogurt (peso al cotto)**

Zucchero gr.	40	60	60	80
Yogurt gr.	7	10	10	14
Farina senza glutine	6	10	10	12
Olio extravergine d'oliva	13	20	20	26
Uova	4	6	6	8
Latte	6	9	9	12
Lievito senza glutine q.b. sale q.b.	2	3	3	4

**ALIMENTI NON BIOLOGICI**

**PIATTO ED INGREDIENTI**

**Pasta al tonno**

Pasta senza glutine	50	60	70	80
Tonno sott'olio sgocciolato	15	20	25	30
Passata di pomodoro	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Odori (prezzemolo, cipolla) q.b.				
Sale q.b.				

**Gnocchi al pomodoro**

Gnocchi di patate senza glutine	120	150	200	200
Passata di pomodoro	25	30	40	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	3	4	5	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

**Lonza di maiale al forno**

Lonza suino fresca	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Bocconcini di maiale agli aromi**

Lonza suino fresca	50	60	70	90
Farina e pan grattato senza glutine q.b.				
Odori q.b.				
Olio extravergine di oliva	5	5	6	8
Sale q.b.				

**Cotoletta di tacchino al forno**

Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Farina senza glutine q.b.				
Odori (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				

**Fesa di tacchino al forno**

Fesa di tacchino	50	60	70	90
Olio extravergine di oliva	9	9	12	15
Farina senza glutine q.b.				
Odori (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				



ALIMENTI NON BIOLOGICI

PIATTO ED INGREDIENTI

Polpette di pesce

Filetti di platessa  
Verdure(carote,patate,piselli)  
Pangrattato senza glutine q.b.  
Olio extravergine di oliva  
Succo di limone e sale q.b.

S.M. ELE 1° ELE 2° MED/AD.

70	90	100	120
10	10	15	20
9	9	12	15

Hallbut al forno

Filetti di hallbut  
Olio extravergine di oliva  
Sale e aromi q.b.

70	90	100	120
9	9	12	15

Polpette di tonno

Tonno sott'olio sgocciolato  
Patate  
Olio extravergine di oliva  
Sale e aromi q.b.  
Pangrattato senza glutine q.b.

30	40	50	60
50	60	70	80
5	5	8	10

Prosciutto cotto magro (s. g.) senza polifosfati aggiunti

30	40	50	60
----	----	----	----

Hamburger di prosciutto e patate

Prosciutto cotto magro (s. g.) senza polif  
Patate  
Pangrattato senza glutine  
Sale e aromi q.b.

30	45	60	60
20	25	40	40
5	6	8	8

Tonno all'olio d'oliva

50	60	70	80
----	----	----	----

Pane senza glutine/galette di riso

50	50	50	50
----	----	----	----

Polenta (peso dopo cottura)

80	80	100	120
----	----	-----	-----

**TABELLA GRAMMATURE MENU AUTUNNO INVERNO 2010-2011**

Latto-ovo-vegetariano

**ALIMENTI BIOLOGICI**

**Pasta all'olio e parmigiano**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Pasta di semola	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Pasta al pomodoro**

Pasta di semola	50	60	70	80
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

**Pasta al pesto**

Pasta di semola	50	60	70	80
Pesto biologico	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Pasta mamma rosa**

Pasta di semola	50	60	70	80
ricotta	15	20	25	30
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Riso al pomodoro**

Riso	60	70	80	90
Pomodori pelati	25	30	35	40
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				

**Riso alla parmigiana**

Riso	60	70	80	90
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
latte	40	50	55	60
farina	8	10	12	14
Sale q.b.				

**Riso alla zucca/zucchine**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Riso	60	70	80	90
Zucca/zucchine	25	30	35	40
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Sale q.b.				

**Riso all'ortolana**

Riso	60	70	80	90
Carote	15	18	20	25
Piselli	20	25	28	30
Sedano	5	6	7	8
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Sale q.b.				

