

COMUNE DI BRESSO

Servizio scolastico

SPECIFICHE TECNICHE relative alle TABELLE delle GRAMMATURE per ciascuna categoria di utenti.

Versione Febbraio 2017

ALLEGATO n. 3

al Capitolato Speciale d'Oneri per la gestione del servizio di ristorazione scolastica

INDICE

1. MENU' DEGLI ASILO NIDO

RAZIONI INDIVIDUALI 1-12 MESI	pag. 3
RAZIONI INDIVIDUALI 12-24 MESI	pag. 4
RAZIONI INDIVIDUALI 24-36 MESI	pag. 5

2. SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE, SECONDARIE E ADULTI RICETTE E GRAMMATURE MENU' INVERNALE E MERENDE

PRIMI PIATTI CON PASTA	pagg. 6-7
PRIMI PIATTI CON RISO	pagg. 8-9
PRIMI PIATTI IN BRODO	pag. 10
PRIMI PIATTI SPECIALI	pagg. 11-12
SECONDI PIATTI A BASE DI CARNE	pagg. 13-14
SECONDI PIATTI A BASE DI PESCE	pag. 15
SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA	pag. 16
SECONDI PIATTI A BASE DI LEGUMI	pag. 16
SECONDI PIATTI A BASE DI FORMAGGI	pag. 17
SECONDI PIATTI A BASE DI SALUMI	pag. 17
CONTORNI CALDI	pagg. 18-19
CONTORNI FREDDI	pagg. 20-21
PANE, FRUTTA E DESSERT	pag. 22
MERENDE	pag. 22

1. MENU' DEGLI ASILO NIDO

RAZIONI INDIVIDUALI 1-12 MESI

ALIMENTI	da 1 a 6 mesi	da 6 a 12 mesi
Crema di riso, mais e tapioca	25 g	30 g
Pastina, semolino, farina multicereali	/	30 g
Brodo di verdura composto da:		
- patate	100 g	150 g
- carote	q.b.	q.b.
- zucchine	/	q.b.
Liofilizzati di carne	25 g	/
Omogeneizzati di carne		50 g
Carne frullata		40 g
Pesce bollito frullato		60 g
Formaggio		30 g
Verdura cotta		80 g
Olio extravergine di oliva	5 g	5 g
Parmigiano grattugiato	4 g	4 g
Frutta di stagione per spuntino (9.30)	50 g (*)	70 g (*)
Frutta di stagione per merenda	100 g (*)	150 g (*)
Omogeneizzato di frutta	80 g (*)	80 g (*)
Latte di formula	200 g	200 g
Biscotti senza glutine	/	15 g
Yogurt intero al naturale	/	125 g

(*) frutta da utilizzarsi: **da 1 a 6 mesi** - mela o pera
da 6 a 12 mesi - mela, pera, banana

RAZIONI INDIVIDUALI 12-24 MESI

ALIMENTI	GRAMMATURE
- Riso asciutto	40/50 g
- Riso in brodo	20/30 g
- Pasta asciutta di piccola pezzatura	40/50 g
- Pastina di piccola pezzatura in brodo	20/30 g
- Semolino di grano o di riso	20/30 g
- Pesce pulito (nasello, sogliola, palombo)	45 g
- Carne fresca (noce o scamone)	45 g
- Pollo (petto o coscia)	45 g
- Tacchino (fesa)	45 g
- Prosciutto cotto senza glutammato monosodico e polifosfati	40 g
- Uovo	n. 1
* Coniglio (senza ossa)	50 g
* Agnello (senza ossa)	50 g
- Parmigiano Reggiano come pietanza	20/30 g
- Crescenza	30/40 g
- Ricotta	40 g
- Parmigiano Reggiano per condimento	5/8 g
- Olio extravergine	5/8 g
- Verdure per brodo (zucchine, carote, erbe e patate)	100 g
- Verdure per passato o contorno	100 g
- Patate	60/70 g
- Legumi secchi	30 g
- Latte	200 ml
- Yogurt intero (non alla frutta)	n. 1
- Biscotti	20 g
- Fette biscottate	n. 2
- Pane (dopo i 18 mesi)	30 g
- Succo di frutta	n. 1
- The deteinato o tisana	q.b.
- Limone	q.b.
- Sale	q.b.

