

RISTORAZIONE SCOLASTICA RIMINI 2019-2020 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

1	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	2	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	3	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	4	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	5	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
PASSATO DI VERDURA CON ORZO					RISOTTO ALLO ZAFFERANO					SEDANINI ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA					PINZIMONIO					PASTA DI SEMOLA AL PESTO ALLA GENOVESE				
Orzo	20	25	30	40	Riso	50	60	80	100	Pasta di semola	50	60	80	100	Verdure miste di stagione(sedano)	80	100	150	250	Pasta di semola	50	60	80	100
Verdure miste*	50	60	80	100	Carote	2	2	4	6	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	5	6	7	8	Olio EVO	5	6	7	8
Carote	2	5	5	6	Cipolla	2	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Succo di limone	0,1	0,1	0,2	0,2	Basilico	5	6	7	8
Cipolla	2	4	4	5	Sedano	1	1	1,5	2	Parmig. / Grana	5	6	7	8	Olio EVO	3	4	5	7	Prezzemolo	2	3	4	5
Sedano	1	3	3	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Pinoli/Mandorle	/	3	4	5
Olio EVO	2	3	3	4	Zafferano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.											Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Brodo vegetale	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.											Parmig. / Grana	5	6	7	8
Parmig. / Grana	5	6	7	8	Parmig. / Grana	5	6	7	8															
																				PASTA DI SEMOLA AL PESTO NO FR. A GUSCIO (N.)				
PIZZA MARGHERITA					POLPETTE DI MANZO AL POMO / SVIZZERA DI MANZO					BURGER DI PESCE CON SALSAL AL PREZZEMOLO					PASTA RIPIENA ALL'UOVO CON POMODORO E LEGUMI					FRITTATA AL FORNO				
Farina di grano	30	40	50	60	Vitellone/manzo	40	50	60	70	Pesce*	45	55	80	120	Pasta ripiena all'uovo	100	120	140	160	Uovo pastorizz.	40	48	52	60
Polpa di pomodoro	20	24	30	40	Uovo pastorizz.	6	8	9	10	Patate	16	18	20	22	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Latte	15	20	25	30
Mozzarella	25	30	35	40	Patate	4	6	8	10	Uovo pastorizz.	6	8	9	10	Legumi secchi(fag, ceci,lenticchie, ecc.)	25	30	35	40	Parmig. / Grana	4	5	6	7
Olio EVO	3	4	5	6	Olio EVO	2	2,4	3,6	4	Olio EVO	2	2,5	3	4	Carote	3	4	5	6	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Lievito Secco	2	3	3,5	4	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Cipolla	2	2	2	2,5					
Capperi	0,3	0,6	1	1,2	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	0,2	0,2	0,3	0,4	Olio EVO	1	1	1,2	1,4					
Origano	0,1	0,2	0,5	1	SALSA					Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3					
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Pomodoro	50	55	60	65	SALSA					Parm./ Grana	5	6	7	8	§ROTOLO DI FRITTATA AL FORNO				
					Carote	1	2	2	3	Olio EVO	1	1	2	2										
					Cipolla	1	2	2	3	Carote	0,5	0,8	1	1,2										
					Olio EVO	0,3	0,5	0,6	0,7	Prezzemolo	0,5	0,8	1	1,2										
					Aglio					Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.										
PINZIMONIO/ VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA AL FORNO					VERDURA CRUDA					PATATE AL FORNO					VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagione (sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura	80	100	150	200	Verdura fresca di stagione (sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Patate	80/100	100/120	140	160	Verdura fresca di stagione (sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200
Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Parmigiano	2	3	4	5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
					Olio EVO	2	3	4	5															
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2															
FRUTTA FRESCA	/	/	/	/	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60
	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200

RISTORAZIONE SCOLASTICA RIMINI 2019-2020 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

