

## COMUNE DI CUORGNE

ASILO NIDO - 6 / 9 MESI  
GRAMMATURE PER PORZIONE

PRANZO	ALLERGENI *	
<b>Passato di verdura con pastina/semolino/ecc.</b>		grammi
brodo vegetale	<b>SEDANO</b>	200 ml
<b>pastina o semolino o crema di mais e tapioca</b>	<b>GLUTINE</b>	20
patate		45
zucchine o zucca		15
carote		15
cipolla		5
olio extra-vergine di oliva		5
parmigiano	<b>LATTE, UOVA</b>	5
a cui si aggiunge a seconda di quanto previsto in menù		
<b>carne frullata (vitello, pollo, tacchino)</b>		30
pesata a crudo		
<b>omogeneizzato in vasetto (vitello, pollo, tacchino, coniglio)</b>		60
<b>Pesce bollito o a vapore (sogliola; merluzzo)*</b>	<b>PESCE</b>	40
<b>omogeneizzato in vasetto</b>		80
<b>Prosciutto cotto frullato</b>		30
<b>Formaggio fresco</b>	<b>LATTE</b>	30
<b>ricotta</b>	<b>LATTE</b>	45
<b>parmigiano grattugiato</b>	<b>LATTE, UOVA</b>	15
<b>FRUTTA FRESCA (grattugiata o frullata)</b>		80
a fine pasto		

A

in  
alternativa

2 volte a settimana

B

in  
alternativa

1 volta a settimana

C

1 volta a settimana

D

in  
alternativa  
in  
alternativa

1 volta a settimana

in  
alternativain  
alternativa

<b>MERENDA</b>		
<b>yogurt alla frutta</b>	<b>LATTE</b>	125
<b>Frullato di frutta fresca</b>		
mela o pera		50
banana		50
<b>omogeneizzato alla frutta</b>		80

in  
alternativa

<b>latte e biscotti</b>		
latte	<b>LATTE</b>	200 ml
biscotti plasmon	<b>GLUTINE, LATTE</b>	3 pz

\* prodotto congelato o surgelato all'origine

**\* LE PREPARAZIONI INDICATE POSSONO CONTENERE TRACCE DI GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, LATTE E PROTEINE DEL LATTE, SOIA E UOVA**

**PER I SOGGETTI CHE HANNO PRESENTATO UNA RICHIESTA DI DIETA VIENE PREPARATO UN MENU' DEDICATO PRIVO DEGLI ALLERGENI INDICATI NEL CERTIFICATO MEDICO.**

**CITTA' DI CUORGNE'**  
**TABELLA DIETETICA MENU' "NO LATTE E DERIVATI"**  
 menù scuole materne - elementari

GRAMMATURE PRIMI PIATTI	ALLERGENI*	materne	elem.	adulti
<b>RISOTTO AL POMODORO</b>				
riso		60	80	100
pomodoro fresco/pomodori pelati		50	70	80
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
<b>PASSATO DI ZUCCA CON RISO/CROSTINI</b>				
riso		25	40	45
crostini	GLUTINE	50	60	70
cipolle / sedano	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
zucca		45	75	75
patate		50	80	80
carote		15	20	20
verdure miste per mistrone surgelate	SEDANO	15	20	20
olio di oliva		5	7	7
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALL'olio di oliva/ olio di oliva E SALVIA</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
olio di oliva		7	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL RAGU'</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	70
carne per ragù		15	20	20
olio di oliva		5	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO/ POMODORO E BASILICO</b>				
pasta	GLUTINE	80	100	100
pomodori pelati		50	70	80
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato/ fresco		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASSATO DI VERDURA con pasta, riso o crostini</b>				
pasta o riso	GLUTINE (se pasta)	25	40	45
crostini	GLUTINE	50	60	70
preparato misto per minestrone e/o verdure surgelate	SEDANO	40	50	60
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7

carote / sedano	SEDANO	15	20	20
patate		45	75	75
<b>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</b>				
riso		60	80	100
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zafferano		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL TONNO E POMODORO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
tonno sott'olio di oliva	PESCE	20	40	40
olio di oliva		5	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AI PISELLI</b>				
riso		60	80	100
piselli surgelati		10	15	20
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISO ALL'olio di oliva</b>				
riso		60	80	100
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AL RAGU' VEGETALE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		15	20	20
carote		15	20	20
olio di oliva		5	5	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO E OLIVE</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
olive nere snocciolate		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL PESTO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
basilico fresco		20	20	20
pinoli		5	5	5
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		10	12	12

<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE</b>				
riso		60	80	100
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>VELLUTATA DI VERDURE VERDI</b>				
patate		50	80	90
piselli surgelati		50	60	60
zucchine		45	60	60
spinaci surgelati		15	25	25
gusti (cipolle, carote)		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
<b>RISOTTO AGLI SPINACI</b>				
riso		60	80	100
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
spinaci surgelati		10	15	15
olio di oliva		5	5	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALLE VERDURE</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
melanzane		10	10	10
peperoni		10	10	10
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALL'ORTOLANA</b>				
pasta	GLUTINE	0	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
carote		10	10	10
piselli		10	10	10
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.

<b>GRAMMATURE SECONDI PIATTI</b>				
<b>PETTO DI POLLO ALL'olio di oliva E SALVIA</b>				
petto di pollo		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI VITELLO</b>				
coscia di vitello (fesa)		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.

olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA ALLE ERBETTE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
erbette surgelate		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>FILETTO DI HALIBUT AL FORNO CON PREZZEMOLO</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
<b>MILANESE DI TACCHINO</b>				
fesa di tacchino		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO MERLUZZO POMODORO E ORIGANO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
pomodoro		20	20	20
gusti (carote,cipolle,sedano)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>COSCIA DI POLLO ARROSTO</b>				
fusello di pollo 1 pro-capite		130	130	130
olio di oliva		4	4	4
gusti (aglio, rosmarino, alloro)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INVOLTINO DI VITELLO AL POMODORO</b>				
coscia di vitello (fesa)		100	120	120
prosciutto cotto di coscia naturale		15	15	15
gusti (rosmarino,aglio,salvia,carote,sedano,cipolla)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
pomodoro		20	20	20
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO PLATESSA DORATA</b>				
filetto di platessa surgelato	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		6	8	8
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI POLLO</b>				
petto di pollo		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7

limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE</b>				
petto di pollo		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>				
prosciutto cotto di coscia naturale privo di lattosio senza polifosfati aggiunti		60	80	80
<b>SPEZZATINO DI VITELLO /LONZA DI MAIALE</b>				
coscia di vitello (fesa)/lonza maiale		100	120	120
olio di oliva		5	5	5
pomodori pelati		20	20	20
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI HALIBUT AL POMODORO E CAPPERI</b>				
filetto di halibut preconfezionato e surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
capperi		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
gusti (carote sedano cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA DI PATATE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr	80 gr.	80 gr.
patate		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>HAMBURGER DI VITELLO AL POMODORO/POMODORO E ORIGANO</b>				
hamburger fresche di vitello		100	100	100
pomodoro		20	20	20
olio di oliva		5	7	7
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PALOMBO AL FORNO</b>				
palombo spellato in tranci surgelati	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
limone/gusti		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BRESAOLA olio di oliva E LIMONE/AFFETTATO DI TACCHINO</b>				
bresaola / affettato di tacchino		60	80	80
olio di oliva		3	3	3
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI VITELLO AL LIMONE</b>				
coscia di vitello		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.

<b>SPIEDINI DI CARNI BIANCHE</b>				
spiedini di carne mista bianca		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
gusti(rosmarino, aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA AL PROSCIUTTO</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
prosciutto cotto di coscia naturale privo di lattosio		20	20	25
olio di oliva		3	3	3
<b>TONNO ALL'olio di oliva DI OLIVA</b>				
tonno all'olio di oliva di oliva sgocciolato	PESCE	60	80	100
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI MERLUZZO DORATO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>TRANCIO DI PALOMBO DORATO</b>				
tranci di palombo surgelati	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA CON ZUCCHINE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
zucchine		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>SPIEDINI DI CARNE DI VITELLO E LONZA</b>				
spiedini di carne mista (vitello e lonza)		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
gusti (rosmarino e aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI HALIBUT POMODORO OLIVE</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
olive		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO CRUDO</b>				
prosciutto crudo sgrassato		60	80	80
<b>TORTINO DI VERDURA AL FORNO</b>				
patate		10	15	20



spinaci		20	25	30
zucchine		20	25	30
uova pastorizzate	UOVA	50	60	60
olio di oliva		3	3	4
origano/pane garttugiato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.

