



# UNIONE COLLINARE CANAVESANA

DEI COMUNI DI BARBANIA FRONT RIVAROSSA

Via Andreis n. 4 10070 Barbania (TO) tel 011 9243621 fax 011 9243958

e-mail: [unione.collcanavesana@ruparpiemonte.it](mailto:unione.collcanavesana@ruparpiemonte.it) pec: [unionecollinarecanavesana@cert.ruparpiemonte.it](mailto:unionecollinarecanavesana@cert.ruparpiemonte.it)

CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO PER IL SERVIZIO DI  
REFEZIONE SCOLASTICA PER MINORI FREQUENTANTI LE  
SCUOLE DELL'INFANZIA E PRIMARIE

PERIODO: TRIENNIO 01/09/2023 - 31/08/2026

CON POSSIBILE RINNOVO TRIENNALE

ALLEGATO 2

**TABELLE DIETETICHE  
DESCRIZIONE PIATTI E  
GRAMMATURE**

## ALLEGATO N.2

### DESCRIZIONE PIATTI E GRAMMATURE INFANZIA - PRIMARIA

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

Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Passato di Zucca con riso</b>			
Patata	35	50	60
Zucca	20	30	40
Piante aromatiche e ortaaai	q.b.	q.b.	q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Pasta al pesto</b>			
Pesto confezionato	10	20	20
Olio Extravergine di oliva	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5	5	5
<b>Pasta in bianco/parmigiano</b>			
Olio Extravergine di oliva	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5	5	5
<b>Pasta ai pomodori ed olive</b>			
Pomodori pelati	40	60	70
Olive verdi a rondelle	4	5	7
Olio Extravergine di oliva	5	6	7
Piante aromatiche e ortaggi: cipolla, sedano, carota, 1prezzemolo. origano, aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
<b>Pasta al pomodoro e basilico</b>			
Pomodori pelati	40	60	70
Olio Extravergine di oliva	5	6	7
Basilica	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	5	5	5
<b>Pasta al tonno</b>			
Pomodori pelati	40	50	60
Tonno sott'olio extravergine di oliva sgocciolato	20	30	30
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Pasta al burro e salvia</b>			
Burro	6	7	8
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Pasta/Riso al pomodoro</b>			
Pomodori pelati	40	60	70
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Pasta al ragù di verdure / vegetale</b>			
Pomodori pelati	40	50	60
Piselli	30	40	40
Zucchine	30	40	40
Carote	30	40	40
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Pasta al pomodoro e ricotta</b>			
Pomodori pelati	40	50	60
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5
Ricotta	10	10	10-
<b>Pasta e fagioli /Passato di fagioli con pasta</b>			
Fagioli secchi	30	30	30
Patate	30	30	30
Parmigiano Reggiano	3	5	5
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Sedano, carote, cipolle e sale	q.b.	q.b.	Q.b.
<b>Gnocchi alla Romana (ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione)</b>			
Semola	80	100	120
Latte	120	140	160
Uova oastorizzate	5	5	5
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Sugo al ragù di carne (ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione)</b>			
Carne tritata di bovino	60	80	100
Pomodori pelati	40	50	60

Carote	10	20	30
Cipolla, aglio	Q.b.	Q.b.	Q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	Q.b.	Q.b.	Q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Polenta</b>			
Acqua	Cl.b.	o.b.	Cl.b.
Farina gialla	40	70	80
Olio Extravergine di oliva	2	3	4
<b>Riso allo zafferano</b>			
Zafferano	1 bust. X 4	1 bust. X 4	1 bust. X 4
Burro	4	5	6
Broda Vegetale: carota, cipolla, sedano	q.b.	Q.b.	Q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Riso in bianco / Parmigiano</b>			
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Insalata di Riso/orzo</b>			
Piselli	15	20	25
Carote	15	20	25
Prosciutto cotto	10	20	25
Formaaio edamer	10	10	10
Olive nere denocciolate	6	6	6
<b>Risotto alle piante aromatiche</b>			
Rosmarino e salvia	Q.b.	Q.b.	q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Risotto alla salsiccia di maiale</b>			
Salsiccia di maiale	15	15	15
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Latte	30	30	30
Farina	4	4	4
Cipolla	10	10	10
Sedano, carote e sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Riso al latte</b>			
Latte	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	-	-	-
Parmigiano Reaaiano	-	-	-
Piante aromatiche	-	-	-
<b>Pasta piselli e prosciutto (Ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione)</b>			
Piselli	30	40	45
Prosciutto cotto	10	10	10
Cipolla	Q.b.	Q.b.	o.b.
Broda vegetale	Q.b.	Q.b.	Q.b.
Olio Extravergine di oliva	3	3	3
Parmigiano Reggiano	3	5	5
<b>Pasta al sugo di zucchine/melanzane (Ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione)</b>			
Pelati	40	50	60
Olio Extravergine di oliva	3	6	5
Zucchine/ Melanzane	25	30	30
Parmigiano Reggiano	5	5	5
Piante aromatiche	Q.b.	q.b.	q.b.
<b>Minestra di riso/latte e zucca (Ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione)</b>			
Zucca gialla	-	-	-
Latte	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	-	-	-
Parmigiano Reooiano	-	-	-
Piante aromatiche	-	-	-

