

## elenco allergeni



Nome piatto

### Primi

Gnocchi* al pomodoro	P						T	T	P					
Parmigiano Reggiano grattugiato							P							
Passato di verdura* con farro/Farroto al pomodoro	P					T				T	T	T		
Passato di verdura* con orzo/Orzotto alle verdure	P					T				T		T		
Pasta agli aromi	P					T				T				
Pasta al pomodoro	P					T			P	T				
Pasta all'olio	P					T				T				
Pasta all'olio e Grana Padano	P		P			T	P			T				
Pasta alle zucchine	P					T			P	T				
Pasta integrale al pesto	P					T	P	P		T				
Pasta integrale al pomodoro	P					T			P	T				
Ravioli di ricotta e spinaci* all'olio e salvia	P		P			T	P			T	T			
Risotto al pomodoro							P			P				
Risotto alla parmigiana							P			P				
Risotto alle verdure							P			P				
Risotto allo zafferano							P			P				

### Secondi

Cotoletta di maiale impanata <b>M</b>	P		P			T		T		T	T			
Fettina di tacchino al latte	P					T	P			T	T			
Fettina di tacchino alla pizzaiola									P					
Filetto di platessa* al forno	P	T		P		T		T		T	T		T	
Filetto di platessa* impanato	P	T	P	P		T		T		T	T		T	
Frittata al forno			P				P							
Frittata al prosciutto <b>M</b>			P				P							
Lenticchie in umido	T					T			P		T			
Mozzarella							P							
Piselli* in umido									P					
Pollo al forno														
Primo sale							P							
Prosciutto cotto <b>M</b>														

### Piatto unico

Crema di legumi con crostini	P					T	T	T	P	T	T			
------------------------------	---	--	--	--	--	---	---	---	---	---	---	--	--	--

## elenco allergeni



Nome piatto

### Piatto unico

Crema di lenticchie con pasta	<b>P</b>					<b>T</b>			<b>P</b>	<b>T</b>	<b>T</b>			
Lasagne* al ragù di bovino adulto	<b>P</b>		<b>P</b>			<b>T</b>	<b>P</b>		<b>P</b>	<b>T</b>	<b>T</b>			
Pizza margherita	<b>P</b>				<b>T</b>	<b>T</b>	<b>P</b>			<b>T</b>	<b>T</b>			

### Contorni

Patate al forno/Verdura* cotta Estiva														
Patate e carote al vapore														
Verdura cruda Estiva														<b>P</b>
Verdura* cotta Estiva														

### Frutta

Frutta fresca di stagione Estiva														
----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### Dessert

Mousse di frutta														
------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### Toast, panini e tramezzini

Pane comune a ridotto contenuto di sale	<b>P</b>					<b>T</b>	<b>T</b>				<b>T</b>	<b>T</b>		
---	----------	--	--	--	--	----------	----------	--	--	--	----------	----------	--	--