GRAMMATURE CONTORNI		materne	elem.	adulti
<b>COSTINE/BIETE/SPINACI ALL'olio di oliva</b>				
costine/spinaci/biete surgelate		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PATATE AL FORNO/VAPORE//IN INSALATA</b>				
patate fresche		150	200	200
olio di oliva extra-vergine		5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FAGLIONI ALL'olio di oliva/IN INSALATA</b>				
fagiolini surgelati		90	150	200
olio di oliva extra-vergine		5	7	7
gusti (aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>CAROTE PREZZEMOLATE/AL FORNO/GRATINATE/ALL'olio di oliva</b>				
carote fresche		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI CAROTE</b>				
carote fresche		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
limone o		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura*		
<b>INSALATA DI FINOCCHI CRUDI</b>				
finocchi freschi		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
limone o		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura*		
<b>CAVOLFIORI ALL'olio di oliva</b>				
cavolfiori surgelati		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
<b>PISELLI STUFATI / O ALL'olio di oliva</b>				
piselli surgelati		100	130	130
olio di oliva		5	7	7
cipolle/aglio		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PISELLI AL PROSCIUTTO COTTO</b>				
piselli surgelati		70	90	100
prosciutto cotto di coscia naturale privo di lattosio		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
cipolla		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.

MACEDONIA DI VERDURE COTTE				
carote fresche		40	80	100
piselli surgelati		20	30	40
cavolfiori/broccoli/fagiolini surgelati		30	40	60
olio di oliva		5	7	7
BROCCOLI ALL'olio di oliva				
broccoli surgelati		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI POMODORI/con origano				
pomodori		90	150	200
olio di oliva extra-vergine		5	5	5
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura*		
origano		q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI POMODORI E FAGIOLINI				
pomodori		45	75	100
fagiolini		45	75	100
olio di oliva extra-vergine		5	7	7
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura*		
INSALATA VERDE/BICOLORE				
insalata scarola,trevigiana,indivia,pan di zucchero di IV GAMMA		50	60	60
olio di oliva		5	7	7
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura*		
ZUCCHINI AL PREZZEMOLO				
zucchine fresche		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
GRAMMATURE FRUTTA E DESSERT		materne	elem.	adulti
frutta fresca di stagione		1 frutto pro-capite gr. 150		
stagione invernale		mele, pere, prugne, arance, mandarini, mandaranci, uva, kiwi, banane da consegnare in alternanza		
stagione estiva		mele, pere, pesche, uva, albicocche, susine, melone, prugne, anguria, banane da consegnare in alternanza		
banane "EQUO-SOLIDALI"		1 pro-capite - gr. 150		
yogurt di soia	SOIA	VASETTI MONOPORZIONE DA 125 GR.		
		ARRICCHITO ALLA FRUTTA		

<b>macedonia di frutta</b>				
frutta fresca mista		gr. 150	gr. 150	gr. 150
zucchero		gr. 10	gr. 10	gr. 10
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BUDINO di soia</b>	SOIA	1 vasetto monoporzione da 125 gr.		
<b>PANE</b>	<b>GLUTINE</b>	50	60	70

**NOTE PER MENU' SCUOLE MATERNE ELEMENTARI E ASILO NIDO**

1. Tutte le grammature dei generi alimentari sono da considerarsi al crudo e al netto dagli eventuali scarti
2. L'indicazione della cucinatura della carne può essere variata in relazione al tipo di fornitura
3. La grammatura delle verdure è da considerarsi al netto di ogni scarto
4. Gli aromi e gli odori, il sale fine e grosso occorrenti per la preparazione dei cibi, anche se non citati nelle tabelle, si intendono inclusi secondo necessità (sale grosso e fine, prezzemolo, salvia, rosmarino, lauro, aglio, cipolla, sedano, carote, ecc.)
5. L'olio di oliva adoperato per cottura è di oliva;
6. L'olio di oliva per condimento è di oliva extra-vergine
7. La grammatura del pangrattato per la preparazione di alcune vivande non è riportata in quanto varia a seconda degli alimenti trattati.
8. Per la cottura delle carni (es. spiedini, involtini, scaloppine) dovrà essere fornito vino bianco da cucina.

\* 1 cucchiaino aceto pari a 1,5 mg di anidride solforosa per kg.

**\* LE PREPARAZIONI INDICATE POSSONO CONTENERE TRACCE DI GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, SOIA E UOVA.**

**PER I SOGGETTI CHE HANNO PRESENTATO UNA RICHIESTA DI DIETA VIENE PREPARATO UN MENU' DEDICATO PRIVO DEGLI ALLERGENI INDICATI NEL CERTIFICATO MEDICO**

**CITTA' DI CUORGNE'**  
**TABELLA DIETETICA**  
 menù scuole materne - elementari  
**SOGGETTI CELIACI**

GRAMMATURE PRIMI PIATTI	ALLERGENI *	materne	elem.	adulti
<b>RISOTTO AL POMODORO</b>				
riso		60	80	100
pomodoro fresco/pomodori pelati		50	70	80
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
verdure per brodo/dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva di oliva		5	5	7
burro		2	2	2
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASSATO DI ZUCCA CON RISO/PASTA</b>				
riso		25	40	45
pasta senza glutine		60	80	100
cipolle / sedano		q.b.	q.b.	q.b.
zucca		45	75	75
patate		50	80	80
carote		15	20	20
verdure miste per mistrone surgelate	SEDANO	15	20	20
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL BURRO E SALVIA</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
burro	LATTE	5	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASTA ALL'olio di oliva E SALVIA</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
olio di oliva		7	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASTA AL RAGU'</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
pomodori pelati		50	70	70
carne per ragù		15	20	20
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO/ POMODORO E BASILICO</b>				
pasta senza glutine		80	100	100
pomodori pelati		50	70	80
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato/ fresco		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE,UOVA	7	7	7

<b>PASSATO DI VERDURA con pasta/riso/crostini</b>				
pasta senza glutine o riso		25	40	45
o crostini senza glutine		50	60	70
preparato misto per minestrone e/o verdure surgelate	SEDANO	40	50	60
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
carote / sedano	SEDANO	15	20	20
patate		45	75	75
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</b>				
riso		60	80	100
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zafferano		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL TONNO E POMODORO</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
tonno sott'olio di oliva		20	40	40
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AI PISELLI</b>				
riso		60	80	100
piselli surgelati		10	15	20
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro		2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AL PARMIGIANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano reggiano	LATTE	20	25	25
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AL RAGU' VEGETALE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		15	20	20
carote		15	20	20
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.

<b>PASTA AL POMODORO RICOTTA E BASILICO</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
ricotta fresca	LATTE	20	25	25
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	5	5
<b>PASTA AL POMODORO E OLIVE</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
olive nere snocciolate		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL PESTO fresco</b>				
pasta senza glutine		60	80	100
basilico fresco		20	20	20
pinoli		5	5	5
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		10	12	12
formaggio grana	LATTE, UOVA	20	25	25
<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE E PARMIGIANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano reggiano	LATTE	7	10	10
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>VELLUTATA DI VERDURE VERDI</b>				
patate		50	80	90
piselli surgelati		50	60	60
zucchine		45	60	60
spinaci surgelati		15	25	25
gusti (cipolle, carote)		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>RISOTTO AGLI SPINACI</b>				
riso		60	80	100
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
spinaci surgelati		10	15	15
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALLE VERDURE</b>				
pasta senza glutine		60	80	100

pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
melanzane		10	10	10
peperoni		10	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALL'ORTOLANA</b>				
pasta senza glutine		0	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
carote		10	10	10
piselli		10	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7

GRAMMATURE SECONDI PIATTI		materne	elem.	adulti
<b>PETTO DI POLLO AL BURRO E SALVIA</b>				
petto di pollo		80	100	120
burro	LATTE	5	5	5
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI VITELLO</b>				
coscia di vitello (fesa)		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA ALLE ERBETTE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
erbette surgelate		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>FORMAGGIO</b>				
mozzarella fior di latte	LATTE	80	100	120
altro formaggio fresco monoporzione	LATTE	60	80	100
<b>FILETTO DI HALIBUT AL FORNO CON PREZZEMOLO</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7