<b>Minestrina in brodo di carne/pollo (Ricetta non presente in menù ma di possibile introduzione)</b>			
Brodo di carne / Pollo	-	-	-
Olio Extravergine di oliva	-	-	-
Brodo Vegetale	-	-	-

#### **Latte di proseguimento**

<b>Vellutata di ceci e rosmarino</b>			
Ceci	30	50	60
Patata	30	45	50
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reaiano	3	5	5
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche/Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.

<b>Vellutata porri e patate</b>			
Porro	30	40	50
Patata	70	90	100
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reaiano	3	5	5
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.

<b>Ravioli di megro/borraggine burro e salvia</b>			
Burro	6	7	8
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.

<b>Vellutata di carote e patate</b>			
Carota	40	60	80
Patata	70	90	100
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reaiano	3	5	5
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.

<b>Risotto al radicchio</b>			
Radicchio	30	40	50
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5

<b>Risotto alla zucca</b>			
Zucca	30	40	50
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	3	5	5

<b>Orecchiette ai broccoli</b>			
Broccoli	40	60	70
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reaiano	3	5	5
Brodo Vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.

<b>Pasta pasticciata</b>			
Pomodori pelati	40	50	60
Cipolla, aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Mozzarella	15	15	15
Olio Extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5

<b>DESCRIZIONE SECONDI PIATTI</b>	<b>Infanzia grammi</b>	<b>Primaria grammi</b>	<b>Adulti grammi</b>
<b>Formaggio</b> (come da tabelle merceologiche):	60	80	90
Fresco (Robiola, Tomino, Stracchino, Crescenza, Mozzarella, Ricotta)	50	60	80
Stagionato (Toma, Bra, Raschera)	40	50	60
Parmigiano/Grana	30	40	50
<b>Prosciutto cotto/Manzo affumicato</b>	50	70	90
<b>Prosciutto cotto di Parma</b> <i>ricetta non presente in menu ma di possibile introduzione</i>	50	70	90

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

<b>Salsiccia di maiale/pollo</b>			
Salsiccia	60	70	80
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Gateau di patate e fontal</b>			
Patate	15	25	30
Fontal	15	25	30
Uova pastorizzate	25	35	35
Sale	q.b.	Q.b.	Q.b.
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Tortino/Sformato alla ricotta</b>			
Uova pastorizzate	40	60	60
Ricotta	10	20	20
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Sale	q.b.	Q.b.	Q.b.
Parmigiano reggiano	3	5	5
Pan grattato	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Tortino di zucchine</b>			
Uova pastorizzate	-	-	-
Zucchine	-	-	-
Olio extravergine di oliva	-	-	-
Sale	-	-	-
Parmigiano reggiano	-	-	-
Pan grattato	-	-	-
<b>Frittata con verdura</b>			
Uova pastorizzate	-	-	-
Spinaci/Costine	-	-	-
Zucca/Zucchine	-	-	-
Olio extravergine di oliva	-	-	-
Sale	-	-	-
Parmigiano reggiano	-	-	-
<b>Frittata di spinaci/Erbette</b>			
Uova pastorizzate	40	60	60
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Spinaci suroelati / Erbette	15	15	20
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Frittata di Cavolfiori</b>			
Uova pastorizzate	40	60	60
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Cavolfiori	15	15	20
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Frittata semplice</b>			
Uova pastorizzate	40	60	60
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	Q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	3	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola al forno dorata</b>			
Platessa / Halibut/ Palombo / Merluzzo / Sogliola (al netto)	80	100	110
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Uova pastorizzate	6	6	6
Pan grattato			
	Q.b.	Q.b.	q.b.
Limone	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Platessa / Halibut / Palombo / Merluzzo / Sogliola alle piante aromatiche</b>			
Platessa / Halibut/ Palombo / Merluzzo / Sogliola al netto	80	100	110
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	Q.b.	q.b.	q.b.
Farina	q.b.	q.b.	q.b.
Limone	1x4	1x4	1x4