**Pasta e fagioli/ceci**

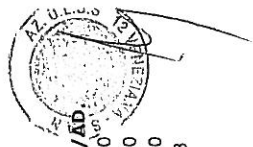
Pasta di semola	30	30	35	40
fagioli secchi/ceci	15	15	20	30
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
mix carote-patate	30	30	35	40
Odori per brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				

**Pasta di farro e fagioli**

Pasta di farro integrale	30	30	35	40
fagioli secchi	15	15	20	30
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
mix carote-patate	30	30	35	40
Odori per brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				

**Minestrone di verdure con riso/orzo**

Riso o orzo perlato	30	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				



**Crema di patate con pasta/riso/orzo**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Pasta di semola	20	25	30	35
Patate	70	80	100	120
Cipolle	10	12	15	18
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Crema di zucca/zucchine con riso**

Riso	25	30	35	40
Zucca/zucchine	70	80	100	120
Cipolla	10	12	15	18
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Frittata al forno**

Uova	60	60	90	120
Sale q.b.				

**Uova strapazzate**

Uova	60	60	90	120
Sale q.b.				

**Fagioli all'uccelletto**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Pomodori pelati	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Macedonia di verdure con legumi**

Verdure varie di stagione (media carote-finocchi)	30	40	50	60
Fagioli secchi	15	20	25	30
Piselli freschi o surgelati	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Insalata di fagioli e patate**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Patate	30	40	50	60
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Lenticchie al pomodoro**

Lenticchie	30	40	50	60
mix cipolla-carota-sedano (60-30-10)	15	20	25	30
passata di pomodoro	10	15	18	20
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
aglio q.b.				
sale q.b.				

**Lenticchie lessate**

Lenticchie	30	40	50	60
mix cipolla-carota-sedano (60-30-10)	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
aglio q.b.				
sale q.b.				

**Caciottina**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Stracchino**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Casatella**

	40	50	60	80
--	----	----	----	----

**Mozzarella**

	50	60	70	90
--	----	----	----	----

**Insalata verde (vari tipi)**

	30	40	50	60
--	----	----	----	----

**Carote julienne**

Carote	40	40	50	60
Olio extravergine di oliva	4	4	5	7
Sale q.b.				

**Finocchi conditi**

Finocchi	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				

**Tris verdure crude**

(tre verdure a scelta)

Insalata	10	15	20	25
Carote	20	30	40	50
Cappuccio	15	20	25	30
Finocchi	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				

**Piselli al tegame**

Piselli "finissimi"	80	90	100	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

S.M.

ELE 1°

ELE 2°

MED/AD.

60

30

15

10

5

40

20

15

10

6

50

25

18

7

80

60

30

25

18

8

80

60

40

30

25

18

8

80

60

40

30

25

18

8

80

60

40

30

25

18

8

80

60

40

30

25

18

8

80

60

40

30

25

18

8

80

60

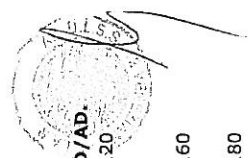
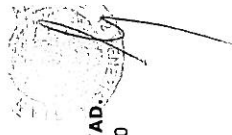
40

30

25

18

8



**Carote al tegame**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
Carote	70	80	90	100
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Spinaci/bieta al tegame**

Spinaci	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Spinaci filanti**

Spinaci/bieta	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Fagiolini all'olio**

Fagiolini	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Purè di patate**

Patate	60	70	70	80
Latte	20	25	25	30
Parmigiano reggiano	5	8	8	10
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Burro	4	5	6	7
Sale q.b.				