<b>MILANESE DI TACCHINO</b>				
fesa di tacchino		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO MERLUZZO POMODORO E ORIGANO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
farina senza glutine		qb	qb	qb
olio di oliva		5	7	7
origano		q.b.	q.b.	q.b.
pomodoro		20	20	20
gusti (carote,cipolle,sedano)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>COSCIA DI POLLO ARROSTO</b>				
fusello di pollo 1 pro-capite		130	130	130
olio di oliva		4	4	4
gusti (aglio, rosmarino, alloro)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INVOLTINO DI VITELLO AL POMODORO</b>				
coscia di vitello (fesa)		100	120	120
prosciutto cotto di coscia naturale senza glutine		15	15	15
gusti (rosmarino,aglio,salvia,carote,sedano,cipolla)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
pomodoro		20	20	20
<b>FILETTO PLATESSA DORATA</b>				
filetto di platessa surgelato	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		6	8	8
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI POLLO</b>				
petto di pollo		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE</b>				
petto di pollo		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina senza glutine		q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>				
prosciutto cotto di coscia naturale senza glutine senza polifosfati aggiunti		60	80	80
<b>SPEZZATINO DI VITELLO /LONZA DI MAIALE</b>				
coscia di vitello (fesa)/lonza maiale		100	120	120



olio di oliva		5	5	5
pomodori pelati		20	20	20
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI HALIBUT AL POMODORO E CAPPERI</b>				
filetto di halibut preconfezionato e surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
capperi		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
gusti (carote sedano cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA DI PATATE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
patate		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>HAMBURGER DI VITELLO AL POMODORO/POMODORO E ORIGANO</b>				
hamburger fresche di vitello		100	100	100
pomodoro		20	20	20
olio di oliva		5	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PALOMBO AL FORNO</b>				
palombo spellato in tranci surgelati	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
farina s/glutine		q.b.	q.b.	q.b.
limone/gusti		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BRESAOLA olio di oliva E LIMONE/AFFETTATO DI TACCHINO</b>				
bresaola / affettato di tacchino s/glutine		60	80	80
olio di oliva		3	3	3
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI VITELLO AL LIMONE</b>				
coscia di vitello		80	100	120
farina senza glutine		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	5
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>SPIEDINI DI CARNI BIANCHE</b>				
spiedini di carne mista bianca		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
gusti(rosmarino, aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA AL PROSCIUTTO</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
prosciutto cotto di coscia nat. Senza glutine		20	20	25
olio di oliva		3	3	3

<b>TONNO ALL'olio di oliva DI OLIVA</b>				
tonno all'olio di oliva di oliva sgocciolato	PESCE	60	80	100
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI MERLUZZO DORATO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>TRANCIO DI PALOMBO DORATO</b>				
tranci di palombo surgelati	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA CON ZUCCHINE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
zucchine		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>SPIEDINI DI CARNE DI VITELLO E LONZA</b>				
spiedini di carne mista (vitello e lonza)		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
dado vegetale s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
farina senza glutine		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (rosmarino e aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI HALIBUT POMODORO OLIVE</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
olive		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO CRUDO</b>				
prosciutto crudo sgrassato senza glutine		60	80	80
<b>TORTINO DI VERDURA AL FORNO</b>				
patate		10	15	20
spinaci		20	25	30
zucchine		20	25	30
uova pastorizzate	UOVA	50	60	60
ricotta	LATTE	10	15	15
olio di oliva		3	3	4
origano		q.b.	q.b.	q.b.

<b>GRAMMATURE CONTORNI</b>				
<b>COSTINE/BIETE/SPINACI ALL'olio di oliva</b>		<b>materne</b>	<b>elem.</b>	<b>adulti</b>
costine/spinaci/biete surgelate		90	150	200

olio di oliva o burro	LATTE	5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	2	4	4
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
PATATE AL FORNO/VAPORE//IN INSALATA				
patate fresche		150	200	200
olio di oliva		5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
PUREA DI PATATE				
patate fresche		150	200	200
burro	LATTE	5	7	7
latte	LATTE	40	50	50
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
FAGLIONI ALL'olio di oliva/IN INSALATA				
fagiolini surgelati		90	150	200
olio di oliva extra- vergine		5	7	7
gusti (aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
CAROTE PREZZEMOLATE/AL FORNO/GRATINATE/ALL'olio di oliva				
carote fresche		90	150	200
olio di oliva/burro	LATTE	5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana(per carote gratinate)	LATTE, UOVA	5	7	7
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI CAROTE				
carote fresche		90	150	200
olio di oliva extra- vergine		5	7	7
limone/aceto		1 CUCCHIAIO PER KG DI VERDURA*		
INSALATA DI FINOCCHI CRUDI				
finocchi freschi		90	150	200
olio di oliva extra- vergine		5	7	7
aceto/limone		1 CUCCHIAIO PER KG DI VERDURA*		
CAVOLFIORI GRATINATI				
cavolfiori surgelati		90	150	200
burro	LATTE	5	7	7
latte	LATTE	10	15	15
parmigiano	LATTE	3	4	5
farina senza glutine		q.b.	q.b.	q.b.
PISELLI STUFATI / O ALL'olio di oliva				
piselli surgelati		100	130	130
olio di oliva		5	7	7
cipolle/aglio		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
PISELLI AL PROSCIUTTO COTTO				
piselli surgelati		70	90	100
prosciutto cotto senza glutine		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
cipolla		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico s/g	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.

<b>MACEDONIA DI VERDURE COTTE</b>				
carote fresche		40	80	100
piselli surgelati		20	30	40
cavolfiori/broccoli/fagiolini surgelati		30	40	60
olio di oliva		5	7	7
<b>BROCCOLI ALL'olio di oliva</b>				
broccoli surgelati		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI POMODORI/con origano</b>				
pomodori		90	150	200
olio di oliva extra- vergine		5	5	5
aceto		1 CUCCHIAIO PER KG DI VERDURA*		
origano		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI POMODORI E FAGIOLINI</b>				
pomodori		45	75	100
fagiolini		45	75	100
olio di oliva extra- vergine		5	7	7
aceto		1 CUCCHIAIO PER KG DI VERDURA*		
<b>INSALATA VERDE/BICOLORE</b>				
insalata scarola,trevigiana,indivia,pan di zucchero di IV GAMMA - biologica		50	60	60
olio di oliva extra- vergine		5	7	7
aceto o		1 CUCCHIAIO PER KG DI VERDURA*		
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>ZUCCHINI AL PREZZEMOLO</b>				
zucchine fresche		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>GRAMMATURE FRUTTA E DESSERT</b>		<b>materne</b>	<b>elem.</b>	<b>adulti</b>
<b>frutta fresca di stagione</b>		<b>1 frutto pro-capite gr. 150</b>		
		mele, pere, prugne, arance, mandarini, mandaranci, uva, kiwi, banane da consegnare in alternanza		
<b>stagione invernale</b>				
		mele, pere, pesche, uva, albicocche, susine, melone, prugne, anguria, banane da consegnare in alternanza		
<b>stagione estiva</b>				
<b>banane "EQUO-SOLIDALI"</b>		1 pro-capite - gr. 150		
<b>yogurt senza glutine/di soia</b>	LATTE - SOIA	VASETTI MONOPORZIONE DA 125 GR. ARRICCHITO ALLA FRUTTA		
<b>macedonia di frutta</b>				

frutta fresca mista		gr. 150	gr. 150	gr. 150
zucchero		gr. 10	gr. 10	gr. 10
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BUDINO senza glutine/di soia</b>	LATTE - SOIA	1 vasetto monoporzione da 125 gr.		
<b>Barretta cioccolato senza glutine</b>		25	25	30
<b>GELATO senza glutine/di soia</b>	LATTE, SOIA	coppette monoporzione da gr. 100		
		in gusti assortiti		
		o gelato biscotto gr. 100		
<b>PANE / GRISSINI / CRACKER SENZA GLUTINE</b>		50	60	70

**NOTE PER MENU' SCUOLE MATERNE ELEMENTARI E ASILO NIDO**

1. Tutte le grammature dei generi alimentari sono da considerarsi al crudo e al netto dagli eventuali scarti
2. L'indicazione della cucinatura della carne può essere variata in relazione al tipo di fornitura
3. La grammatura delle verdure è da considerarsi al netto di ogni scarto
4. Gli aromi e gli odori, il sale fine e grosso occorrenti per la preparazione dei cibi, anche se non citati nelle tabelle, si intendono inclusi secondo necessità (sale grosso e fine, prezzemolo, salvia, rosmarino, lauro, aglio, cipolla, sedano, carote, ecc.)
5. L'olio di oliva adoperato per cottura è di oliva;
6. L'olio di oliva per condimento è di oliva extra-vergine
7. La grammatura dell'impanatura per la preparazione di alcune vivande non è riportata in quanto varia a seconda degli alimenti trattati.
8. Per la cottura delle carni (es. spiedini, involtini, scaloppine) dovrà essere fornito vino bianco da cucina.

