

## RISTORAZIONE SCOLASTICA 2024-2025 (autunno/inverno)

### Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

6	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	7	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	8	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	9	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	10	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti
<b>PASTA DI SEMOLA CON SALSIA DI CAROTE/VERDURE</b>					<b>PASSATO DI LEGUMI CON DITALINI</b>					<b>PENNETE/SPAGHETTI AL POMODORO</b>					<b>BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA (N.I.)</b>					<b>RISO ALLA ZUCCA</b>				
<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	80	<i>Pasta di semola</i>	20	30	40	40	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	80	<i>Pasta di semola</i>	20	30	40	40	Riso	25-40	50	80	80
Carote /Altra Verdura	40	50	65	80	Legumi secchi	15	25	40	40	Polpa di pomod	40	45	50	55	Pomodoro	10	12	14	16	Zucca gialla	25	30	35	40
Cipolla	4	5	6	8	Carote	5	5	6	7	Carote	20	25	30	35	Carote	8	10	11	12	Cipolla	3	3	4	5
<b>Latte</b>	10	15	20	25	Salvia	3	4	5	5	Cipolla	3	5	6	7	Cipolla	5	6	7	8	Olio EVO	4	5	6	7
Prezzemolo	QB	QB	QB	QB	Rosmarino	3	4	5	5	<b>Sedano</b>	1	2	2	2,5	<b>Sedano</b>	3	4	4	5	<b>Brodo vegetale (sedano)</b>	QB	QB	QB	QB
Olio EVO	3	5	6	7	Cipolla	2	3	4	5	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	<b>Sedano</b>	2	3	3	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10
<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10	Olio EVO	2	2	3	3	<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10	<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10					
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2															
					<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10															
<b>§§ANTIPASTO DI VERDURA CRUDA</b>					<b>§§PIPE AL POMODORO E LEGUMI (PRIM)</b>					<b>§§PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO (P.S.)</b>														
<b>SPEZZATINO DI MANZO</b>					<b>UOVO SODO CON SALSIA VERDE</b>					<b>BURGER DI PESCE CON SALSIA AL PREZZEMOLO</b>					<b>BOCCONCINI DI POLLO GRATINATI AL FORNO</b>					<b>BURGER DI FORMAGGIO</b>				
Manzo	40	50	80	100	<b>Uovo intero</b>	50	50	60	60	<b>Pesce*</b>	40	60	90	120	Pollo	40	50	80	100	Biete	4	5	10	10
Polpa di pomodoro	20	25	30	35	<b>Tonno (no nido)</b>	/	8	9	10	Patate	16	18	20	22	<b>Pangrattato</b>	5	6	7	8	<b>Ricotta vaccina</b>	10	15	30	30
<b>Sedano</b>	3	4	5	6	Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3	<b>Uovo pastorizz.</b>	8	10	15	20	Farina di mais	4	5	6	7	<b>Mozzarella/stracchino</b>	12	18	30	30
Carota	3	4	5	6	Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Olio EVO	1	1	2	3	<b>Parmigiano</b>	5	5	8	8
Cipolla	2	3	4	5	Olio EVO	5	6	7	8	SALSIA AL PREZZEMOLO					Sale profumato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Patate	30	45	50	50
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Prezzemolo	2	2	2,5	3						Olio evo	1	2	3	3
Olio EVO	4	5	6	7	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Olio EVO	2	2,5	3	4						Sale iodato	0,1	0,1	0,1	0,2
Sale IODATO	QB	QB	Q.B.	Q.B.						Prezzemolo	2	2	2,5	3						<b>Pangrattato</b>	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
										Sale IODATO	0,2	0,2	0,3	0,4										
										Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.										
<b>§§POLPETTE DI MANZO AL POMODORO</b>																								
<b>§§POLENTA CON RAGÙ DI MANZO</b>					<b>§§FORMATO/PLUMCAKE DI VERDURE</b>					<b>§§PESCE/P AZZURRO GRATINATO CON MANDORLE</b>					<b>§§SALSIA KETCHUP CASALINGO</b>					<b>§§SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE</b>				
<b>VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>PURE' DI PATATE</b>					<b>VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO</b>				
Verdura fresca/ Verdura* ( <i>sedano</i> )	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Patate	60	120	140	160	Verdura fresca di stagion	20/80	40/120	50/150	80/200
Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	<b>Latte</b>	7	9,5	11	12	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<b>Parmigiano</b>	4	6	7	9	<b>Frutta a guscio</b>	5	5	10	15
															Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
															<b>VERDURA GRATINATA (P.S)</b>									
<b>PANE/P SEMI INT (NI)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (NI)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (NI)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (NI)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PIADINA/FORNARINA</b>	20	40	50	50
<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150