Le grammature sono da considerarsi al crudo e al netto degli eventuali scarti.

* Alimenti carnei alternativi da somministrare in caso di intolleranza accertata verso altri tipi di carne quali manzo, tacchino e pollo.

RAZIONI INDIVIDUALI 24-36 MESI

ALIMENTI	GRAMMATURE
- Riso asciutto	50 g
- Riso in brodo	40 g
- Pasta asciutta di media pezzatura anche integrale	50 g
- Pastina di piccola pezzatura in brodo	30 g
- Semolino di grano o di riso	30 g
- Polenta cotta	40 g
- Pesce pulito (nasello, sogliola, palombo)	70 g
- Carne fresca (noce o scamone)	50 g
- Pollo (petto o coscia)	50 g
- Tacchino (fesa)	50 g
- Prosciutto cotto senza glutammato monosodico e polifosfati	50 g
- Uovo	n. 1
- Crescenza	40 g
- Ricotta	50 g
- Parmigiano Reggiano per condimento	10 g
- Olio	8/10 g
- Verdure per passato, contorno o brodo (zucchine, carote, erbe e patate, fagiolini e piselli)	150 g
- Patate	100 g
- Legumi secchi	30 g
- Latte	250 ml
- Yogurt intero (non alla frutta)	n. 1
- Marmellata	15/20 g
- Biscotti	25 g
- Fette biscottate integrali	n. 2/3
- Pane	20/30 g
- Succo di frutta	n. 1
- Gelato (fior di panna)	q.b.
- The deinato o tisana	q.b.
- Limone	q.b.
- Sale	q.b.

Le grammature sono da considerarsi al crudo e al netto degli eventuali scarti.

3. SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE, SECONDARIE E ADULTI

RICETTE E GRAMMATURE

MENU' INVERNALE E MERENDE

PRIMI PIATTI CON PASTA

PASTA AGLI AROMI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	65	75	80	100
Olio extra-vergine di oliva	g	7	8	9	10
Salvia e rosmarino	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA AL PESTO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	65	75	80	100
Pesto confezionato	g	15	18	20	25
Olio extra-vergine di oliva	g	5	6	7	8
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA IN CREMA DI BROCCOLI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	65	75	80	100
Broccoli	g	60	70	80	100
Olio extra-vergine di oliva	g	10	13	15	20
Aglio	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA ALLO ZAFFERANO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	65	75	80	100
Burro	g	5	7	8	10
Latte UHT p.s.	g	50	60	70	70
Farina tipo "00"	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Noce moscata	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Zafferano	g	0,03	0,03	0,04	0,04
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA INTEGRALE AL POMODORO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta integrale di semola di grano duro	g	65	75	80	100
Pomodori pelati	g	60	80	100	110
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	7
Sedano, carote, cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA E FAGIOLI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	30	40	60	70
Fagioli secchi	g	30	40	40	45
Pomodori pelati	g	40	50	50	60
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	5	6
Cipolla	g	5	10	10	10
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA E CECI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	30	40	60	70
Ceci secchi	g	30	40	40	45
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	5	6
Cipolla	g	5	10	10	10
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA E LENTICCHIE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	30	40	60	70
Lenticchie secche	g	30	40	40	45
Pomodori pelati	g	40	50	50	60
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	5	6
Cipolla	g	5	10	10	10
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PRIMI PIATTI CON RISO

RISO AL POMODORO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	60	70	80	100
Pomodori pelati	g	60	70	100	100
Olio extra-vergine di oliva	g	3	4	5	6
Cipolla, sedano, basilico	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

RISOTTO ALLA PARMIGIANA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	60	70	80	100
Burro	g	4	5	6	9
Olio extra-vergine di oliva	g	1	1	2	2
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	6	7	8	10