\* 1 cucchiaino aceto pari a 1,5 mg di anidride solforosa per kg.

**\* LE PREPARAZIONI INDICATE POSSONO CONTENERE TRACCE DI FRUTTA A GUSCIO, LATTE E PROTEINE DEL LATTE, SOIA E UOVA.**

**PER I SOGGETTI CHE HANNO PRESENTATO UNA RICHIESTA DI DIETA VIENE PREPARATO UN MENU' DEDICATO PRIVO DEGLI ALLERGENI INDICATI NEL CERTIFICATO MEDICO**

**CITTA' DI CUORGNE'**  
**TABELLA DIETETICA**  
 menù scuole materne - elementari "NO UOVA"

GRAMMATURE PRIMI PIATTI	ALLERGENI *	materne	elem.	adulti
<b>RISOTTO AL POMODORO</b>				
riso		60	80	100
pomodoro fresco/pomodori pelati		50	70	80
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>PASSATO DI ZUCCA CON RISO/CROSTINI</b>				
riso		25	40	45
crostini	GLUTINE	50	60	70
cipolle / sedano	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
zucca		45	75	75
patate		50	80	80
carote		15	20	20
verdure miste per mistrone surgelate	SEDANO	15	20	20
olio di oliva		5	7	7
parmigiano	LATTE	7	7	7
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL BURRO E SALVIA</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
burro	LATTE	5	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>PASTA ALL'olio di oliva E SALVIA</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
olio di oliva		7	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>PASTA AL RAGU'</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	70
carne per ragù		15	20	20
olio di oliva		5	7	7
parmigiano	LATTE	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO/POMODORO E BASILICO</b>				
pasta	GLUTINE	80	100	100
pomodori pelati		50	70	80
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato/ fresco		q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>PASSATO DI VERDURA con pasta, riso o crostini</b>				
pasta o riso	GLUTINE	25	40	45
crostini	GLUTINE	50	60	70
preparato misto per minestrone e/o verdure surgelate	SEDANO	40	50	60

cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
carote / sedano	SEDANO	15	20	20
patate		45	75	75
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano	LATTE	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zafferano		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL TONNO E POMODORO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
tonno sott'olio di oliva	PESCE	20	40	40
olio di oliva		5	7	7
parmigiano	LATTE	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AI PISELLI</b>				
riso		60	80	100
piselli surgelati		10	15	20
parmigiano	LATTE	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL FORNO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
carne per ragù		25	35	40
latte	LATTE	20	20	25
burro	LATTE	10	10	10
olio di oliva		2	2	2
farina	GLUTINE	10	10	10
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>RISOTTO AL PARMIGIANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano reggiano	LATTE	20	25	25
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AL RAGU' VEGETALE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		15	20	20
carote		15	20	20
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
parmigiano	LATTE	7	7	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.

cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO RICOTTA E BASILICO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
ricotta fresca	LATTE	20	25	25
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato		q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano	LATTE	5	5	5
<b>PASTA AL POMODORO E OLIVE</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
olive nere snocciolate		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
parmigiano	LATTE	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL PESTO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
basilico fresco		20	20	20
pinoli		5	5	5
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		10	12	12
parmigiano	LATTE	20	25	25
<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE E PARMIGIANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano reggiano	LATTE	7	10	10
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>VELLUTATA DI VERDURE VERDI</b>				
patate		50	80	90
piselli surgelati		50	60	60
zucchine		45	60	60
spinaci surgelati		15	25	25
gusti (cipolle, carote)		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
parmigiano	LATTE	7	7	7
<b>RISOTTO AGLI SPINACI</b>				
riso		60	80	100
parmigiano	LATTE	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
spinaci surgelati		10	15	15
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALLE VERDURE</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
melanzane		10	10	10



peperoni		10	10	10
parmigiano	LATTE	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
parmigiano	LATTE	7	7	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALL'ORTOLANA</b>				
pasta	GLUTINE	0	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
carote		10	10	10
piselli		10	10	10
parmigiano	LATTE	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.

<b>GRAMMATURE SECONDI PIATTI</b>		<b>materne</b>	<b>elem.</b>	<b>adulti</b>
<b>PETTO DI POLLO AL BURRO E SALVIA</b>				
petto di pollo		80	100	120
burro	LATTE	5	5	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI VITELLO</b>				
coscia di vitello (fesa)		80	100	120
farina di mais per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FORMAGGIO</b>				
mozzarella fior di latte	LATTE	80	100	120
altro formaggio fresco monoporzione	LATTE	60	80	100
<b>FILETTO DI HALIBUT AL FORNO CON PREZZEMOLO</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
<b>FILETTO MERLUZZO POMODORO E ORIGANO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
pomodoro		20	20	20
gusti (carote,cipolle,sedano)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>COSCIA DI POLLO ARROSTO</b>				
fusello di pollo 1 pro-capite		130	130	130

olio di oliva		4	4	4
gusti (aglio, rosmarino, alloro)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INVOLTINO DI VITELLO AL POMODORO</b>				
coscia di vitello (fesa)		100	120	120
prosciutto cotto di coscia naturale		15	15	15
gusti (rosmarino, aglio, salvia, carote, sedano, cipolla)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
pomodoro		20	20	20
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO PLATESSA DORATA al forno</b>				
filetto di platessa surgelato	PESCE	90	120	130
pangrattato/farina di mais per impanatura	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		6	8	8
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI POLLO</b>				
petto di pollo		80	100	120
pangrattato/farina di mais per impanatura	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE</b>				
petto di pollo		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>				
prosciutto cotto di coscia naturale				
senza polifosfati aggiunti		60	80	80
<b>SPEZZATINO DI VITELLO /LONZA DI MAIALE</b>				
coscia di vitello (fesa)/lonza maiale		100	120	120
olio di oliva		5	5	5
pomodori pelati		20	20	20
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI HALIBUT AL POMODORO E CAPPERI/OLIVE</b>				
filetto di halibut preconfezionato e surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
capperi / olive		q.b./10	q.b./10	q.b./10
olio di oliva		5	7	7
gusti (carote sedano cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PALOMBO AL FORNO</b>				
palombo spellato in tranci surgelati	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
limone/gusti		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BRESAOLA olio di oliva E LIMONE/AFFETTATO DI TACCHINO</b>				
bresaola / affettato di tacchino		60	80	80
olio di oliva		3	3	3
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI VITELLO AL LIMONE</b>				

coscia di vitello		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>SPIEDINI DI CARNI BIANCHE</b>				
spiedini di carne mista bianca		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
gusti(rosmarino, aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>TONNO ALL'olio di oliva DI OLIVA</b>				
tonno all'olio di oliva di oliva sgocciolato	PESCE	60	80	100
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI MERLUZZO DORATO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
pangrattato/farina di mais per impanatura	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>TRANCIO DI PALOMBO al forno</b>				
tranci di palombo surgelati	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO CRUDO</b>				
prosciutto crudo sgrassato		60	80	80