## RISTORAZIONE SCOLASTICA 2024-2025 (autunno/inverno)

### Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

16					17					18					19					20				
Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	
<b>PASSATO DI FAGIOLI CON DITALI</b>					<b>GNOCCHETTI SARDI CON SALSA ROSATA</b>					<b>CREMA DI SEDANO E CAROTE CON COUS COUS</b>					<b>RISO CON ZUCCHINE/SPINACI/CARCIOFI/ASPARAGI</b>					<b>ANTIPASTO VERDURE CRUDE</b>				
<i>Pasta di semola</i>	20	30	40	40	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	80	<i>Cous-cous</i>	20	30	40	40	Riso	25-40	50	80	80	Verdure fresche	80	100	150	200
Fagioli secchi	15	25	40	40	Polpa di pomod	40	45	50	55	Patate	50	55	60	65	Zucchine/Spinaci/Carciofi/Radicchio	25	30	35	40	Olio EVO	3	4	5	7
Carote	2	5	5	6	<b>Latte</b>	10	11	12	14	<b>Sedano</b>	12	15	18	22	Cipolla	3	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Cipolla	2	4	4	5	Carote	3	3	4	5	Carote	5	6	7	8	Olio EVO	4	5	6	7					
<b>Sedano</b>	1	3	3	4	Cipolla	2	2	2	2,5	Cipolla	3	3	3	3,5	<b>Brodo vegetale (sedano)</b>	QB	QB	QB	QB					
Olio EVO	2	3	3	4	<b>Sedano</b>	1,5	1,5	2	3	Olio EVO	2	2	2,5	3	Sale IODATO	1	1,5	2	2					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	<b>Farina di grano</b>	0,5	1	1,1	1,2	Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10					
<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	<b>Parmig./ Grana</b>	5	5	5	10										
					<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10															
					§§GNOCCHI DI PATATE CON SALSA ROSATA					§§PASTA DI SEMOLA AL PESTO DI VERDURE (P.)														
<b>FORMAGGIO</b>					<b>PESCE GRATINATO CON FR A GUSCIO E OLIVE</b>					<b>FRITTATA CON VERDURE E PATATE</b>					<b>COTOLETTA DI MAIALE</b>					<b>SPAGHETTI AL RAGÙ DI PESCE</b>				
<i>Asiago</i>	20	30	50	70	<b>Pesce*</b>	35-50	70	90	150	<b>Uovo pastorizz.</b>	50	50	60	60	Lombo di maiale	40	50	80	100	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	80
<i>Caciotta</i>	20	30	50	70	<b>Pangrattato</b>	4	5	6	7	<b>Latte</b>	10	10	20	20	<b>Pangrattato</b>	5	7	8	9	Polpa di pomodoro	50	55	60	65
<i>Grana Padano</i>	20	20	30	50	<b>Parmigiano</b>	2	3	4	5	<b>Parmig. / Grana</b>	4	5	7	9	<b>Uovo pastorizz.</b>	7	8	9	10	<b>Pesce misto*</b>	25	35	40	75
<i>Mozzarelline</i>	30	40	70	100	<b>Mandorle tostate</b>	5	5	10	15	Verdure	5	8	10	15	Olio EVO	2	3	4	6	Cipolla	2	3	3	4
<i>Squacquerone</i>	30	40	70	100	Olive (verdi o nere)	2	3	4	5	Patate	5	8	10	15	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Olio EVO	0,5	0,5	0,8	1
<i>Stracchino</i>	30	40	70	100	Olio EVO	2	2,5	3	4	Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	
					Prezzemolo	2	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.					Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Olio EVO	5	6	7	8					Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	
					Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.															
					§§PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO CON FR A GUSCIO OLIV					§§ROTOLO DI FRITTATA										§§SPAGHETTI AL RAGÙ BIANCO DI VONGOLE				
<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURE COTTE CON SALSA AI CAPPERI</b>					<b>VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO</b>				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdure fresc/ Verdure* ( <i>sedano</i> )	70-80	120	150	200	Verdure/Verdure*	70-80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7	<b>Pangrattato</b>	1	1,5	2	3
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Capperi	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	<b>Parmigiano</b>	8	10	12	15
															Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	<b>Frutta a guscio</b>	5	5	10	15
															Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Olio EVO	2	3	4	5
																				Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2
<b>PIADINA/FORNARINA</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50
<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150