RISOTTO ZAFFERANO E FUNGHI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	60	70	80	100
Zafferano	g	0,03	0,03	0,04	0,04
Funghi champignon	g	-	15	25	30
Olio extra-vergine di oliva	g	2	2	3	4
Burro	g	2	3	4	4
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

RISO E PISELLI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
-----------------------	--	-------------	--------------	-------------	---------------

RISO E PISELLI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	50	60	70	80
Piselli	g	20	25	30	35
Olio extra-vergine di oliva	g	3	4	5	6
Burro	g	2	2	3	4
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

RISOTTO ALLA ZUCCA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	55	65	75	90
Zucca gialla	g	150	160	170	180
Burro	g	2	3	4	4
Olio extra-vergine di oliva	g	2	2	2	3
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

RISOTTO ALLE ERBETTE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	55	65	75	90
Erbette (biete)	g	40	45	50	55
Burro	g	2	3	4	4
Olio extra-vergine di oliva	g	2	2	2	3
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PRIMI PIATTI IN BRODO

CREMA DI CAROTE CON RISO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Riso parboiled	g	25	30	35	45
Patate	g	60	65	70	75
Carote	g	40	40	45	45
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	6
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla, sedano	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASSATO DI VERDURA CON FARRO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Farro perlato	g	30	35	40	45
Patate	g	60	60	60	70
Verdure miste	g	45	50	55	60
Olio extra-vergine di oliva	g	3	3	4	4
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

VELLUTATA DI LEGUMI CON ORZO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Orzo perlato	g	30	35	40	45
Legumi secchi	g	25	30	35	40
Olio extra-vergine di oliva	g	3	3	4	4
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTINA IN BRODO VEGETALE CON CAROTE E ZUCCHINE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pastina	g	40	50	55	60
Carote	g	25	30	40	40
Zucchine	g	25	30	40	40
Olio extra-vergine di oliva	g	3	3	4	4
Estratto per brodo vegetale	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PRIMI PIATTI SPECIALI

GNOCCHI AL POMODORO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Gnocchi di patate	g	150	180	220	250
Pomodori pelati	g	60	80	100	110
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	7
Sedano, carote, cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

TORTELLINI DI MAGRO BURRO E SALVIA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Tortellini di magro (ricotta/spinaci)	g	100	120	160	200
Burro	g	6	8	10	15
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

LASAGNE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta all'uovo in sfoglia	g	80	100	120	130
Vitellone (reale)	g	40	60	60	60
Pomodori pelati	g	80	90	10	110
Carote, sedano, cipolle	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Latte UHT p.s.	g	30	40	45	50
Burro	g	2	3	3	4
Farina tipo "00"	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Noce moscata	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PASTA AL RAGÙ DI CARNE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
-------------------------------	--	-------------	--------------	-------------	---------------

PASTA AL RAGÙ DI CARNE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di semola di grano duro	g	70	80	90	100
Pomodori pelati	g	60	80	100	110
Vitellone (reale)	g	20	25	30	35
Olio extra-vergine di oliva	g	1	2	2	3
Carote, sedano, cipolle	g	q.b	q.b	q.b	q.b
Parmigiano Reggiano DOP	g	4	5	6	8

PIZZA MARGHERITA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di pane	g	110	140	180	190
Mozzarella per pizza	g	50	65	75	75
Pomodori pelati	g	70	80	90	90
Olio extra-vergine di oliva	g	10	12	16	16
Origano	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

CALZONE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di pane	g	110	140	180	190
Mozzarella per pizza	g	50	65	75	75
Pomodori pelati	g	70	80	90	90
Olio extra-vergine di oliva	g	10	12	16	16

FOCACCIA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pasta di pane	g	110	140	180	190
Olio extra-vergine di oliva	g	10	12	16	16

SECONDI PIATTI A BASE DI CARNE

ARROSTO DI VITELLO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Vitello (noce)	g	90	100	120	140
Olio extra-vergine di oliva	g	3	3	4	5
Aromi	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