GRAMMATURE CONTORNI		materne	elem.	adulti
<b>COSTINE/BIETE/SPINACI ALL'olio di oliva</b>				
costine/spinaci/biete surgelate		90	150	200
olio di oliva o burro	LATTE	5	7	7
parmigiano	LATTE	2	4	4
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PATATE AL FORNO/VAPORE//IN INSALATA</b>				
patate fresche		150	200	200
olio di oliva extra - vergine		5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PUREA DI PATATE</b>				
patate fresche		150	200	200
burro	LATTE	5	7	7
latte	LATTE	40	50	50
parmigiano	LATTE	3	4	4
<b>FAGLIONI ALL'olio di oliva/IN INSALATA</b>				
fagiolini surgelati		90	150	200
olio di oliva extra - vergine		5	7	7
gusti (aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>CAROTE PREZZEMOLATE/AL FORNO/GRATINATE/ALL'olio di oliva</b>				
carote fresche		90	150	200
olio di oliva/burro	LATTE	5	7	7

gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
parmigiano(per carote gratinate)	LATTE	5	7	7
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI CAROTE</b>				
carote fresche		90	150	200
olio di oliva extra - vergine		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
<b>INSALATA DI FINOCCHI CRUDI</b>				
finocchi freschi		90	150	200
olio di oliva extra - vergine		5	7	7
limone o		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
<b>CAVOLFIORI GRATINATI</b>				
cavolfiori surgelati		90	150	200
burro	LATTE	5	7	7
latte	LATTE	10	15	15
parmigiano	LATTE	3	4	5
farina	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PISELLI STUFATI / O ALL'olio di oliva</b>				
piselli surgelati		100	130	130
olio di oliva		5	7	7
cipolle/aglio		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PISELLI AL PROSCIUTTO COTTO</b>				
piselli surgelati		70	90	100
prosciutto cotto		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
cipolla		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>MACEDONIA DI VERDURE COTTE</b>				
carote fresche		40	80	100
piselli surgelati		20	30	40
cavolfiori/broccoli/fagiolini surgelati		30	40	60
olio di oliva		5	7	7
<b>BROCCOLI ALL'olio di oliva</b>				
broccoli surgelati		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI POMODORI/con origano</b>				
pomodori		90	150	200
olio di oliva extra-vergine		5	5	5
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
origano		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI POMODORI E FAGIOLINI</b>				
pomodori		45	75	100
fagiolini		45	75	100
olio di oliva		5	7	7
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
<b>INSALATA VERDE/BICOLORE</b>				

insalata scarola,trevigiana,indivia,pan di zucchero di IV GAMMA		50	60	60
olio di oliva		5	7	7
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>ZUCCHINI AL PREZZEMOLO</b>				
zucchine fresche		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>GRAMMATURE FRUTTA E DESSERT</b>		<b>materne</b>	<b>elem.</b>	<b>adulti</b>
<b>frutta fresca di stagione</b>		<b>1 frutto pro-capite gr. 150</b>		
		mele, pere, prugne, arance, mandarini, mandaranci, uva, kiwi, banane da consegnare in alternanza		
<b>stagione invernale</b>				
<b>stagione estiva</b>		mele, pere, pesche, uva, albicocche, susine, melone, prugne, anguria, banane da consegnare in alternanza		
<b>banane "EQUO-SOLIDALI"</b>		1 pro-capite - gr. 150		
<b>yogurt</b>	LATTE	VASETTI MONOPORZIONE DA 125 GR. ARRICCHITO ALLA FRUTTA		
<b>macedonia di frutta</b>				
frutta fresca mista		gr. 150	gr. 150	gr. 150
zucchero		gr. 10	gr. 10	gr. 10
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BUDINO</b>	LATTE	1 vasetto monoporzionevole da 125 gr.		
<b>Barretta cioccolato fondente "EQUO-SOLIDALE"</b>		25	25	30
<b>GELATO</b>	LATTE	coppette monoporzionevoli da gr. 100		
		in gusti assortiti		
		o gelato biscotto gr. 100		
<b>ALIMENTI DIETETICI su richiesta</b>				
YOGURT, BUDINI E GELATI DI SOIA	SOIA	1 vasetto monoporzionevole da 125 gr		
PASTA SENZA GLUTINE		60	80	100
FARINA DI RISO/MAIS per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PANE</b>	<b>GLUTINE</b>	50	60	70

**NOTE PER MENU' SCUOLE MATERNE ELEMENTARI E ASILO NIDO**

1. Tutte le grammature dei generi alimentari sono da considerarsi al crudo e al netto dagli eventuali scarti
2. L'indicazione della cucinatura della carne può essere variata in relazione al tipo di fornitura
3. La grammatura delle verdure è da considerarsi al netto di ogni scarto
4. Gli aromi e gli odori, il sale fine e grosso occorrenti per la preparazione dei cibi, anche se non citati nelle tabelle, si intendono inclusi secondo necessità (sale grosso e fine, prezzemolo, salvia, rosmarino, lauro, aglio, cipolla, sedano, carote, ecc.)
5. L'olio di oliva adoperato per cottura è di oliva;
6. L'olio di oliva per condimento è di oliva extra-vergine

7. La grammatura del pangrattato per la preprazione di alcune vivande non è riportata in quanto varia a seconda degli alimenti trattati.
8. Per la cottura delle carni (es. spiedini, involtini, scaloppine) dovrà essere fornito vino bianco da cucina.
9. In occasione di gite scolastiche organizzate dalle scuole dovranno essere fornite, su richiesta, gli ingredienti per confezionare pranzi da asporto, consistenti in:
  - n. 1 panino al prosciutto cotto
  - n. 1 panino al formaggio
  - n. 1 succo di frutta
  - n. 1 merendina confezionata
  - n. 1 barretta cioccolato equosolidale fondente
  - n. 1 acqua minerale 1/2 lt.

\* 1 cucchiaino aceto pari a 1,5 mg di anidride solforosa per kg.

**\* LE PREPARAZIONI INDICATE POSSONO CONTENERE TRACCE DI GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, LATTE E PROTEINE DEL LATTE, SOIA.**

**PER I SOGGETTI CHE HANNO PRESENTATO UNA RICHIESTA DI DIETA VIENE PREPARATO UN MENU' DEDICATO PRIVO DEGLI ALLERGENI INDICATI NEL CERTIFICATO MEDICO**

## CITTA' DI CUORGNE'

### TABELLA DIETETICA MENU' ASILO NIDO

GRAMMATURE PRIMI PIATTI	ALLERGENI *	PICCOLI	GRANDI	ADULTI
<b>RISO ALL'OLIO E FORMAGGIO GRANA</b>				
riso		40	50	100
olio extra-vergine di oliva extra-vergine di oliva		3	4	5
formaggio grana	LATTE, UOVA	6	7	7
<b>RISOTTO - PASTA - PASTINA AL POMODORO FRESCO/E BASILICO</b>				
riso		40	50	100
pasta - pastina	GLUTINE	40	50	100
pomodoro fresco		60	80	100
gusti (sedano, carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio extra-vergine di oliva		4	6	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	10	10
basilico		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASSATO DI VERDURA - MINESTRONE con pasta, riso o crostini</b>				
pasta	GLUTINE	20	25	45
riso		20	25	45
crostini	GLUTINE	30	35	50
patate		80	100	150
verdure fresche (zucca, zucchine, carote, sedano, cipolla)	SEDANO	30	40	60
fagiolini/piselli surgelati		25	20	30
olio extra-vergine di oliva		4	5	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	10	10
<b>RISO - PASTA - PASTINA AL POMODORO</b>				
riso				
pasta - pastina	GLUTINE	40	50	100
pomodori pelati		30	40	70
olio extra-vergine di oliva		4	4	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	10	10
<b>PASTA AL FORNO</b>				
pasta	GLUTINE		50	95
carne per ragu'			15	20
burro	LATTE		5	10
latte	LATTE		55	80
olio extra-vergine di oliva			3	4
farina di grano	GLUTINE		q.b.	q.b.
pomodori pelati			30	40
formaggio grana	LATTE, UOVA		5	7

gusti (sedano-carote-cipolle)	SEDANO		q.b.	q.b.
<b>BRODO VEGETALE CON PASTINA O MINISTRINA IN BRODO VEGETALE</b>				
pastina	GLUTINE	20	25	45
patate		40	50	60
carote		30	40	50
zucchine		30	40	50
sedano	SEDANO	10	20	30
cipolle		10	20	30
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	5	7
<b>PASTA - PASTINA olio extra-vergine di oliva E FORMAGGIO GRANA</b>				
pasta o pastina	GLUTINE	40	50	100
olio extra-vergine di oliva		4	4	5
formaggio grana	LATTE,UOVA	5	6	7
<b>PASTA - PASTINA AL RAGU'</b>				
pasta	GLUTINE		50	100
pomodori pelati			40	70
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO		q.b.	q.b.
carne per ragù			10	15
olio extra-vergine di oliva			4	5
formaggio grana	LATTE, UOVA		5	5
<b>RISO IN BIANCO</b>				
riso		40	50	100
olio extra-vergine di oliva		4	4	5
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	10	10
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</b>				
riso		40	50	100
olio extra-vergine di oliva		4	4	5
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	5	7
gusti (carote, sedano, cipolle) per brodo vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
zafferano		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PIZZA AL PROSCIUTTO</b>				
pasta di pane fresca e lievitata da stendere	GLUTINE	180	250	350
mozzarella	LATTE	50	80	100
passata di pomodoro		30	50	80
prosciutto cotto coscia naturale		20	30	50
olio extra-vergine di oliva		5	5	7
<b>PASTINA POMODORO E RICOTTA</b>				
pasta	GLUTINE	40	50	100
pelati		30	40	70
ricotta fresca	LATTE	15	20	30