Nome piatto

Ingredienti

**Primi**

Gnocchi* al pomodoro	Gnocchi di patate surgelati biologici ( <b>grano</b> , può contenere: cereali contenenti glutine) : 75 g <b>BIO</b> , Gnocchi di patate freschi biologici ( <b>grano</b> , può contenere: latte, frutta a guscio) : 75 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 60 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Parmigiano Reggiano grattugiato	Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b> 
Passato di verdura* con farro/Farroto al pomodoro	Misto di verdure e legumi per minestrone biologico surgelato : 100 g <b>BIO</b> , <b>Farro</b> perlato/decorticato biologico ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape,sesamo,lupini) : 30 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Passato di verdura* con orzo/Orzotto alle verdure	Misto di verdure e legumi per minestrone biologico surgelato : 100 g <b>BIO</b> , <b>Orzo</b> perlato/decorticato biologico ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape,lupini) : 30 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Pasta agli aromi	Pasta di semola di <b>grano</b> duro biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Rosmarino fresco : 0.1 g , Salvia fresca : 0.1 g , Salvia secca : 0.1 g , Rosmarino secco : 0.1 g , Basilico fresco biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Basilico surgelato biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Pasta al pomodoro	Pasta di semola di <b>grano</b> duro biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 60 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Pasta all'olio	Pasta di semola di <b>grano</b> duro biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Pasta all'olio e Grana Padano	Pasta di semola di <b>grano</b> duro biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Grana Padano DOP - GRANA PADANO ( <b>uova, latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b> , Sale : 0.1 g
Pasta alle zucchine	Pasta di semola di <b>grano</b> duro biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Zucchina fresca biologica : 40 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Patata fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g , Patata IV gamma biologica : 0.1 g <b>BIO</b> 
Pasta integrale al pesto	Pasta di semola integrale di <b>grano</b> duro biologico ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Pesto biologico ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>BIO</b> , Pesto biologico ( <b>anacardi</b> ) : 5 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Pasta integrale al pomodoro	Pasta di semola integrale di <b>grano</b> duro biologico ( può contenere: cereali contenenti glutine,soia,senape) : 60 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 60 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Ravioli di ricotta e spinaci* all'olio e salvia	Pasta all' <b>uovo</b> ripiena alla ricotta e spinaci surgelata ( <b>grano, latte</b> , può contenere: soia,sedano,senape) : 100 g , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Salvia fresca : 0.1 g , Salvia secca : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Risotto al pomodoro	Riso Ribe parboiled biologico : 60 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 60 g <b>BIO</b> , Burro biologico ( <b>latte</b> ) : 6 g <b>BIO</b> , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Carota fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , <b>Sedano</b> fresco biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Cipolla fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Risotto alla parmigiana	Riso Ribe parboiled biologico : 60 g <b>BIO</b> , Burro biologico ( <b>latte</b> ) : 6 g <b>BIO</b> , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Carota fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , <b>Sedano</b> fresco biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Cipolla fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Risotto alle verdure	Riso Ribe parboiled biologico : 60 g <b>BIO</b> , Misto di verdure e legumi per minestrone biologico surgelato : 20 g <b>BIO</b> , Burro biologico ( <b>latte</b> ) : 6 g <b>BIO</b> , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Pomodoro Pelato Biologico : 5 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g , Carota IV gamma biologica : 0.1 g <b>BIO</b>  , Cipolla fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , <b>Sedano</b> fresco biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Carota fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b>
Risotto allo zafferano	Riso Ribe parboiled biologico : 60 g <b>BIO</b> , Burro biologico ( <b>latte</b> ) : 6 g <b>BIO</b> , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Carota fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , Zafferano : 0.1 g , <b>Sedano</b> fresco biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Cipolla fresca biologica : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g

**Secondi**

Cotoletta di maiale impanata 	Maiale Lonza porzionata refrigerata : 45 g , <b>Uova</b> Intere pastorizzate biologiche : 6 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Pane grattugiato biologico ( <b>grano</b> , può contenere: cereali contenenti glutine,soia,frutta a guscio,senape,sesamo) : 6 g <b>BIO</b> , Maiale Lonza porzionata refrigerata biologica : 5 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
--	---

## Nome piatto

## Ingredienti

### Secondi

Fettina di tacchino al latte	Tacchino Fesa intera refrigerata biologica : 25 g <b>BIO</b> , Tacchino Fesa porzionata fresca biologica : 25 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , <b>Grano</b> tenero Biologico Farina Tipo "00" ( può contenere: soia, senape, sesamo) : 0.1 g <b>BIO</b> , <b>Latte</b> UHT Intero biologico : 0.1 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Fettina di tacchino alla pizzaiola	Tacchino Fesa intera refrigerata biologica : 25 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 20 g <b>BIO</b> , Tacchino Fesa porzionata fresca biologica : 15 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Origano secco : 0.1 g , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Filetto di platessa* al forno	Platessa filetto surgelato MSC ( <b>pesce</b> , può contenere: crostacei, molluschi) : 60 g <b>MSC</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Pane grattugiato biologico ( <b>grano</b> , può contenere: cereali contenenti glutine, soia, frutta a guscio, senape, sesamo) : 6 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Filetto di platessa* impanato	Platessa filetto surgelato MSC ( <b>pesce</b> , può contenere: crostacei, molluschi) : 60 g <b>MSC</b> , <b>Uova</b> Intere pastorizzate biologiche : 6 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Pane grattugiato biologico ( <b>grano</b> , può contenere: cereali contenenti glutine, soia, frutta a guscio, senape, sesamo) : 6 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Frittata al forno	<b>Uova</b> Intere pastorizzate biologiche : 75 g <b>BIO</b> , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Sale : 0.1 g
Frittata al prosciutto 	<b>Uova</b> Intere pastorizzate biologiche : 75 g <b>BIO</b> , Prosciutto Cotto ( <b>E250, E251</b> ) : 7 g , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Prosciutto Cotto biologico : 3 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Lenticchie in umido	Lenticchia secca biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine, soia, sesamo) : 40 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 15 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Mozzarella	Mozzarella ( <b>latte</b> ) : 28 g , Mozzarella biologica ( <b>latte</b> ) : 12 g <b>BIO</b> 
Piselli* in umido	Pisello surgelato biologico : 120 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 25 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Pollo al forno	Pollo Fuso refrigerato biologico : 50 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Primo sale	Formaggio Primo Sale ( <b>latte</b> ) : 40 g 
Prosciutto cotto 	Prosciutto Cotto ( <b>E250, E251</b> ) : 28 g , Prosciutto Cotto biologico : 12 g <b>BIO</b>