**Patate al forno**

Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				

**Patate lesse**

Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Macedonia di verdure**

carote	30	40	50	60
patate	30	40	50	60
piselli	30	40	50	60
olio extravergine	5	6	7	8
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Polenta (peso a cotto)**

S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
80	80	100	120

**Mela**

160	160	160	160
-----	-----	-----	-----

**Banana**

180	180	180	180
-----	-----	-----	-----

**Uva**

140	140	140	140
-----	-----	-----	-----

**Pere**

160	160	160	160
-----	-----	-----	-----

**Arance**

160	160	160	160
-----	-----	-----	-----

**Mandarini**

160	160	160	160
-----	-----	-----	-----

*Il peso della frutta è da intendersi indicativo.  
Rispetto alla grammatura citata potrà esserci una variazione di circa 20 gr*

**yogurth intero alla frutta**

125	125	125	125
-----	-----	-----	-----

**Budino al cacao**

100	100	100	100
-----	-----	-----	-----

**Torta allo Yogurt**

dose singola a cotto

Zucchero gr.	40	40	60	80
Yogurt gr.	50	50	75	100
Farina	49	49	73	97
Olio extravergine d'oliva	117	117	175	233
Uova (n.)	42	42	63	83
Latte	1	1	2	2
Lievito	14	14	21	28
acqua e sale q.b.	6	6	9	12

**Torta al cacao (peso al cotto)**

Zucchero gr.	40	40	60	80
Gocce di cioccolato fondente gr.	50	50	75	100
Farina	49	49	73	97
Olio extravergine d'oliva	117	117	175	233
Uova	42	42	63	83
Latte	1	1	2	2
Lievito	14	14	21	28
acqua e sale q.b.	6	6	9	12



**ALIMENTI NON BIOLOGICI**

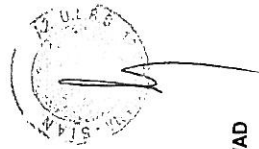
	<b>S.M.</b>	<b>ELE 1°</b>	<b>ELE 2°</b>	<b>MED/AD.</b>
<b>Pane</b>	50	50	50	50
<b>Gnocchi al pomodoro</b>				
Gnocchi di patate	120	150	200	200
Passata di pomodoro	25	30	40	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia</b>				
Ravioli ricotta e spinaci	70	80	90	100
Burro	7	8	9	10
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Aromi (salvia) q.b.				
Sale q.b.				

RICETTE E GRAMMATURE MENU' PRIMAVERILE 2011

Latto-ovo-vegetariano

ALIMENTI BIOLOGICI

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
<b>Pasta all'olio e parmigiano</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	8	10
Sale q.b.				
<b>Pasta burro e salvia</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Parmigiano reggiano	6	6	8	10
Odori (salvia) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta al pomodoro</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Passata di pomodoro	20	25	30	50
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta al pesto</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Pesto biologico	5	5	7	10
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	5	5	7
Sale q.b.				
<b>Pasta al pomodoro e olive</b>				
Pasta di semola	50	60	70	80
Passata di pomodoro	20	25	30	50
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Olive verdi snocciolate	10	15	17	20
Sale q.b.				
<b>Pasta mamma rosa</b>				
Pasta di semola	50	70	80	90
ricotta	15	20	25	30
Passata di pomodoro	20	25	30	50
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.	5	6	8	10



**Riso olio e parmigiano**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
Riso	60	70	80	90
Olio extravergine di oliva	7	7	8	10
Parmigiano reggiano	7	7	10	12
Sale q.b.				

**Riso burro e parmigiano**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
Riso	60	70	80	90
Burro	7	7	8	10
Parmigiano reggiano	7	7	10	12
Sale q.b.				

**Risi e bisì alla veneta**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
Riso	25	30	35	40
Piselli freschi o surgelati	50	60	70	80
Cipolla	10	10	15	15
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

**Riso alle zucchini**

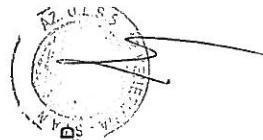
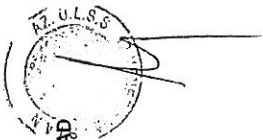
	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
Riso	60	70	80	90
Zucchini	20	25	40	50
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Parmigiano reggiano	7	7	10	12
Sale q.b.				