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

Olio extravergine di oliva	-	-	-
Sale	-	-	-
<b>Lenticchie in umido</b>			
Lenticchie in scatola/secchi	-	-	-
Pomodori oelati	-	-	-
Olio extravergine di oliva	-	-	-
Sale	-	-	-
Piante aromatiche	-	-	-

DESCRIZIONE CONTORNI	Infanzia grammi	Primaria grammi	Adulti grammi
<b>Insalata di carote/cetrioli</b>			
Carote/Cetrioli	50	75	90
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Limone	1x 4	1x4	1x 4
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata di cavolo verza</b>			
Cavolo verza	40	50	60
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata di fagiolini</b>			
Fagiolini	80	110	130
Olio extravergine di oliva	53	5	5
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata di finocchi</b>			
Finocchi	60	100	120
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata mista / verde</b>			
Insalata mista / verde	40	50	60
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata di pomodori e origano / basilico</b>			
Pomodori	100	120	150
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Origano / Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata verde + pomodori</b>			
Insalata verde	30	40	50
Pomodori	60	80	100
Olio extravergine di oliva	53	65	7
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Insalata di cetrioli e pomodori</b>			
Cetrioli	50	60	75
Pomodori	50	60	75
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Origano / Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Carote saltate / al forno / brasate</b>			
Carote	100	150	180
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Fagiolini aromatizzati / saltati</b>			
Fagiolini	80	110	130

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

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

<b>FRUTTA, DOLCI E VARIE</b>	<b>Infanzia grammi</b>	<b>Primaria grammi</b>	<b>Adulti Grammi</b>
Frutta fresca/Macedonia di frutta	150	150	150
Yogurt alla frutta	125	125	125
Budino cioccolato/vaniglia/creme caramel	100	100	100
Torcetti/Pasta di meliga	30	30	30

## DIETE IN BIANCO

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

### PRANZO

DESCRIZIONE PRIMI PIATTI	Infanzia grammi	Primaria grammi	Adulti grammi
<b>Pasta/riso all'olio extravergine di oliva</b>			
Pasta/Riso	50	70	90
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Parmigiano	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Carne di bovino/Tacchino/Pollo ai ferri</b>			
Carne di bovino/Tacchino/Pollo	60	80	90
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Limone	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>OPPURE</b>			
<b>Filetto di pesce all'olio e limone</b>			
Filetto di pesce	80	100	110
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Limone	q.b.	q.b.	q.b.
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>OPPURE</b>			
<b>Prosciutto cotto sgrassato</b>			
Prosciutto cotto sgrassato	40	50	60
<b>Carote/Patate lesse</b>			
Carote/Patate lesse	100	120	150
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Sale	q.b.	q.b.	q.b.
<b>Pane</b>	50	50	50
<b>Frutta di stagione</b>	150	150	150

## ALIMENTI DA CONSUMARE DURANTE LE GITE SCOLASTICHE

DESCRIZIONE ALIMENTI	Infanzia grammi	Primaria grammi	Adulti grammi
Pane	-	50 x 2	50 x 2
Pizza	-	80	120
Prosciutto	-	40	60
Fontal	-	40	60
Cioccolato al latte oppure Mousse di frutta	-	40/100	40/100
Crostatina con marmellata	-	40	40
Frutta (banana, mela)	-	150	150
Acqua minerale naturale	-	500 cc.	500 cc.
Succo di frutta	-	200 cc.	200 cc.

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