## RISTORAZIONE SCOLASTICA 2024-2025 (autunno/inverno)

### Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

21	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	22	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	23	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	24	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	25	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti
<b>CREMA DI VERDURE CON ORZO/RISO</b>					<b>FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA</b>					<b>PASSATO DI VERDURA CON PASTINA</b>					<b>ANTIPASTO VERDURE CRUDE</b>					<b>PIPE ALL'ORTOLANA INVERNALE</b>				
<b>Orzo</b>	20	30	40	40	<b>Pasta di semola</b>	25-40	50	80	80	<b>Pasta di semola</b>	20	30	40	40	Verdure fresche	80	100	150	200	<b>Pasta di semola</b>	25-40	50	80	80
Verdure/Verdure*	20	30	40	45	Olio EVO	4	5	6	7	Verdure miste* ( <b>sedano</b> )	50	60	80	100	Olio EVO	3	4	5	7	Pomodoro	35	40	45	50
Patate	20	30	40	45	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Carote	2	5	5	6	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Carote	13	15	18	20
Carote	5	6	7	8	<b>Parmig. / Grana</b>	5	6	8	10	Cipolla	2	4	4	5						Porro fresco	8	8,5	9	10
Cipolla	3	3	3	3,5						<b>Sedano</b>	1	3	3	4						Cavolfiore	4	5	6	8
<b>Sedano</b>	2	2	2,5	3						Olio EVO	2	3	3	4						<b>Sedano</b>	3	4	5	6
Olio EVO	2	2	2,5	3						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5						<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
<b>Parmig./ Grana</b>	5	5	5	10																<b>Parmig./ Grana</b>	5	5	5	10
<b>§§ RISO ALLO ZAFFERANO (PRIM)</b>																								
<b>BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO</b>					<b>BOCCONCINI DI POLLO ALLA CACCIATORA</b>					<b>PIZZA MARGHERITA</b>					<b>RAVIOLI/CAPPELLETTI/ CANNELLONI AL POMODORO</b>					<b>POLPETTE DI CARNE E VERDURE</b>				
<b>Pesce misto*</b>	35-50	70	90	150	Pollo	40	50	80	100	<b>Farina di grano</b>	35	50	65	65	<b>Pasta ripiena all'uovo</b>	60	80	120	160	Carne (bovino/pollo/ tacchino...)	30	35	40	50
<b>Pangrattato</b>	4	5	6	7	Olio EVO	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	<b>Ricotta</b>	10	15	20	25
Olio EVO	2	2,5	3	4	Sale Profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	<b>Mozzarella</b>	20	25	38	50	Carota	3	4	5	6	<b>Ricotta</b>	10	15	20	25
Prezzemolo	2	2	2,5	3	SALSA					Olio EVO	3	4	5	6	Cipolla	6	6	6	6	Bieta	15	20	30	40
Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Polpa di pomodoro	35	40	45	50	Lievito Secco	2	3	4	4	Olio EVO	2	2	2	2	<b>Uovo</b>	3	4	5	6
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Carote	6	6	6	6	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<b>Parmigiano/Grana</b>	2	3	4	5
					Cipolla	1	2	2	2	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<b>Parm. / Grana</b>	5	6	8	10	Olio evo	1	2	3	3
					<b>Sedano</b>	1	1,5	2	2	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						Sale iodato	Q.B.	0,1	0,2	0,3
					Olio EVO	1	1,2	1,5	2															
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3															
					<b>§FETTINA ALLA PIZZAIOLA</b>										<b>§RAVIOLI/CAPPELLETTI/ CANNELLONI AL RAGU' DI LENTICCHI E PISELLI</b>									
<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO</b>					<b>VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO</b>					<b>MACEDONIA DI VERDURA CON PISELLI</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>				
Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdure fresc/ Verdure* ( <b>sedano</b> )	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdure miste/ Verdure* ( <b>sedano</b> )	60	70	90	110	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Piselli	15	45	60	90	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	3	4	5	7	<b>Frutta a guscio</b>	5	5	10	15	Olio EVO	4	4	5	7	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
					Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB					
															<b>§§PATATE E PISELLI</b>									
<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	/	/	/	/	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50
<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150