### Piatto unico

Crema di legumi con crostini	Crostini ( <b>grano</b> , può contenere: soia, latte, senape, sesamo) : 30 g <b>FL</b> , Patata fresca biologica : 20 g <b>BIO</b> , Patata IV gamma biologica : 20 g <b>BIO</b>  , Ceci secchi biologici ( può contenere: cereali contenenti glutine, soia, frutta a guscio, senape, sesamo) : 15 g <b>BIO</b> , Fagiolo Cannellini secco biologico ( può contenere: cereali contenenti glutine, soia, sesamo) : 15 g <b>BIO</b> , Lenticchia secca biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine, soia, sesamo) : 10 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Crema di lenticchie con pasta	Lenticchia secca biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine, soia, sesamo) : 40 g <b>BIO</b> , Pasta di semola di <b>grano</b> duro biologica ( può contenere: cereali contenenti glutine, soia, senape) : 30 g <b>BIO</b> , Patata fresca biologica : 20 g <b>BIO</b> , Patata IV gamma biologica : 20 g <b>BIO</b>  , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Lasagne* al ragù di bovino adulto	Pasta all' <b>uovo</b> surgelata biologica- Sfoglia ( <b>grano</b> ) : 100 g <b>BIO</b> , <b>Latte</b> UHT Intero biologico : 30 g <b>BIO</b> , Pomodoro Pelato Biologico : 30 g <b>BIO</b> , Bovino Adulto Reale refrigerato biologico : 15 g <b>BIO</b> , Bovino adulto Reale refrigerato : 10 g , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , <b>Grano</b> tenero Biologico Farina Tipo "00" ( può contenere: soia, senape, sesamo) : 5 g <b>BIO</b> , Parmigiano Reggiano DOP ( <b>latte</b> ) : 5 g <b>DOP</b>  Misto per soffritto surgelato ( <b>sedano</b> ) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
Pizza margherita	Pizza margherita ( <b>grano, latte</b> , può contenere: cereali contenenti glutine, arachidi, soia, senape, sesamo) : 200 g

### Contorni

Patate al forno/Verdura* cotta Estiva	Patata biologica surgelata : 120 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 6 g <b>BIO</b> , Misto aromi per arrostiti (Glutine <20 ppm) : 0.1 g , Sale : 0.1 g
---------------------------------------	--

*Nome piatto*

*Ingredienti*

**Contorni**

Patate e carote al vapore	Patata fresca biologica : 40 g <b>BIO</b> , Patata IV gamma biologica : 40 g <b>BIO</b> <b>IV</b> , Carota fresca biologica : 20 g <b>BIO</b> , Carota IV gamma biologica : 20 g <b>BIO</b> <b>IV</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 10 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g
Verdura cruda Estiva	Carota fresca biologica : 11 g <b>BIO</b> , Carota IV gamma biologica : 11 g <b>BIO</b> <b>IV</b> , Pomodoro fresco Biologico : 11 g <b>BIO</b> , Finocchio fresco biologico : 11 g <b>BIO</b> , Barbabietola/Rapa rossa cotta : 11 g, Zucchina fresca biologica : 10 g <b>BIO</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 10 g <b>BIO</b> , Insalata Cavolo Cappuccio Verde biologico : 10 g <b>BIO</b> , Insalata Lattuga Gentile biologica : 10 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g, Aceto di mele biologico (solfiti) : 0.1 g <b>BIO</b>
Verdura* cotta Estiva	Carota fresca biologica : 20 g <b>BIO</b> , Spinaci biologici surgelati : 20 g <b>BIO</b> , Zucchina fresca biologica : 20 g <b>BIO</b> , Finocchio fresco biologico : 15 g <b>BIO</b> , Fagiolini surgelati biologici : 15 g <b>BIO</b> , Broccolo fresco biologico : 15 g <b>BIO</b> , Carota IV gamma biologica : 15 g <b>BIO</b> <b>IV</b> , Olio extravergine di Oliva biologico : 10 g <b>BIO</b> , Sale : 0.1 g