**Riso pomodoro e basilico**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
Riso	60	70	80	90
Passata di pomodoro	20	25	30	50
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	4	4	5	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

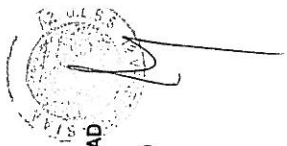
**Pasta e fagioli**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIA
Pastina di semola	25	30	35	40
fagioli secchi	15	15	20	30
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Parmigiano reggiano	3	4	5	7
mix carote-patate	30	35	35	40
Odori per brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Crema/passato di verdure con pasta/crostini</b>				
Pasta di semola/crostini	25	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Uovo sodo condito</b>				
Uovo n.	1	1	1,5	2
Emulsione di olio extravergine di oliva e sale	1	1	2	3
<b>Frittata al forno</b>				
Uova	1	1	1,5	2
Sale q.b.				
<b>Uova strapazzate</b>				
Uova	1	1	1,5	2
Sale q.b.				
<b>Insalata di fagioli Borlotti con sedano</b>				
Fagioli secchi (borlotti)	30	35	40	50
Sedano (tagliato a "rondelle")	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Fagioli all'uccelletto</b>				
Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Pomodori pelati	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Fagioli all'olio</b>				
Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Macedonia di verdure con legumi</b>				
Verdure varie di stagione (media carole-finocchi)	30	40	50	60
Fagioli secchi	15	20	25	30
Piselli freschi o surgelati	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Insalata di ceci</b>				
Ceci secchi	30	35	40	50
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Prezzemolo q.b.				
Sale q.b.				
<b>Lenticchie al tegame</b>				
Lenticchie	30	40	50	60
mix cipolla-carota-sedano	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
sale q.b.				
<b>Stracchino</b>				
Casatella	50	50	60	80
Asiago	50	50	60	80
Mozzarella	40	50	60	70
	50	60	70	90
<b>Verdura cruda (una delle seguenti alternative)</b>				
Insalata verde	30	30	40	50
Pomodori	80	80	90	100
Carote Julienne	40	40	50	60
condita con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				
<b>Tris di verdure cotte (mescolare tre verdure a scelta)</b>				
Patate	30	30	30	30
Finocchi	30	30	30	40
Fagiolini	25	30	30	35
Carote	30	30	30	40
Piselli	25	30	30	40
condire con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				
<b>Fagiolini all'olio</b>				
Fagiolini	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				
<b>Purè di patate</b>				
Patate	60	70	70	80
Latte	20	25	25	30
Parmigiano reggiano	4	5	5	7
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Sale q.b.				



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIAD
<b>Patate al forno</b>				
Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Patate prezzemolate</b>				
Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori (prezzemolo) q.b.				
<b>Piselli al tegame</b>				
Piselli "finissimi"	80	90	100	120
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				

**Zucchine trifolate**

Zucchine	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Fagioli all'uccelletto**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Pomodori pelati	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Fagioli all'olio**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

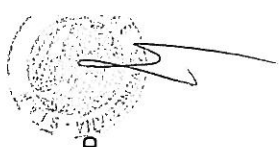
**Spinaci al tegame**

Spinaci	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				

**Mela**

Mela	160	160	160	160
Banana	180	180	180	180
Pera	160	160	160	160
Melone	180	180	180	180

*Il peso è da intendersi indicativo. Rispetto alla grammatura citata può esserci una variazione di circa 20 gr.*



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDIAD
<b>yoghurt intero alla frutta</b>				
	125	125	125	125
<b>Budino al cacao</b>				
	100	100	100	100
<b>Torta allo Yogurt (peso al cotto)</b>				
Zucchero gr.	40	60	60	80
Yogurt gr.	7	10	10	14
Farina	6	10	10	12
Olio extravergine d'oliva	13	20	20	26
Uova	4	6	6	8
Latte	6	9	9	12
Lievito q.b.	2	3	3	4
Sale q.b.				