6	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secund. Adulti	7	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secund. Adulti	8	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secund. Adulti	9	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secund. Adulti	10	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secund. Adulti
MINIORTIGLIANI AL POMODORO E VERDURE DI STAGIONE					GNOCCHETTI SARDI ALLE ERBE AROMATICHE					RISO AL POMODORO E LEGUMI					CREMA DI VERD. CON CROSTINI INT. /PAST SEMOLA INT.					FUSILLI AL POMODORO E TONNO				
<i>Pasta di semola</i>	50	60	80	100	<i>Pasta di semola</i>	50	60	80	100	Riso	50	60	80	100	<i>Crost. di pane int.</i>	20	25	30	40	<i>Pasta di semola</i>	50	60	80	100
Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Olio EVO	5	6	7	8	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Verdure miste	35	40	45	55	Polpa di pomodoro	45	55	60	65
Verdure di stagione	15	15	20	25	Basilico	0,5	1	1	2	Legumi secchi(fag. ceci,lenticchie, ecc.)	25	30	35	40	Patate	15	20	25	30	Tonno	/	12	14	16
Carote	5	5	6	8	Erba Cipollina	0,5	1	1	2	Carote	2	2	3	4	Carote	2	5	5	6	Cipolla	1,5	2	2	2,5
Cipolla	1,5	2	2	2,5	Prezzemolo	QB	0,5	0,5	1	Cipolla	3	4	5	6	Cipolla	2	4	4	5	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Olio EVO	1	1	1,2	1,4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Cipolla	1,5	2	2	2,5	Sedano	1	3	3	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Parmig. / Grana	5	6	7	8	Olio EVO	0,8	1	1,2	1,4	Olio EVO	1	2	3	4	Aglio	QB	QB	QB	QB
Parm./ Grana	5	6	7	8						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
										Parmig. / Grana	5	6	7	8	Parmig. / Grana	5	6	7	8					
					SPASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO															FUSILLI AL POMODORO (N.)				
BOCCONCINI/ SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE					PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO					SFORMATO DI VERDURA					LOMBO DI SUINO AL FORNO					BURGER DI VERDURA				
Pollo	50	60	70	80	<i>Pesce azzurro</i>	35	50	80	130	<i>Uovo pastorizz.</i>	32	38	42	48	Lombo di suino	50	60	70	80	Verdura cotta	40	45	50	55
Olio EVO	4	5	6	7	<i>Pangrattato</i>	4	5	6	7	Verdure	20	24	28	31	Sale profumato	0,2	0,3	0,3	0,3	<i>Ricotta vaccina</i>	20	30	40	50
Sale Profumato	Q.B.	0,1	0,1	0,2	Olio EVO	2	2,5	3	4	Latte	12	16	20	23	Carota	1,5	2	2,5	3	Patate	5	6	8	10
SALSA					Prezzemolo	2	2	2,5	3	<i>Farina di grano</i>	1	1,5	2	3	Cipolla	1	1	2	2	<i>Uovo pastorizz.</i>	8	10	11	12
Farina di grano	2	2	3	3	Sale IODATO	0,2	0,2	0,3	0,4	Parm. / Grana	6	8	10	12	Sedano	0,3	0,4	0,5	1	Parm. / Grana	4	4,5	5	6
Carote	2,5	3,2	3,4	4,5	Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	2	2	2,5	3,8
Cipolla	1,5	1,6	1,8	3											Olio EVO	1	2	2	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Succo di limone	0,5	1	1,2	2																				
Sedano	0,3	0,4	0,4	0,5																				
Sale Profumato	Q.B.	0,1	0,1	0,2																				
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	SPESCE* GRATINATO AL FORNO																			
VERDURA GRATINATA AL FORNO					PINZIMONIO/ VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA CRUDA					PINZIMONIO/ VERDURA CRUDA				
Verdura*	80	100	150	200	Verdura fresca di stagione(<i>sedano</i>)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca di stagione(<i>sedano</i>)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca di stagione(<i>sedano</i>)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca di stagione(<i>sedano</i>)	30/80	40/100	50/150	60/200
Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
Parmigiano	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Frutta a guscio	/	5	5	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Olio EVO	2	3	4	5						Sale IODATO	QB	QB	QB	QB										
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2						VERD. CRUDA(N.)														
PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60
FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200

RISTORAZIONE SCOLASTICA RIMINI 2019-2020 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

11	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	12	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	13	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	14	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	15	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE					PINZIMONIO					PASSATO DI VERD. CON COUS COUS / PASTINA DI SEMOLA					PENNETTE ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA					PIPE AL POMODORO E MELANZANE				
Pasta di semola	50	60	80	100	Verdure miste di stagione (sedano)	80	100	150	200	Cous Cous	20	25	30	40	Pasta di semola	50	60	80	100	Pasta di semola	50	60	80	100
Olio EVO	5	6	7	8	Succo di limone	0,1	0,1	0,2	0,2	Verdure miste*	50	60	80	100	Olio EVO	4	5	6	7	Polpa di Pomodoro	40	45	50	55
Basilico	0,5	1	1	2	Olio EVO	3	4	5	7	Carote	2	5	5	6	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Melanzane	15	15	20	25
Erba Cipollina	0,5	1	1	2						Cipolla	2	4	4	5	Parmig. / Grana	5	6	7	8	Carote	4	4	5	6
Prezzemolo	QB	0,5	0,5	1						Sedano	1	3	3	4						Cipolla	2	2	2	2,5
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Olio EVO	2	3	3	4						Olio EVO	1	1	1,2	1,4
Parmig. / Grana	5	6	7	8						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
										Parmig. / Grana	5	6	7	8						Basilico	0,2	0,2	0,3	0,3
																				Parmig. / Grana	5	6	7	8
PESCE* GRATINATO AL FORNO					PASTA SECCA ALL'UOVO CON POMODORO E CANNELLINI					FORMAGGIO					POLPETTINE DI PESCE*					SVIZZERA DI TACCHINO AL FORNO				
Merluzzo* (pesce*)	60	70	100	140	Pasta all'uovo	40	50	60	70	Asiago	20	40	50	60	Halibut* (pesce*)	16	22	25	35	Tacchino	40	50	60	70
Pangrattato	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Caciotta	20	40	50	60	Merluzzo*	16	22	25	35	Uovo pastorizz.	6	8	9	10
Olio EVO	2	2,5	3	4	Legumi secchi (cannellini)	25	30	35	40	Grana Padano	20	30	40	50	Patate	8	10	15	22	Patate	4	6	8	10
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Cipolla	6	6	6	6	Mozzarella	30	45	60	75	Ricotta vaccina	7	9	12	14	Olio EVO	1	2	3	5
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Olio EVO	2	2	2	2	Squacquerone	40	60	70	90	Uovo pastorizz.	4	5	7,5	9	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Stracchino	40	60	70	90	Olio evo	1	1,5	2	2	BRODO				
					Parm. / Grana	5	6	7	8						Porro	0,4	0,4	0,5	0,6	Carote	10	12	14	14
															Succo di limone	0,2	0,2	0,3	0,3	Sedano	6	7	8	8
															Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Cipolla	6	7	8	8
VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA AL FORNO					VERDURA CRUDA					PINZIMONIO/ VERDURA CRUDA					VERDURE* COTTE ALL'OLIO EVO				
Verdura fresca di stagione (sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura	80	100	150	200	Verdura fresca di stagione (sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca di stagione (sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdure	80	100	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
					Olio EVO	2	3	4	5															
					Sale IODATO	QB	QB	QB	QB															
PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PIADINA	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60
FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200