## RISTORAZIONE SCOLASTICA 2024-2025 (autunno/inverno)

### Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

26					27					28					29					30				
	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti		Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti
<b>BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA</b>					<b>CASERECCHE/ GNOCCHETTI SARDI CON SALSA ROSATA</b>					<b>ANTIPASTO VERDURE CRUDE</b>					<b>CREMA DI ZUCCA CON CROSTINI/PASTINA INTEGRALE</b>					<b>RISO AL POMODORO</b>				
<b>Pasta di semola</b>	20	30	40	40	<b>Pasta di semola</b>	25-40	50	80	80	Verdure fresche	80	100	150	200	<b>Pasta di semola integr</b>	20	30	40	40	Riso	25-40	50	80	80
Pomodoro	10	12	14	16	Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	3	4	5	7	Zucca	20	30	40	45	Polpa di pomodoro	30	35	40	45
Carote	8	10	11	12	<b>Latte</b>	8	10	14	16	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Patate	20	30	40	45	Carote	10	15	20	25
Cipolla	5	6	7	8	Carote	3	3	4	5						Carote	5	6	7	8	Cipolla	2	3	4	5
<b>Sedano</b>	3	4	4	5	Cipolla	2	2	2	2,5						Cipolla	3	3	3	3,5	<b>Sedano</b>	5	6	7	8
Olio EVO	1	1	2	3	<b>Sedano</b>	1,5	1,5	2	3						<b>Sedano</b>	2	2	2,5	3	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	<b>Farina di grano</b>	0,5	1	1,1	1,2						Olio EVO	2	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10
					<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10						<b>Parmig./ Grana</b>	5	5	5	10					
															GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE (P.S.)									
<b>COTOLETTA DI MAIALE</b>					<b>ROTOLO DI FRITTATA</b>					<b>SEDANINI AL RAGÙ POLLO/TACCHINO/CONIGLIO E BESCIAAMELLA GRATINATI</b>					<b>PESCE GRATINATO CON FRUTTA A GUSCIO</b>					<b>BURGER DI CECI</b>				
Lombo di maiale	40	50	80	100	<b>Uovo pastorizz.</b>	40	40	50	50	<b>Pasta di semola</b>	25-40	50	80	80	<b>Pesce*</b>	35-50	70	90	150	Ceci secchi	12	20	30	45
<b>Pangrattato</b>	5	7	8	9	<b>Latte</b>	5	10	18	18	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	<b>Pangrattato</b>	4	5	6	7	Patate	20	25	30	35
<b>Uovo pastorizz.</b>	7	8	9	10	<b>Parmig. / Grana</b>	2	3	4	5	Pollo/tacchino/coniglio	18	25	38	50	<b>Parmigiano</b>	2	3	4	5	<b>Uovo</b>	6	7	8	9
Olio EVO	2	3	4	6	<b>Mozzarella/Asiago/ Montasio</b>	5	10	15	15	Carote	3	4	5	6	<b>Mandorle tostate</b>	5	5	10	15	<b>Ricotta di mucca</b>	7	8	9	10
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Cipolla	2	2	2,5	3	Olio EVO	2	2,5	3	4	<b>Pangrattato</b>	0,8	1	1,2	1,4
										<b>Sedano</b>	1	1	1,5	2	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Olio EVO	2	2,5	3	3
										Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
										<b>Latte</b>	20	30	35	40	Aglio	QB	QB	QB.	QB.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
										<b>Farina di grano</b>	2	3	5	6										
										<b>Parm. / Grana</b>	5	6	7	10										
										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3										
					§FRITTATA CON VERDURE					Noce Moscata	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	§POLPETTE DI PESCE AL POMODORO					§FALAFEL DI CECI/ FARINATA DI CECI				
<b>PURE' DI PATATE</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURA GRATIN CON FRUTTA A GUSCIO</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO</b>				
Patate	60	120	140	160	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdura/Verdura* ( <b>sedano</b> )	80	100	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdure fresc/ Verdure* ( <b>sedano</b> )	80	100	150	200
<b>Latte</b>	7	9,5	11	12	Olio EVO	4	4	5	7	<b>Pangrattato</b>	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7					
<b>Parmigiano</b>	4	6	7	9	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<b>Parmigiano</b>	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB					
Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3						<b>Frutta a guscio</b>	5	5	10	15										
										Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2										
										Olio EVO	2	3	4	5										
					§ PURE' PATATE E CAROTE/ PATATE E ZUCCA																			
<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50
<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150