**ALIMENTI NON BIOLOGICI**

Polenta	80	100	100	120
---------	----	-----	-----	-----

**Pane**

	50	50	50	50
--	----	----	----	----

**Gnocchi al pomodoro**

Gnocchi di patate	120	150	200	200
Passata di pomodoro	25	30	40	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	3	4	5	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

**Ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia**

Ravioli ricotta e spinaci	70	80	90	100
Burro	7	8	9	10
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Aromi (salvia) q.b.				
Sale q.b.				



**TABELLA GRAMMATURE MENU AUTUNNO INVERNO 2010-2011**

Latto-ovo-vegetariano per celiaci

**ALIMENTI BIOLOGICI**

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>Pasta s/ glutine all'olio e parmigiano</b>				
Pasta s/ glutine	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Pasta mamma rosa</b>				
Pasta s/ glutine	50	60	70	80
ricotta	15	20	25	30
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Pasta s/ glutine al pomodoro</b>				
Pasta s/ glutine	50	60	70	80
Passata di pomodoro	25	30	35	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta s/ glutine al pesto</b>				
Pasta s/ glutine	50	60	70	80
Pesto biologico	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Riso al pomodoro</b>				
Riso	60	70	80	90
Pomodori pelati	25	30	35	40
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
<b>Riso alla zucca/zucchine</b>				
Riso	60	70	80	90
Zucca/zucchine	25	30	35	40
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Sale q.b.				

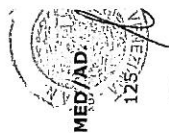
	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>Riso alla parmigiana</b>				
Riso	60	70	80	90
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
latte	40	50	55	60
farina s/ glutine	8	10	12	14
Sale q.b.				
<b>Riso all'ortolana</b>				
Riso	60	70	80	90
Carote	15	18	20	25
Piselli	20	25	28	30
Sedano	5	6	7	8
Cipolla	6	7	8	9
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	7	8	9
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Pasta s/ glutine e fagioli/ceci</b>				
Pasta s/ glutine	30	30	35	40
fagioli secchi/ceci	15	15	20	30
Olio extravergine di oliva	5	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
mix carote-patate	30	30	35	40
Odori per brodo vegetale q.b.				
Sale q.b.				
<b>Crema di patate con pasta s/ glutine/riso</b>				
Pasta s/ glutine/riso	20	25	30	35
Patate	70	80	100	120
Cipolle	10	12	15	18
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Crema di zucca/zucchine con riso</b>				
Riso	20	25	30	35
Zucca/zucchine	70	80	100	120
Cipolla	10	12	15	18
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori q.b.				
Sale q.b.				