**Frutta**

Frutta fresca di stagione Estiva	Ananas : 20 g, Albicocca Biologica : 20 g <b>BIO</b> , Mela biologica : 20 g <b>BIO</b> , Anguria biologica : 20 g <b>BIO</b> , Melone biologico : 20 g <b>BIO</b> , Prugna biologica : 20 g <b>BIO</b> , Pesca fresca biologica : 15 g <b>BIO</b> , Banana Biologica - Equo solidale : 15 g <b>BIO</b> <b>S</b>
----------------------------------	--

**Dessert**

Mousse di frutta	Mela Purea biologica : 20 g <b>BIO</b> , Mela/Pesca Purea biologica : 20 g <b>BIO</b> , Pera Purea biologica : 20 g <b>BIO</b> , Mela/Albicocca Purea : 15 g, Mela/Banana Purea : 15 g, Mela/Prugna Purea : 10 g
------------------	--

**Toast, panini e tramezzini**

Pane comune a ridotto contenuto di sale	Pane bianco ( <b>grano</b> , può contenere: soia,latte,senape,sesamo) : 50 g
---	--

## elenco valori nutrizionali

### Nome piatto

### Valori nutrizionali

<b>Primi</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Gnocchi* al pomodoro	1170 kj / 279 kcal	7.33 g	0.87 g	48.16 g	1.8 g	6.99 g	7.91 g	0.11 g
Parmigiano Reggiano grattugiato	81 kj / 19 kcal	1.41 g	0.93 g	0 g	0 g	0 g	1.68 g	0.08 g
Passato di verdura* con farro/Farroto al pomodoro	885 kj / 211 kcal	6.74 g	0.87 g	28.83 g	3.61 g	2.04 g	7.53 g	0.16 g
Passato di verdura* con orzo/Orzotto alle verdure	865 kj / 207 kcal	6.41 g	0.95 g	29.85 g	2.8 g	2.76 g	6.12 g	0.15 g
Pasta agli aromi	1115 kj / 266 kcal	6.85 g	1 g	47.53 g	2.59 g	1.62 g	6.56 g	0.1 g
Pasta al pomodoro	1166 kj / 278 kcal	7.13 g	1 g	49.27 g	4.32 g	2.16 g	7.26 g	0.12 g
Pasta all'olio	1113 kj / 266 kcal	6.83 g	1 g	47.46 g	2.52 g	1.62 g	6.54 g	0.1 g
Pasta all'olio e Grana Padano	1193 kj / 285 kcal	8.23 g	1.88 g	47.46 g	2.52 g	1.62 g	8.19 g	0.19 g
Pasta alle zucchine	1132 kj / 270 kcal	6.88 g	1 g	48.07 g	3.04 g	2.1 g	7.07 g	0.13 g
Pasta integrale al pesto	999 kj / 239 kcal	4.1 g	0.36 g	40.19 g	2.22 g	7.03 g	9.55 g	0.29 g
Pasta integrale al pomodoro	1151 kj / 275 kcal	7.79 g	1.22 g	41.53 g	4.02 g	7.44 g	8.76 g	0.31 g
Ravioli di ricotta e spinaci* all'olio e salvia	809 kj / 193 kcal	10.5 g	2.27 g	20.13 g	4.63 g	0 g	3.41 g	1.2 g
Risotto al pomodoro	1159 kj / 277 kcal	6.95 g	3.91 g	50.13 g	2 g	1.15 g	6.47 g	0.2 g
Risotto alla parmigiana	1106 kj / 264 kcal	6.65 g	3.91 g	48.32 g	0.2 g	0.61 g	5.75 g	0.18 g
Risotto alle verdure	1158 kj / 277 kcal	6.68 g	3.91 g	50.22 g	0.92 g	0.65 g	6.41 g	0.19 g
Risotto allo zafferano	1107 kj / 264 kcal	6.66 g	3.91 g	48.39 g	0.2 g	0.61 g	5.76 g	0.18 g
<b>Secondi</b>	<b>Energia</b>	<b>Grassi</b>	<b>Di cui acidi grassi saturi</b>	<b>Carboidrati</b>	<b>Di cui zuccheri</b>	<b>Fibre</b>	<b>Proteine</b>	<b>Sale</b>
Cotoletta di maiale impanata <b>M</b>	633 kj / 151 kcal	10.05 g	2.17 g	3.81 g	0.12 g	0.23 g	11.58 g	0.25 g
Fettina di tacchino al latte	452 kj / 108 kcal	6.6 g	1.06 g	0.08 g	0.01 g	0 g	12.01 g	0.16 g
Fettina di tacchino alla pizzaiola	424 kj / 101 kcal	6.58 g	1.02 g	0.68 g	0.6 g	0.22 g	9.85 g	0.15 g
Filetto di platessa* al forno	498 kj / 119 kcal	6.8 g	0.98 g	3.87 g	0.18 g	0.23 g	10.87 g	0.32 g
Filetto di platessa* impanato	531 kj / 127 kcal	7.33 g	1.17 g	3.87 g	0.18 g	0.23 g	11.61 g	0.34 g
Frittata al forno	483 kj / 115 kcal	7.93 g	3.3 g	0 g	0 g	0 g	10.98 g	0.43 g
Frittata al prosciutto <b>M</b>	573 kj / 137 kcal	9.4 g	3.81 g	0.09 g	0.09 g	0 g	12.96 g	0.59 g
Lenticchie in umido	727 kj / 174 kcal	6.47 g	0.92 g	20.9 g	1.17 g	5.66 g	9.26 g	0.11 g
Mozzarella	424 kj / 101 kcal	7.8 g	0 g	0.28 g	0.28 g	0 g	7.48 g	0.2 g
Piselli* in umido	610 kj / 146 kcal	6.48 g	0.87 g	16.12 g	0.75 g	0.23 g	6.78 g	0.49 g
Pollo al forno	488 kj / 116 kcal	8.84 g	1.67 g	0 g	0 g	0 g	9.2 g	0.21 g
Primo sale	367 kj / 88 kcal	7.6 g	5.6 g	0.8 g	0.8 g	0 g	5.6 g	0.28 g
Prosciutto cotto <b>M</b>	360 kj / 86 kcal	5.88 g	2.04 g	0.36 g	0.36 g	0 g	7.92 g	0.65 g