§Menù alternativi (N)=Nido (N.I.)=Nido Infanzia (P.S.)=Primarie Secondarie (I.P.S.)=Infanzia Primarie Secondarie

## RISTORAZIONE SCOLASTICA 2024-2025 (autunno/inverno)

### Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

31	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	32	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	33	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	34	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	35	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti
<b>PIPE/SEDANINI AL POMODORO</b>					<b>PENNETTE ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA</b>					<b>ANTIPASTO VERDURE CRUDE</b>					<b>RISO ALLA PARMIGIANA</b>					<b>PASSATO DI LEGUMI E VERDURE MISTE CON ORZO/FARRO</b>				
<b>Pasta di semola</b>	25-40	50	80	80	<b>Pasta di semola</b>	25-40	50	80	80	Verdure fresche	80	100	150	200	Riso	25-40	50	80	80	<b>Orzo/Farro</b>	20	30	40	40
Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	3	4	5	7	<b>Latte</b>	8	9	10	11	Fagioli	15	25	40	40
Carote	20	25	30	35	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<b>Brodo vegetale (sedan)</b>	QB	QB	QB	QB	Piselli*	12	15	18	20
Cipolla	3	5	6	7	<b>Parmig. / Grana</b>	5	6	8	10						Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	Verdure/Verdure miste*	15	20	25	30
<b>Sedano</b>	1	2	2	2,5											<b>Parmig./ Grana</b>	5	6	8	10	Carote	4	5	5	5
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4																Cipolla	3	4	4	4
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2																<b>Sedano</b>	2	3	3	3
<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10																Olio EVO	2	3	3	3
																				Sale IODATO	1	1	1,5	1,5
																				<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10