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>Minestrone di verdure con riso</b>				
Riso	30	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	6	6	7	8
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Polenta (farina di mais s/glutine)</b>	80	80	100	120
<b>Frittata al forno</b>				
Uova	60	60	90	120
Farina s/glutine q.b.				
Sale q.b.				
<b>Uova strapazzate</b>				
Uova	60	60	90	120
Sale q.b.				
<b>Fagioli all'uccelletto</b>				
Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Pomodori pelati	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Macedonia di verdure con legumi</b>				
Verdure varie di stagione (media carote-finocchi)	30	40	50	60
Fagioli secchi	15	20	25	30
Piselli freschi o surgelati	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Insalata di fagioli e patate</b>				
Fagioli secchi	30	35	40	50
Patate	30	40	50	60
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Lenticchie al pomodoro</b>				
Lenticchie	30	40	50	60
mix cipolla-carota-sedano (60-30-10)	15	20	25	30
passata di pomodoro	10	15	18	20
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
aglio q.b.				
sale q.b.				
<b>Lenticchie lessate</b>				
Lenticchie	30	40	50	60
mix cipolla-carota-sedano (60-30-10)	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
aglio q.b.				
sale q.b.				
<b>Caciottina</b>	40	50	60	80
<b>Stracchino</b>	40	50	60	80
<b>Casatella</b>	40	50	60	80
<b>Mozzarella</b>	50	60	70	90
<b>Insalata verde (vari tipi)</b>	30	40	50	60
<b>Carote julienne</b>				
Carote	40	50	50	60
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				
<b>Finocchi conditi</b>				
Finocchi	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				
<b>Tris verdure crude</b> (tre verdure a scelta)				
Insalata	10	15	20	25
Carote	20	30	40	50
Cappuccio	15	20	25	30
Finocchi	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				
<b>Piselli al tegame</b>				
Piselli "finissimi"	80	90	100	120
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				
<b>Carote al tegame</b>				
Carote	70	80	90	100
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>Spinaci al tegame</b>				
Spinaci	90	100	110	8
Burro	5	6	7	5
Olio extravergine di oliva	2	3	4	
Aromi q.b.				
Sale q.b.				
<b>Spinaci filanti</b>				
Spinaci/bieta	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				
<b>Purè di patate</b>				
Patate	60	70	70	80
Latte	20	25	25	30
Parmigiano reggiano	5	8	8	10
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Burro	4	5	6	7
Sale q.b.				
<b>Patate al forno</b>				
Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Patate lesse</b>				
Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Macedonia di verdure e legumi</b>				
carote	30	40	50	60
patate	30	40	50	60
piselli	30	40	50	60
olio extravergine	5	6	7	8
Sale q.b.				
Odori q.b.				
<b>Mela</b>	160	160	160	160
<b>Banana</b>	180	180	180	180
<b>Uva</b>	140	140	140	140
<b>Pere</b>	160	160	160	160
<b>Arance</b>	160	160	160	160
<b>Mandarini</b>	160	160	160	160

*Il peso della frutta è da intendersi indicativo.  
Rispetto alla grammatura citata potrà esserci una variazione di circa 20 gr*



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD.
<b>yogurth intero alla frutta s/glutine</b>	125	125	125	125
<b>Budino al cacao s/glutine</b>	100	100	100	100
<b>Torta allo Yogurt s/glutine</b> dose singola a cotto	40	40	60	80
<b>dosi ingredienti a crudo (x n.10 porzioni)</b>				
Zucchero gr.	50	50	75	100
Yogurth s/glutine	49	49	73	97
Farina s/glutine	117	117	175	233
Olio extravergine d'oliva	42	42	63	83
Uova	1	1	2	2
Latte	14	14	21	28
Lievito s/glutine	6	6	9	12
acqua e sale q.b.				
<b>Torta al cacao (peso al cotto)</b>	40	40	60	80
Zucchero gr.	50	50	75	100
Gocce di cioccolato fondente gr.	49	49	73	97
Farina s/glutine	117	117	175	233
Olio extravergine d'oliva	42	42	63	83
Uova	1	1	2	2
Latte	14	14	21	28
Lievito s/glutine	6	6	9	12
acqua e sale q.b.				
<b>ALIMENTI NON BIOLOGICI</b>				
<b>Pane s/glutine</b>	50	50	50	50
<b>Gnocchi al pomodoro s/glutine</b>	120	150	200	200
Gnocchi di patate s/g	25	30	40	50
Passata di pomodoro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	5	6	7	7
Parmigiano reggiano	5	6	7	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				

RICETTE E GRAMMATURE MENU' PRIMAVERILE 2011

Latto-ovo-vegetariano per celiaci

ALIMENTI BIOLOGICI

S.M. ELE 1° ELE 2° MEDIAD

**Pasta all'olio e parmigiano**

Pasta senza glutine 50 60 70 80  
 Olio extravergine di oliva 5 5 6 7  
 Parmigiano reggiano 6 6 8 10  
 Sale q.b.