olio extra-vergine di oliva		3	4	5
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	10	10
gusti (carote, sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>GRAMMATURE SECONDI PIATTI</b>		<b>PICCOLI</b>	<b>GRANDI</b>	<b>ADULTI</b>
<b>FETTINA DI VITELLO AL FORNO E AL VAPORE</b>				
fettina di vitello		70	80	100
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
<b>ARROSTO DI VITELLO</b>				
carne di vitello		70	80	100
olio extra-vergine di oliva		2	2	3
gusti (carote, sedano, cipolle, rosmarino, aglio)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>				
prosciutto cotto affettato e sottovuoto		50	60	80
<b>FORMAGGIO</b>				
robiola	LATTE	50	60	90
crescenza	LATTE	50	60	90
ricotta	LATTE	50	60	90
mozzarella	LATTE	50	60	120
<b>PROSCIUTTO COTTO E FORMAGGIO</b>				
prosciutto cotto affettato e sottovuoto		25	30	50
robiola/ricotta/mozzarella	LATTE	30	35	60
<b>PETTO DI POLLO AL FORNO/AL VAPORE</b>				
fettine di petto di pollo		70	80	100
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FETTINA DI TACCHINO AL FORNO</b>				
tacchino			80	100
olio extra-vergine di oliva			3	4
farina di grano	GLUTINE		q.b.	q.b.
<b>FETTINA DI TACCHINO AL VAPORE</b>				
tacchino		70		
olio extra-vergine di oliva		3		
<b>FETTINA DI TACCHINO DORATA AL FORNO</b>				
tacchino			80	100

pangrattato	GLUTINE		q.b.	q.b.
olio extra-vergine di oliva			3	4
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
limone			q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI PLATESSA DORATA</b>				
filetto di platessa preconfezionata e surgelata	PESCE		100	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
pangrattato	GLUTINE		q.b.	q.b.
olio extra-vergine di oliva			3	4
limone			q.b.	q.b.
<b>FETTINA DI PLATESSA AL VAPORE</b>				
filetto di platessa preconfezionata e surgelata	PESCE	90		
olio extra-vergine di oliva		3		
limone		q.b.		
<b>UOVA SODE</b>				
uova fresche	UOVA	1	1	2
<b>BOLLITO DI VITELLO</b>				
carne di vitello		80	90	120
gusti (carote,sedano,cipolla)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>POLENTA E SPEZZATINO/ SPEZZATINO CON PATATE</b>				
carne di vitello		80	90	120
pelati		20	25	40
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
farina di mais			60	100
patate		100		
<b>FRITTATA CON ERBETTE</b>				
erbette-biete surgelate			40	50
uova	UOVA		mezzo	1
formaggio grana	LATTE,UOVA		3	3
olio extra-vergine di oliva			2	2
latte	LATTE		7	10
<b>SCALOPPINA DI VITELLO AL FORNO</b>				
fettine di vitello			80	100
farina di grano	GLUTINE		q.b.	q.b.
olio extra-vergine di oliva			2	3
<b>COSCIA DI POLLO ARROSTO</b>				
coscia di pollo			110	130
olio extra-vergine di oliva			4	4
gusti (rosmarino,aglio,alloro)			q.b.	q.b.
<b>COSCIA DI POLLO LESSO</b>				

coscia di pollo		100		
olio extra-vergine di oliva		4		
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.		
<b>GRAMMATURE CONTORNI</b>		<b>PICCOLI</b>	<b>GRANDI</b>	<b>ADULTI</b>
<b>ZUCCHINE FRESCHE ALL'olio extra-vergine di oliva/ O LESSE</b>				
zucchine fresche		100	120	150
olio extra-vergine di oliva		3	3	3
<b>FAGIOLINI ALL'olio extra-vergine di oliva/ O LESSI</b>				
fagiolini freschi o surgelati a seconda della stagione		90	100	130
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
<b>PUREA DI PATATE</b>				
patate		130	150	220
latte	LATTE	25	30	40
burro	LATTE		3	4
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	3	4
olio extra-vergine di oliva		3		
<b>CAROTE FRESCHE ALL'olio extra-vergine di oliva/ LESSE/STUFATE/IN INSALATA</b>				
carote		80	90	130
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FINOCCHI FRESCHI LESSI/O AL FORNO</b>				
finocchi freschi		90	120	150
olio extra-vergine di oliva/burro	/LATTE	3	3	3
formaggio grana	LATTE - UOVA	3	4	4
<b>SPINACI ALL'olio extra-vergine di oliva</b>				
spinaci surgelati		90	100	150
formaggio grana	LATTE - UOVA	2	2	3
olio extra-vergine di oliva		2	2	3
<b>PATATE LESSE IN INSALATA/ AL FORNO</b>				
patate		100	110	130
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
<b>INSALATA DI CAROTE ZUCCHINE E PISELLI LESSI</b>				
piselli surgelati			20	30
carote fresche		30	40	50
zucchine fresche		30	40	50
olio extra-vergine di oliva		3	3	4
limone		q.b.	q.b.	q.b.

<b>INSALATA DI POMODORI</b>				
pomodori			100	130
olio extra-vergine di oliva			3	4
<b>INSALATA DI POMODORI e FAGIOLINI</b>				
pomodori			80	100
fagiolini freschi			30	60
olio extra-vergine di oliva		3	3	7
<b>PANE</b>	<b>GLUTINE</b>	40	50	80
<b>MERENDE</b>				
<b>BUDINO ALLA VANIGLIA</b>	<b>LATTE</b>	1	1	
<b>YOGURT NATURALE O ALLA FRUTTA</b>	<b>LATTE</b>	125	125	
n.ro biscotti plasmon	<b>GLUTINE, LATTE</b>	2	2	
<b>LATTE FRESCO</b>	<b>LATTE</b>	200	200	
biscotti plasmon	<b>GLUTINE, LATTE</b>	3	3	
<b>FOCACCIA FRESCA</b>	<b>GLUTINE</b>		50/60	
<b>PANE E CIOCCOLATO</b>				
pane	<b>GLUTINE</b>		30	
barretta di cioccolato al latte	<b>LATTE</b>		20	
<b>PANE E MIELE</b>				
pane	<b>GLUTINE</b>		30	
miele			20	
<b>PANE E PROSCIUTTO</b>				
pane	<b>GLUTINE</b>		30	
prosciutto cotto			15	
<b>PANE E MARMELLATA</b>				
pane	<b>GLUTINE</b>		30	
marmellata			20	
<b>FRULLATO CON BISCOTTI</b>				
banana		50 gr.	60 gr.	
mela		50 gr.	60 gr.	
pera o albicocca		50 gr.	60 gr.	
biscotti plasmon	<b>GLUTINE, LATTE</b>	2	2	
<b>SPREMUTA DI ARANCIA</b>				
succo di arancia			60 gr.	

zucchero			5 gr.	
<b>SUCCO DI FRUTTA - BRIK DA</b>			200 ml	
mela, pera, albicocca, arancia senza zucchero agg.				
<b>CRACKER</b>				
pacchetto monoporzione	<b>GLUTINE</b>		25	
<b>THE DETEINATO per merende</b>				
bustine		1 x 3 bambini		
<b>FRUTTA</b>		1 frutto pro-capite 150 gr		
frutta mista di stagione in alternanza, <b>ESLUSE</b> uva, fragole, ciliegie, kiwi, come previsto in menù				
<b>COLAZIONE</b>				
latte	<b>LATTE</b>	200	200	
biscotti plasmon	<b>GLUTINE, LATTE</b>	3	5	
o fette biscottate	<b>GLUTINE</b>		2	
the		q.b.	q.b.	
zucchero/miele		q.b.	q.b.	
<b>PRODOTTI DIETETICI PRIMA INFANZIA</b>				
farine di vario tipo (riso, mais, tapioca, ecc.)				
(5 cereali)	<b>GLUTINE</b>			
<b>OMOGENEIZZATI</b>				
carne/prosciutto/frutta		1 vasetto pro-capite		
pesce	<b>PESCE</b>			
formaggio	<b>LATTE</b>			
<b>LIOFILIZZATI</b>				
<b>PRODOTTI SENZA GLUTINE</b>				
pasta , biscotti, fette biscottate ecc.				
<b>LATTE DI PROSEGUIMENTO</b>				
<b>GELATO gusto vaniglia - coppette mono</b>	<b>LATTE</b>	gr. 100	gr. 100	