RISTORAZIONE SCOLASTICA RIMINI 2019-2020 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

21	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	22	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	23	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	24	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	25	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
PINZIMONIO					RISO AL POMODORO E PISELLI					GRAMIGNA/SPAGH. ALLA PESCATORA					FUSILLI INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO					MINI FARFALLE ALLE ERBE AROMATICHE				
Verdure miste di stagione (sedano)	80	100	150	200	Riso	50	60	80	100	Pasta di semola	50	60	80	100	Pasta semola int.	50	60	80	100	Pasta di semola	50	60	80	100
Succo di limone	0,1	0,1	0,2	0,2	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Pomodoro	30	35	40	45	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Olio EVO	5	6	7	8
Olio EVO	3	4	5	7	Piselli*	30	45	60	75	Pesce*	20	15	20	25	Carote	20	25	30	35	Basilico	0,5	1	1	2
					Carote	3	4	5	6	Gamberetti*	/	20	25	30	Cipolla	3	4	5	6	Erba Cipollina	0,5	1	1	2
					Cipolla	2	2	2	2,5	Olio EVO	3	4	5	6	Sedano	1	2	2	2,5	Prezzemolo	QB	0,5	0,5	1
					Olio EVO	1	1	1,2	1,4	Sale IODATO	0,1	0,1	0,1	0,1	Basilico	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
					Sale IODATO	0,3	0,4	0,5	0,6	Prezzemolo	0,4	0,4	0,5	0,5	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Parmig. / Grana	5	6	7	8
					Parmig. / Grana	5	6	7	8	Aglio	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
					PASSATO DI LEGUMI CON ORZO/RISO (N.)										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
															Parmig./ Grana	5	6	7	8					
PASTA SECCA ALL'UOVO AL RAGÙ DI MANZO					FORMAGGIO					BURGER DI VERDURA					BOCCONCINI DI POLLO / TACCHINO ALLE ERBE					COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO				
Pasta secca all'uovo	40	50	60	70	Asiago	20	40	50	60	Verdura cotta	40	45	50	55	Pollo / Tacchino	50	60	70	80	Platessa*	60	70	100	140
Polpa di pomodoro	30	40	50	55	Caciotta	20	40	50	60	Ricotta vaccina	20	30	40	50	Olio EVO	3	4	6	8	Pangrattato	7	10	12	15
Manzo/Vitellone	15	20	25	30	Grana Padano	20	30	40	50	Patate	5	6	8	10	Sale Profumato	0,5	0,8	1	1,5	Uovo pastorizz.	5	6	7	9
Carote	3	3,5	4	5	Mozzarella	30	45	70	80	Uovo pastorizz.	8	10	11	12	Succo di limone	1,5	2	2,8	3	Olio EVO	4	5	6	8
Cipolla	2	2	2,5	3	Squacquerone	40	60	70	80	Parmig. / Grana	4	4,5	5	6						Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Sedano	1	1	1,5	2	Stracchino	40	60	70	80	Olio EVO	2	2	2,5	3,8										
Olio EVO	1	1	2	3						Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3										
Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,4																				
Parmig. / Grana	5	6	7	8																				
VERDURA GRATINATA AL FORNO					VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO					PINZIMONIO/ VERDURA CRUDA					VERDURA COTTA					VERDURA CRUDA				
Verdura	80	100	150	200	Verdura fresca di stagione(sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca di stagione(sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdure	80	100	150	200	Verdura fresca di stagione(sedano)	30/80	40/100	50/150	60/200
Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
Parmigiano	2	3	4	5	Frutta a guscio	/	5	5	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Olio EVO	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB															
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2	§VERD. CRUDA (N.)																			
PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60	PANE (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	30	40	50	60
FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200