**Pasta burro e salvia**

Pasta senza glutine 50 60 70 80  
 Burro 5 6 7 8  
 Olio extravergine di oliva 2 3 4 5  
 Parmigiano reggiano 6 6 8 10  
 Odori (salvia) q.b.  
 Sale q.b.

**Pasta al pomodoro**

Pasta senza glutine 50 60 70 80  
 Passata di pomodoro 20 25 30 50  
 Olio extravergine di oliva 5 5 6 7  
 Parmigiano reggiano 4 4 5 7  
 Odori (basilico) q.b.  
 Sale q.b.

**Pasta al pesto**

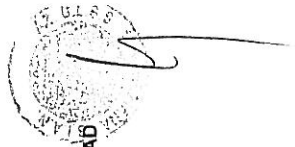
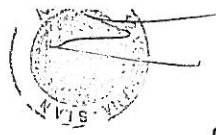
Pasta senza glutine 50 60 70 80  
 Pesto biologico 5 5 7 10  
 Olio extravergine di oliva 4 5 6 7  
 Parmigiano reggiano 4 5 5 7  
 Sale q.b.

**Pasta al pomodoro e olive**

Pasta senza glutine 50 60 70 80  
 Passata di pomodoro 20 25 30 50  
 Olio extravergine di oliva 5 5 6 7  
 Parmigiano reggiano 4 4 5 7  
 Olive verdi snocciate 10 15 17 20  
 Sale q.b.

**Pasta mamma rosa**

Pasta senza glutine 50 70 80 90  
 Ricotta 15 20 25 30  
 Passata di pomodoro 20 25 30 50  
 Olio extravergine di oliva 5 6 7 8  
 Parmigiano reggiano 5 6 8 10  
 Sale q.b.



**Riso olio e parmigiano**

Riso 60 70 80 90  
 Olio extravergine di oliva 7 7 8 10  
 Parmigiano reggiano 7 7 10 12  
 Sale q.b.

**Riso burro e parmigiano**

Riso 60 70 80 90  
 Burro 7 7 8 10  
 Parmigiano reggiano 7 7 10 12  
 Sale q.b.

**Riso pomodoro e basilico**

Riso 60 70 80 90  
 Passata di pomodoro 20 25 30 50  
 Olio extravergine di oliva 5 5 6 7  
 Parmigiano reggiano 4 4 5 7  
 Odori (basilico) q.b.  
 Sale q.b.

**Risi e bisì alla veneta**

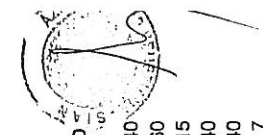
Riso 25 30 35 40  
 Piselli freschi o surgelati 50 60 70 80  
 Cipolla 10 10 15 15  
 Olio extravergine di oliva 4 5 6 7  
 Parmigiano reggiano 4 5 6 7  
 Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.  
 Odori q.b.  
 Sale q.b.

**Riso alle zucchine**

Riso 60 70 80 90  
 Zucchine 20 25 40 50  
 Burro 4 5 6 7  
 Olio extravergine di oliva 2 3 4 5  
 Parmigiano reggiano 7 7 10 12  
 Sale q.b.

**Pasta e fagioli**

Pastina senza glutine 25 30 35 40  
 fagioli secchi 15 15 20 30  
 Olio extravergine di oliva 3 3 4 5  
 Parmigiano reggiano 3 4 5 7  
 mix carote-patate 30 35 35 40  
 Odori per brodo vegetale q.b.  
 Sale q.b.



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Passato/crema di verdure con pasta s/g o riso</b>	25	30	35	40
Patate	30	40	50	60
Cipolle	10	10	15	15
Zucchine	25	25	30	40
Carote	25	25	30	40
Parmigiano reggiano	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Brodo vegetale (verdura di stagione) q.b.				
Odori (basilico, prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				

**Uovo sodo condito**

Uovo n.	1	1	1,5	2
Emulsione di olio extravergine di oliva e sale	1	1	2	3

**Frittata al forno**

Uova	1	1	1,5	2
Sale q.b.				