## elenco valori nutrizionali

### Nome piatto

### Valori nutrizionali

<b>Piatto unico</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Crema di legumi con crostini	1227 kj / 293 kcal	7.8 g	1 g	46.21 g	1.9 g	7.66 g	12.34 g	0.11 g
Crema di lenticchie con pasta	1299 kj / 310 kcal	7.21 g	0.99 g	51.34 g	2.14 g	6.97 g	13.19 g	0.12 g
Lasagne* al ragù di bovino adulto	1504 kj / 359 kcal	13.21 g	3.83 g	43.19 g	3.2 g	1.78 g	16.6 g	0.71 g
Pizza margherita	2286 kj / 546 kcal	16.6 g	9.8 g	78 g	3.4 g	0 g	26 g	4 g
<b>Contorni</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Patate al forno/Verdura* cotta Estiva	653 kj / 156 kcal	7.2 g	0.87 g	21.48 g	0.48 g	1.92 g	2.52 g	0.12 g
Patate e carote al vapore	720 kj / 172 kcal	10.87 g	1.45 g	17.36 g	3.36 g	2.52 g	2.12 g	0.21 g
Verdura cruda Estiva	453 kj / 108 kcal	10.13 g	1.45 g	3.28 g	3.27 g	1.89 g	1.08 g	0.21 g
Verdura* cotta Estiva	494 kj / 118 kcal	10.16 g	1.45 g	4.8 g	3.75 g	2.78 g	1.75 g	0.26 g
<b>Frutta</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Frutta fresca di stagione Estiva	242 kj / 58 kcal	0.15 g	0 g	13.66 g	12.87 g	2 g	0.87 g	0.01 g
<b>Dessert</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Mousse di frutta	252 kj / 60 kcal	0.25 g	0 g	13.16 g	12.98 g	1.76 g	0.51 g	0.01 g
<b>Toast, panini e tramezzini</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Pane comune a ridotto contenuto di sale	576 kj / 138 kcal	0.25 g	0 g	31.75 g	1 g	1.9 g	4.05 g	0.37 g