ARROSTO DI LONZA ALLA PIZZAIOLA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Lonza di suino	g	70	80	100	140
Pomodori pelati	g	20	20	25	30
Olio extra-vergine di oliva	g	2	2	3	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Origano	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

STUFATO DI MANZO TRITATO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Carne trita di bovino adulto (Reale o fesa)	g	70	90	100	120
Pomodori pelati	g	15	20	20	25
Olio extra-vergine di oliva	g	3	3	4	5
Carote, sedano, cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

POLPETTE DI MANZO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Carne trita di bovino adulto (reale o fesa)	g	60	70	80	120
Parmigiano Reggiano DOP	g	2	3	4	4
Misto d'uovo pastorizzato	g	15	15	25	25
Prosciutto cotto Alta Qualità	g	10	12	20	20
Latte UHT p.s.	g	4	4	4	4
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	6
Pangrattato	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	h	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

HAMBURGER DI POLLO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Carne trita di pollo	g	70	90	100	140
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	6
Prezzemolo, cipolla	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Petto di pollo	g	70	80	100	140
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	7	7
Farina tipo 00	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

COTOLETTA DI TACCHINO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Fesa di tacchino	g	70	80	100	140
Olio extra-vergine di oliva	g	7	7	9	10
Latte UHT p.s.	g	10	12	18	18
Misto d'uovo pastorizzato	g	3	5	6	6
Pangrattato	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI A BASE DI PESCE

FILETTO DI HALIBUT GRATINATO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Filetto di halibut	g	85	95	120	140
Olio extra-vergine di oliva	g	5	6	7	7
Pangrattato	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

TRANCIO DI SPADA AGLI AROMI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pesce spada	g	85	95	120	140
Olio extra-vergine di oliva	g	3	4	5	6
Aromi	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FILETTO DI MERLUZZO ALLA LIVORNESE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Filetto di merluzzo	g	85	95	120	140
Pomodori pelati	g	20	20	25	30
Olio extra-vergine di oliva	g	3	4	5	6
Aglio, aromi, olive nere	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FILETTO DI PLATESSA PANATO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Filetto di platessa	g	85	95	120	140
Misto d'uovo pastorizzato	g	3	5	6	6
Olio extra-vergine di oliva	g	7	7	9	10
Pangrattato	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

BASTONCINI DI MELUZZO PANATI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Bastoncini di merluzzo panati	g	75	125	125	150
Olio extra-vergine di oliva	g	5	6	6	7

SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA

ALLEGATO n. 3

al Capitolato Speciale d'Oneri per la gestione del servizio di ristorazione scolastica

MEDAGLIONI ALLA PARMIGIANA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Misto d'uovo pastorizzato	g	50	70	90	100
Pomodori pelati	g	20	25	30	40
Melanzane	g	15	20	20	25
Latte UHT p.s.	g	6	7	9	9
Parmigiano Reggiano DOP	g	3	4	5	6
Olio extra-vergine di oliva	g	3	4	4	5

FRITTATA ALLE PATATE E CAROTE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Misto d'uovo pastorizzato	g	50	70	90	100
Parmigiano Reggiano DOP	g	3	4	4	6
Patate	g	30	35	40	60
Carote	g	10	10	10	10
Olio extra-vergine di oliva	g	3	4	4	5
Latte UHT p.s.	g	10	15	20	20

SECONDI PIATTI A BASE DI LEGUMI

TORTINO DI LEGUMI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Legumi secchi	g	30	40	50	50
Patate	g	30	40	50	50
Formaggio tipo latteria	g	40	50	50	60
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	6
Misto d'uovo pastorizzato	g	10	12	15	15
Parmigiano Reggiano DOP	g	10	15	20	20
Cipolla, carote, sedano	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SECONDI PIATTI A BASE DI FORMAGGI

FORMAGGI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Robiola	g	60	60	60	100
Primo sale	g	60	75	80	120
Mozzarella	g	60	90	90	120
Grana Padano DOP	g	45	50	60	80
Asiago DOP	g	55	60	80	90

SECONDI PIATTI A BASE DI SALUMI

SALUMI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Prosciutto cotto Alta Qualità	g	50	60	80	90
Bresaola	g	40	50	60	80