**Uova strapazzate**

Uova	1	1	1,5	2
Sale q.b.				

**Insalata di fagioli Borlotti con sedano**

Fagioli secchi (borlotti)	30	35	40	50
Sedano (tagliato a "rondelle")	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Fagioli all'uccelletto**

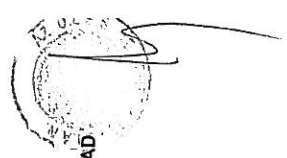
Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Pomodori pelati	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Fagioli all'olio**

Fagioli secchi (borlotti o cannellini)	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				

**Macedonia di verdure con legumi**

Verdure varie di stagione (media carote-finocchi)	30	40	50	60
Fagioli secchi	15	20	25	30
Piselli freschi o surgelati	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				



	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MED/AD
<b>Insalata di ceci</b>				
Ceci secchi	30	35	40	50
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Prezzemolo q.b.				
Sale q.b.				
<b>Lenticchie al legame</b>				
Lenticchie	30	40	50	60
mix cipolla-carota-sedano	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
sale q.b.				

**Stracchino**

Stracchino	50	50	60	80
------------	----	----	----	----

**Casatella**

Casatella	50	50	60	80
-----------	----	----	----	----

**Mozzarella**

Mozzarella	50	60	70	90
------------	----	----	----	----

**Asiago**

Asiago	40	50	60	70
--------	----	----	----	----

**Verdura cruda (una delle seguenti alternative)**

Insalata verde	30	30	40	50
Pomodori	80	80	90	100
Carote Julienne	40	40	50	60
condita con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				

**Tris di verdure cotte (mescolare tre verdure a scelta)**

Patate	30	30	30	30
Finocchi	30	30	30	40
Fagiolini	25	30	30	35
Carote	30	30	30	40
Piselli	25	30	30	40
condire con :				
Olio extravergine di oliva	3	3	5	7
Sale q.b.				

**Fagiolini all'olio**

Fagiolini	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDI/AD
<b>Purè di patate</b>				
Patate	60	70	70	80
Latte	20	25	25	30
Parmigiano reggiano	4	5	5	7
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Sale q.b.				
<b>Patate al forno</b>				
Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Aromi (rosmarino) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Patate prezzemolate</b>				
Patate	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Odori (prezzemolo) q.b.				
Sale q.b.				
<b>Zucchine trifolate</b>				
Zucchine	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				
<b>Piselli al tegame</b>				
Piselli "finissimi"	80	90	100	120
Burro	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Aromi q.b.				
Sale q.b.				
<b>Mela</b>				
Mela	160	160	160	160
Banana	180	180	180	180
Pera	160	160	160	160
Melone	180	180	180	180
<i>Il peso è da intendersi indicativo. Rispetto alla grammatura citata può esserci una variazione di circa 20 gr.</i>				
Yogurt intero alla frutta	125	125	125	125
Budino al cioccolato (senza glutine)	100	100	100	100

	S.M.	ELE 1°	ELE 2°	MEDI/AD
<b>Torta allo Yogurt (peso al cotto)</b>				
Zucchero gr.	40	60	60	80
Yogurt gr.	7	10	10	14
Farina senza glutine	6	10	10	12
Olio extravergine d'oliva	13	20	20	26
Uova	4	6	6	8
Latte	6	9	9	12
Lievito senza glutine q.b.	2	3	3	4
Sale q.b.				
<b>ALIMENTI NON BIOLOGICI</b>				
<b>Polenta (peso dopo cottura)</b>				
Polenta	80	80	100	120
<b>Pane senza glutine/galette di riso</b>				
Pane senza glutine	50	50	50	50
<b>Gnocchi al pomodoro</b>				
Gnocchi di patate senza glutine	120	150	200	200
Passata di pomodoro	25	30	40	50
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano reggiano	3	4	5	7
Odori (basilico) q.b.				
Sale q.b.				