## NOTE PER MENU' ASILO NIDO

1. Tutte le grammature dei generi alimentari sono da considerarsi al crudo e al netto dagli eventuali scarti
2. L'indicazione della cucinatura della carne può essere variata in relazione al tipo

di fornitura

3. La grammatura delle verdure è da considerarsi al netto di ogni scarto
4. Gli aromi e gli odori, il sale fine e grosso occorrenti per la preparazione dei cibi, anche se non citati nelle tabelle, si intendono inclusi secondo necessità (sale grosso e fine, prezzemolo, salvia, rosmarino, alloro, aglio, cipolla, sedano, carote, ecc.)
5. L'olio extra-vergine di oliva adoperato per cottura è di oliva;
6. L'olio extra-vergine di oliva per il condimento è di oliva extra-vergine
7. La grammatura del pangrattato per la preparazione di alcune vivande non è riportata in quanto varia a seconda degli alimenti da trattare
8. Saranno richieste per diete temporanee maggiori quantitativi di patate, carote, riso.
9. Le pappe 6/9 mm vengono somministrate ai bambini non ancora in grado di alimentarsi con alimenti solidi o a pezzi, per cui si richiede comunque sempre la fornitura

**\* LE PREPARAZIONI INDICATE POSSONO CONTENERE TRACCE DI GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, LATTE E PROTEINE DEL LATTE, SOIA E UOVA.**

**PER I SOGGETTI CHE HANNO PRESENTATO UNA RICHIESTA DI DIETA VIENE PREPARATO UN MENU' DEDICATO PRIVO DEGLI ALLERGENI INDICATI NEL CERTIFICATO MEDICO**

**CITTA' DI CUORGNE'**  
**TABELLA DIETETICA**  
 menù scuole dell'infanzia e primarie

GRAMMATURE PRIMI PIATTI		materne	elem.	adulti
<b>RISOTTO AL POMODORO</b>	<b>ALLERGENI *</b>			
riso		60	80	100
pomodoro fresco/pomodori pelati		50	70	80
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASSATO DI ZUCCA CON RISO/CROSTINI</b>				
riso		25	40	45
crostini	GLUTINE	50	60	70
cipolle / sedano	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
zucca		45	75	75
patate		50	80	80
carote		15	20	20
verdure miste per mistrone surgelate	SEDANO	15	20	20
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL BURRO E SALVIA</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
burro	LATTE	5	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASTA ALL'OLIO E SALVIA</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
olio di oliva		7	7	7
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASTA AL RAGU'</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	70
carne per ragù		15	20	20
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO/ POMODORO E BASILICO</b>				
pasta	GLUTINE	80	80	100
pomodori pelati		50	70	80
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato/ fresco		q.b.	q.b.	q.b.

formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>PASSATO DI VERDURA con pasta, riso o crostini</b>				
riso		25	40	45
pasta	GLUTINE	25	40	45
crostini	GLUTINE	50	60	70
preparato misto per minestrone e/o verdure surgelate	SEDANO	40	50	60
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
carote / sedano	SEDANO	15	20	20
patate		45	75	75
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</b>				
riso		60	80	100
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zafferano		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL TONNO E POMODORO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
tonno sott'olio	PESCE	20	40	40
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AI PISELLI</b>				
riso		60	80	100
piselli surgelati		10	15	20
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL FORNO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
carne per ragù		25	35	40
latte	LATTE	20	20	25
burro	LATTE	10	10	10
olio di oliva		2	2	2
farina di grano	GLUTINE	10	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>RISOTTO AL PARMIGIANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano reggiano	LATTE	20	25	25



cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO AL RAGU' VEGETALE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		15	20	20
carote		15	20	20
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL POMODORO RICOTTA E BASILICO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
ricotta fresca	LATTE	20	25	25
gusti(sedano,carote, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
basilico surgelato		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana	LATTE, UOVA	5	5	5
<b>PASTA AL POMODORO E OLIVE</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
olive nere snocciolate		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA AL PESTO</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
basilico fresco		20	20	20
pinoli		5	5	5
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva / extra-vergine di oliva		10	12	12
formaggio grana	LATTE, UOVA	20	25	25
<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE E PARMIGIANO</b>				
riso		60	80	100
parmigiano reggiano	LATTE	7	10	10
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>VELLUTATA DI VERDURE VERDI</b>				
patate		50	80	90
piselli surgelati		50	60	60
zucchine		45	60	60
spinaci surgelati		15	25	25
gusti (cipolle, carote)		q.b.	q.b.	q.b.

olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
<b>RISOTTO AGLI SPINACI</b>				
riso		60	80	100
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
cipolle		q.b.	q.b.	q.b.
spinaci surgelati		10	15	15
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALLE VERDURE</b>				
pasta	GLUTINE	60	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
melanzane		10	10	10
peperoni		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>RISOTTO ALLE ZUCCHINE</b>				
riso		60	80	100
zucchine		30	40	40
olio di oliva		5	5	7
burro	LATTE	2	2	2
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
verdure per brodo/dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PASTA ALL'ORTOLANA</b>				
pasta	GLUTINE	0	80	100
pomodori pelati		50	70	80
zucchine		10	10	10
carote		10	10	10
piselli		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	7	7	7
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.

GRAMMATURE SECONDI PIATTI		materne	elem.	adulti
<b>PETTO DI POLLO AL BURRO E SALVIA</b>				
petto di pollo		80	100	120
olio di oliva		5	7	7
burro	LATTE	5	5	5
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
salvia		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI VITELLO</b>				
coscia di vitello (fesa)		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		

pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA ALLE ERBETTE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
erbette surgelate		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>FORMAGGIO</b>				
mozzarella fior di latte	LATTE	80	100	120
altro formaggio fresco monoporzione	LATTE	60	80	100
<b>FILETTO DI HALIBUT AL FORNO CON PREZZEMOLO</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
<b>MILANESE DI TACCHINO</b>				
fesa di tacchino		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO MERLUZZO POMODORO E ORIGANO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
pomodoro		20	20	20
gusti (carote,cipolle,sedano)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>COSCIA DI POLLO ARROSTO</b>				
fusello di pollo 1 pro-capite		130	130	130
olio di oliva		4	4	4
gusti (aglio, rosmarino, alloro)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>INVOLTINO DI VITELLO AL POMODORO</b>				
coscia di vitello (fesa)		100	120	120
prosciutto cotto di coscia naturale		15	15	15
gusti(rosmarino,aglio,salvia,carote,sedano, cipolla)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
pomodoro		20	20	20
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO PLATESSA DORATA</b>				
filetto di platessa surgelato	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		6	8	8

limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>MILANESE DI POLLO</b>				
petto di pollo		80	100	120
uova	UOVA	1 x 5 porz.		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE</b>				
petto di pollo		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>				
prosciutto cotto di coscia naturale				
senza polifosfati aggiunti		60	80	80
<b>SPEZZATINO DI VITELLO /LONZA DI MAIALE</b>				
coscia di vitello (fesa)/lonza maiale		100	120	120
olio di oliva		5	5	5
pomodori pelati		20	20	20
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI HALIBUT AL POMODORO E CAPPERI</b>				
filetto di halibut preconfezionato e surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
capperi		q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
gusti (carote sedano cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA DI PATATE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
patate		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>HAMBURGER DI VITELLO AL POMODORO/POMODORO E ORIGANO</b>				
hamburger fresche di vitello		100	100	100
pomodoro		20	20	20
olio di oliva		5	7	7
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
gusti (sedano,carote,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PALOMBO AL FORNO</b>				
palombo spellato in tranci surgelati	PESCE	90	120	130
olio di oliva		5	7	7
limone/gusti		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BRESAOLA OLIO E LIMONE/AFFETTATO DI TACCHINO</b>				
bresaola / affettato di tacchino		60	80	80

olio extra-vergine di oliva		3	3	3
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>SCALOIPPINE DI VITELLO AL LIMONE</b>				
coscia di vitello		80	100	120
olio di oliva		5	5	5
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
limone/buccia e sugo		q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano,cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>SPIEDINI DI CARNI BIANCHE</b>				
spiedini di carne mista bianca		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
gusti(rosmarino, aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA AL PROSCIUTTO</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
prosciutto cotto di coscia nat.		20	20	25
olio di oliva		3	3	3
<b>TONNO ALL'OLIO DI OLIVA</b>				
tonno all'olio di oliva sgocciolato	PESCE	60	80	100
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FILETTO DI MERLUZZO DORATO</b>				
filetto di merluzzo surgelato	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>TRANCIO DI PALOMBO DORATO</b>				
tranci di palombo surgelati	PESCE	90	120	130
uova	UOVA	1 x 5 porzioni		
pangrattato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
olio di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>FRITTATA CON ZUCCHINE</b>				
uova pastorizzate	UOVA	70 gr.	80 gr.	80 gr.
latte	LATTE	8	10	10
formaggio grana	LATTE, UOVA	3	4	4
zucchine		50	60	60
olio di oliva		3	3	3
<b>SPIEDINI DI CARNE DI VITELLO E LONZA</b>				
spiedini di carne mista (vitello e lonza)		120	150	150
olio di oliva		5	7	7
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
gusti (rosmarino e aglio)		q.b.	q.b.	q.b.