## RISTORAZIONE SCOLASTICA 2024-2025 (autunno/inverno)

### Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

36	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	37	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	38	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	39	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti	40	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti
<b>PASTA DI SEMOLA POMODORO E RICOTTA</b>					<b>BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA</b>					<b>RISO ALLO ZAFFERANO</b>					<b>ANTIPASTO VERDURE CRUDE</b>					<b>PASSATO DI LEGUMI CON CROSTINI/PASTINA (I)</b>				
<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	80	<i>Pasta di semola</i>	20	30	40	40	Riso	25-40	50	80	80	Verdure fresche	80	100	150	200	<i>Pasta di semola/Crostini</i>	20	30	40	40
Polpa di pomodoro	30	35	40	45	Pomodoro	10	12	14	16	Carote	2	2	4	6	Olio EVO	3	4	5	7	Legumi secchi	15	25	40	40
Ricotta	5	10	15	15	Carote	8	10	11	12	Cipolla	2	2	2,5	3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Carote	5	5	6	7
Latte	3	4	5	6	Cipolla	5	6	7	8	<b>Sedano</b>	1	1	1,5	2					Salvia	3	4	5	5	
Carote	5	6	7	8	<b>Sedano</b>	3	4	4	5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					Rosmarino	3	4	5	5	
Cipolla	1,5	2	2	2,5	Olio EVO	1	1	2	3	Zafferano	QB	QB	QB	QB					Cipolla	2	3	4	5	
<b>Sedano</b>	1	2	2	2,5	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	<b>Brodo vegetale</b>	QB	QB	QB	QB					<b>Sedano</b>	2	3	3	4	
Olio EVO	4	5	6	7	<b>Parmig./ Grana</b>	5	5	5	10	<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10					Olio EVO	2	2	3	3	
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2															Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	
<b>Parmig./ Grana</b>	5	5	5	10															<b>Parmig. / Grana</b>	5	5	5	10	
§§ PASTA DI SEMOLA RICOTTA E RADICCHIO																				§§PASTA E FAGIOLI (P.S.)				
<b>UOVO SODO CON SALSA VERDE</b>					<b>ARISTA DI MAIALE AL LATTE</b>					<b>BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO</b>					<b>STRIGOLI AL RAGÙ DI CARNI BIANCHE</b>					<b>CROCCHETTE DI VERDURA</b>				
<i>Uovo intero</i>	50	50	60	60	Lombo di suino	40	50	80	100	<i>Pesce misto*</i>	35-50	70	90	150	<i>Strigoli surgelati</i>	35-50	70	90	100	Verdura cotta	40	45	50	55
<i>Tonno (no nido)</i>	/	8	9	10	Sale profumato	0,2	0,3	0,3	0,3	<i>Pangrattato</i>	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	<i>Ricotta vaccina</i>	20	30	40	50
Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3	SALSA	6	8	10	12	Olio EVO	2	2,5	3	4	Pollo/tacchino/coniglio	18	25	38	50	Patate	5	6	8	10
Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5	<b>Latte</b>	2	3	4	5	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Carote	3	4	5	6	<i>Uovo pastorizz.</i>	5	6	7	8
Olio EVO	5	6	7	8	<b>Farina di grano</b>	1	1	1	3	Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Cipolla	2	2	2,5	3	<b>Parm. / Grana</b>	8	10	12	14
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Cipolla	1	1	1	3	Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	<b>Sedano</b>	1	1	1,5	2	Olio EVO	2	2	2,5	3,8
					Carota	1,3	1,4	1,6	2						Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3
					<b>Sedano</b>	0,2	0,4	0,5	0,6						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3					
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.						<b>Parm. / Grana</b>	5	6	7	9					
					§§COTOLETTA DI MAIALE																			
<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>PURE' DI PATATE E ZUCCA</b>					<b>VERDURA CRUDA</b>					<b>VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO</b>					<b>INSALATA MISTA</b>				
Verdura fresca di stagioni	20/80	40/120	50/150	80/200	Patate	40	80	100	110	Verdura fresca di stagioni	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdure/Verdure*	80	100	150	200	Verdura fresca di stagioni	20/80	40/120	50/150	80/200
Olio EVO	4	4	5	7	Zucca/Carote	20	30	40	50	Olio EVO	4	4	5	7	<b>Pangrattato</b>	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<b>Latte</b>	7	10	11	12	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<b>Parmigiano</b>	8	10	12	15	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
					<b>Parmigiano</b>	4	6	7	9						<b>Frutta a guscio</b>	5	10	15	20					
					Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3						Olio EVO	2	3	4	5					
					§§PURE' PATATE										Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2					
<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50	<b>PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)</b>	20	40	50	50
<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150	<b>FRUTTA FRESCA</b>	100	100	150	150

§Menù alternativi (N)=Nido (N.I.)=Nido Infanzia (P.S.)=Primarie Secondarie (I.P.S.)=Infanzia Primarie Secondarie