CONTORNI CALDI

CAROTE ALL'OLIO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Carote a rondelle	g	80	100	120	150
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	7	8

FAGIOLINI ALL'OLIO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Fagiolini	g	80	100	110	120
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	7	8

CAVOLFIORI AL VAPORE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Cavolfiori	g	100	120	130	200
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	7	8

ERBETTE AL FORMAGGIO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Erbette (biete)	g	100	120	130	200
Olio extra-vergine di oliva	g	2	3	3	5
Parmigiano Reggiano DOP	g	3	4	5	6

SPINACI ALL'OLIO AROMATICO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Spinaci	g	100	120	130	200
Olio extra-vergine di oliva	g	2	3	3	5

CAROTE E PISELLI BRASATI		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Carote a rondelle	g	50	55	65	75
Piselli	g	35	40	50	60
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	7	8

POLENTA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Farina di mais per polenta	g	80	100	100	120

ZUCCHINE, PATATE E CAROTE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Zucchine a rondelle	g	20	20	30	40
Patate	g	40	45	45	80
Carote a rondelle	g	40	45	45	80
Olio extra-vergine di oliva	g	5	6	7	10
Cipolle	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PURE DI PATATE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Patate	g	120	130	150	180
Latte UHT p.s.	g	20	20	25	25
Burro	g	4	5	6	6
Parmigiano Reggiano DOP	g	2	2	3	3

PATATE AL FORNO		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Patate	g	130	150	180	200
Olio extra-vergine di oliva	g	6	7	9	10
Aromi	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

CONTORNI FREDDI

INSALATA VERDE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Insalata verde	g	40	50	60	80
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA MISTA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Insalata verde/rossa	g	20	25	30	40
Carote julienne	g	10	15	20	25
Finocchi julienne	g	10	15	20	25
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FINOCCHI IN INSALATA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Finocchi julienne	g	80	100	120	150
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA VERDE CON CAROTE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Insalata verde	g	20	25	30	40
Carote julienne	g	40	50	60	75
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA VERDE E MAIS		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Insalata verde	g	30	35	40	50
Mais	g	10	15	20	30
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FINOCCHI E CAROTE IN INSALATA		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Finocchi julienne	g	40	50	60	75
Carote julienne	g	40	50	60	75
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

BARBABIETOLE FILI E MAIS		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Barbabietole julienne	g	70	80	100	120
Mais	g	10	15	20	30
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

CAROTE JULIENNE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Carote julienne	g	80	100	120	150
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FAGIOLINI E MAIS		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Fagiolini	g	80	100	110	120
Mais	g	10	15	20	30
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA DI FINOCCHI, OLIVE E MAIS		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Finocchi julienne	g	60	70	80	130
Mais	g	10	15	20	30
Olive	g	5	10	10	15
Olio extra-vergine di oliva	g	4	5	6	8
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PANE, FRUTTA E DESSERT

PANE, FRUTTA E DESSERT		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pane comune o integrale	g	50	50	50	50
Frutta	g	150	150	150	150
Gelato	pz	1	1	1	1
Yogurt alla frutta	g	125	125	125	125

MERENDE

MERENDE		Inf.	Prim.	Sec.	Adulti
Pane	g	50	50	50	-
Barretta al cioccolato	g	1	1	1	-
Vaschetta di crema spalmabile al cioccolato	pz	1	1	1	-
Latte fresco intero	ml	200	200	200	-
Thè deteinato	ml	200	200	200	-
Succo e polpa di frutta	ml	200	200	200	-
Biscotti secchi (monoporzione)	g	35	35	35	-
Crackers (monoporzione)	g	30	30	30	-
Fette biscottate (monoporzione)	g	30	30	30	-
Marmellata monodose (monoporzione)	pz	1	1	1	-
Torta (margherita, plumcake)	g	80	80	80	-
Yogurt alla frutta	g	125	125	125	-
Gelato	pz	1	1	1	-
Budino (cioccolato, vaniglia)	g	125	125	125	-