<b>FILETTO DI HALIBUT POMODORO OLIVE</b>				
filetto di halibut surgelato	PESCE	90	120	130
pomodoro		20	20	20
olive		10	10	10
olio di olive		5	7	7
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
gusti (carote,sedano, cipolle)	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>PROSCIUTTO CRUDO</b>				
prosciutto crudo sgrassato		60	80	80
<b>TORTINO DI VERDURA AL FORNO</b>				
patate		10	15	20
spinaci		20	25	30
zucchine		20	25	30
uova pastorizzate	UOVA	50	60	60
ricotta	LATTE	10	15	15
olio di oliva		3	3	4
origano/pane garttugiato	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.

<b>GRAMMATURE CONTORNI</b>		<b>materne</b>	<b>elem.</b>	<b>medie/adulti</b>
<b>COSTINE/BIETE/SPINACI ALL'OLIO</b>				
costine/spinaci/biete surgelate		90	150	200
olio di oliva o burro	LATTE	5	7	7
formaggio grana	LATTE, UOVA	2	4	4
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PATATE AL FORNO/VAPORE//IN INSALATA</b>				
patate fresche		150	200	200
olio di oliva - olio extra vergine di oliva		5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PUREA DI PATATE</b>				
patate fresche		150	200	200
burro	LATTE	5	7	7
latte	LATTE	40	50	50
formaggio grana	LATTE - UOVA	3	4	4
<b>FAGLIONI ALL'OLIO/IN INSALATA</b>				
fagiolini surgelati		90	150	200
olio extra-vergine di oliva		5	7	7
gusti (aglio)		q.b.	q.b.	q.b.
<b>CAROTE PREZZEMOLATE/AL FORNO/GRATINATE/ALL'OLIO</b>				
carote fresche		90	150	200
olio/burro	LATTE	5	7	7
gusti (prezzemolo,aglio,rosmarino)		q.b.	q.b.	q.b.
formaggio grana(per carote gratinate)	LATTE - UOVA	5	7	7
dado vegetale	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
<b>INSALATA DI CAROTE</b>				
carote fresche		90	150	200
olio extra-vergine di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		

INSALATA DI FINOCCHI CRUDI				
finocchi freschi		90	150	200
olio extra-vergine di oliva		5	7	7
limone		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
CAVOLFIORI GRATINATI				
cavolfiori surgelati		90	150	200
burro	LATTE	5	7	7
latte	LATTE	10	15	15
parmigiano	LATTE	3	4	5
farina di grano	GLUTINE	q.b.	q.b.	q.b.
PISELLI STUFATI / O ALL'OLIO				
piselli surgelati		100	130	130
olio di oliva		5	7	7
cipolle/aglio		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
PISELLI AL PROSCIUTTO COTTO				
piselli surgelati		70	90	100
prosciutto cotto		10	10	10
olio di oliva		5	7	7
cipolla		q.b.	q.b.	q.b.
dado vegetale biologico	SEDANO	q.b.	q.b.	q.b.
MACEDONIA DI VERDURE COTTE				
carote fresche		40	80	100
piselli surgelati		20	30	40
cavolfiori/broccoli/fagiolini surgelati		30	40	60
olio di oliva		5	7	7
BROCCOLI ALL'OLIO				
broccoli surgelati		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI POMODORI/con origano				
pomodori		90	150	200
olio extra-vergine di oliva		5	5	5
aceto		q.b.	q.b.	q.b.
origano		q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI POMODORI E FAGIOLINI				
pomodori		45	75	100
fagiolini		45	75	100
olio extra-vergine di oliva		5	7	7
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
INSALATA VERDE/BICOLORE				
insalata scarola,trevigiana,indivia,pan di zucchero di IV GAMMA		50	60	60
olio extra-vergine di oliva		5	7	7
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
aceto		1 cucchiaino per kg di verdura *		
ZUCCHINI AL PREZZEMOLO				

zucchine fresche		90	150	200
olio di oliva		5	7	7
aglio		q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.
<b>GRAMMATURE FRUTTA E DESSERT</b>		<b>materne</b>	<b>elem.</b>	<b>adulti</b>
<b>frutta fresca di stagione</b>		<b>1 frutto pro-capite gr. 150</b>		
<b>stagione invernale</b>		mele, pere, prugne, arance, mandarini, mandaranci, uva kiwi, banane da consegnare in alternanza		
<b>stagione estiva</b>		mele, pere, pesche, uva, albicocche, susine, melone, da consegnare in alternanza		
<b>banane "EQUO-SOLIDALI"</b>		1 pro-capite - gr. 150		
<b>yogurt</b>	<b>LATTE</b>	VASETTI MONOPORZIONE DA 125 GR. ARRICCHITO ALLA FRUTTA		
<b>macedonia di frutta</b>				
frutta fresca mista		gr. 150	gr. 150	gr. 150
zucchero		gr. 10	gr. 10	gr. 10
succo di limone		q.b.	q.b.	q.b.
<b>BUDINO</b>	<b>LATTE</b>	1 vasetto monoporzione da 125 gr.		
<b>Barretta cioccolato fondente "EQUO-SOLIDALE"</b>		25	25	30
<b>GELATO</b>	<b>LATTE</b>	coppette monoporzione da gr. 100		
		in gusti assortiti		
		o gelato biscotto gr. 100		
<b>ALIMENTI DIETETICI su richiesta</b>				
YOGURT, BUDINI E GELATI DI SOIA		1 vasetto monoporzione da 125 gr		
PASTA SENZA GLUTINE		60	80	100
FARINA DI RISO/MAIS per impanatura		q.b.	q.b.	q.b.
<b>PANE</b>	<b>GLUTINE</b>	50	60	70

**NOTE PER MENU' SCUOLE MATERNE ELEMENTARI E ASILO NIDO**

1. Tutte le grammature dei generi alimentari sono da considerarsi al crudo e al netto dagli eventuali scarti
2. L'indicazione della cucinatura della carne può essere variata in relazione al tipo di fornitura
3. La grammatura delle verdure è da considerarsi al netto di ogni scarto
4. Gli aromi e gli odori, il sale fine e grosso occorrenti per la preparazione dei cibi, anche se non citati nelle tabelle, si intendono inclusi secondo necessità (sale grosso e fine, prezzemolo, salvia, rosmarino, lauro, aglio, cipolla, sedano, carote, ecc.)
5. L'olio adoperato per cottura è di oliva;
6. L'olio per condimento è di oliva extra-vergine
7. La grammatura del pangrattato per la preparazione di alcune vivande non è riportata in



quanto varia a seconda degli alimenti trattati.

8. Per la cottura delle carni (es. spiedini, involtini, scaloppine) dovrà essere fornito vino bianco da cucina.

9. In occasione di gite scolastiche organizzate dalle scuole dovranno essere fornite, su richiesta, gli ingredienti per confezionare pranzi da asporto, consistenti in:

n. 1 panino al prosciutto cotto

n. 1 panino al formaggio

n. 1 succo di frutta

n. 1 merendina confezionata

n. 1 barretta cioccolato equosolidale fondente

n. 1 acqua minerale 1/2 lt.

\* 1 cucchiaino aceto pari a 1,5 mg di anidride solforosa per kg.

**\* LE PREPARAZIONI INDICATE POSSONO CONTENERE TRACCE DI GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO, LATTE E PROTEINE DEL LATTE, SOIA E UOVA.**

**PER I SOGGETTI CHE HANNO PRESENTATO UNA RICHIESTA DI DIETA VIENE PREPARATO UN MENU' DEDICATO PRIVO DEGLI ALLERGENI INDICATI NEL CERTIFICATO MEDICO**