

Tabella delle grammature al netto degli scarti a crudo e Elenco degli Allergeni (allegato 2 del Regolamento UE 1169/2011)

RICETTA	Infanzia	Primaria	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/persona	Grammi/persona	
1) Pasta olio e formaggio – Chicche di patate al pesto – pasta al pesto			
Se: Pasta	50/60	70/80	glutine
Se: chicche di patate	120	140	glutine
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Se con : pesto	q.b.	q.b.	Latte, frutta a guscio
Parmigiano Reggiano DOP	6/7		Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
2) Pasta al sugo – Chicche di patate al sugo – Ravioli di ricotta e spinaci al sugo- Pasta al sugo con ragù			
Se: Pasta	50/60	70/80	Glutine
Se: chicche di patate	120	140	Glutine
Se: ravioli di ricotta e spinaci (piatto unico)	140	160	Glutine , latte, uova
Se con ragù: macinato misto di maiale e bovino	25	30	
Pomodori pelati	65/90	80/110	
Carote, sedano, cipolla	10	15	Sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
3) Pasta con ragu' di lenticchie- pasta con crema di ceci e verdure – pasta con crema di legumi			
Pasta	50/60	70/80	Glutine
Lenticchie- ceci - fagioli	20/25	25/30	
Se con verdure di stagione	20/25	25/30	
Cipolla, sedano, carota	q.b.	q.b.	sedano
Aromi : rosmarino, basilico	q.b.	q.b.	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
4) Pasta con verdure di stagione			
Pasta	50/60	70/80	Glutine
Verdure di stagione	30	40	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Cipolla, sedano, carota	q.b.	q.b.	sedano
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
5) Polenta al sugo			
Polenta (farina di mais)	50/60	70/80	
Pomodori pelati	65/90	80/110	
Carote, sedano, cipolla	10	15	Sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
6) Pizza (piatto unico)			
trancio a crudo	70/80	80/100	Glutine
Pomodori pelati	q.b.	q.b.	
Mozzarella	40	50	Latte
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Sale	q.b.	q.b.	
7) Riso olio e formaggio			
Riso	50/60	70/80	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
8) Risotto al sugo			
Riso	50/60	70/80	
Pomodori pelati	65/90	80/110	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Aromi: basilico	q.b.	q.b.	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	

RICETTA	Infanzia	Primaria	ALLERGENI PRESENTI
	Grammi/persona	Grammi/persona	
9) Risotto allo zafferano			
Riso	50/60	70/80	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Se con: Zafferano	q.b.	q.b.	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
10)Risotto alla parmigiana			
Riso	50/60	70/80	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Burro	5	5	latte
Olio extra vergine di oliva	4	5/6	
Cipolla	4/5	5	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
11) Risotto con verdure di stagione (zucca, spinaci, verza, zucchine, carote etc)			
Riso	50/60	70/80	
Verdure di stagione (zucca, zucchine, verza, carote etc)	30	40	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico)	q.b.	q.b.	sedano
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
12) Insalata di riso			
Riso	50/60	70/80	
Verdure : carote, pomodori, piselli, verdure di stagione	30	35	
mozzarella	20	30	latte
Prosciutto cotto senza polifosfati, lattosio e glutine	20	30	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	
13) Minestra in brodo di carne			
Pasta (pastina o fregola)	25/30	35/40	Glutine
Carne di manzo e pollo	60	80	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Brodo vegetale (cipolla, sedano, carota, pomodoro, prezzemolo, basilico, patate)	30	35	sedano
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
14) Passato o vellutata di verdure con legumi e pastina			
Pastina o crostini	25/30	35/40	glutine
Verdure miste	140	170	sedano
Legumi (fagioli cannellini, ceci)	25/30	30/35	
Patate	10	30	
Cipolla, prezzemolo o basilico	4/5	5/6	
Aromi : basilico, prezzemolo	q.b.	q.b.	
Olio extra vergine di oliva	3	4	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	
15) Lasagne con prosciutto cotto			
Pasta all'uovo	50/60	70/80	Glutine, uova
Pomodori pelati	30	40	
Formaggio fresco	10	20	Latte
Prosciutto cotto senza polifosfati, lattosio e glutine	20	30	
Farina per besciamella	q.b.	q.b.	Glutine
Latte per besciamella	q.b.	q.b.	Latte
Burro per besciamella	q.b.	q.b.	Latte
Aromi (cipolla, basilico, carota, sedano)	q.b.	q.b.	Sedano
Olio extra vergine di oliva	5	5	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
RICETTA	Infanzia	Primaria	ALLERGENI PRESENTI



	Grammi/persona	Grammi/persona	
16) Carne arrosto, in umido o alla pizzaiola			
Carne di pollo/arista/manzo/vitello	50/60	60/70	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Se con pomodoro: pomodori pelati	20	25	
Aromi (rosmarino, salvia, prezzemolo, cipolla, aglio, timo, limone)	q.b.	q.b.	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
17) Polpette al sugo o al forno – hamburger			
Carne macinata di vitello	50/60	60/70	
Uova cat. A	¼ di 1	½ di 1	Uova
se al sugo Pomodori pelati	20	25	
Pane grattugiato	q.b.	q.b.	glutine
Olio extra vergine di oliva	q.b.	q.b.	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato/aromi (prezzemolo, cipolla etc)	q.b.	q.b.	
18) Carne lessa			
Carne di manzo o pollo	50/60	60/70	
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato e aromi (prezzemolo, cipolla, carota, sedano, pomodoro)	q.b.	q.b.	sedano
19) Cotoletta impanata al forno			
Carne di pollo	50/60	60/70	
Uova	q.b.	q.b.	uova
Pane grattugiato	30	30	glutine
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato e aromi	q.b.	q.b.	
20) Prosciutto cotto			
Prosciutto cotto di coscia suina senza polifosfati o conservanti, senza glutine e lattosio	25/30	30/35	
21) Formaggio (tipici, locali o a filiera corta)			
Formaggio dolce sardo- casizolu	50/60	60/70	latte
Mozzarella – ricotta - stracchino	40/50	70/80	latte
22) Uovo sodo o strapazzato o all'occhio di bue			
Uovo	n.1	n.1	Uova
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
23) Frittata al forno – frittata con formaggio – frittata con verdure			
Uova	40	60	uova
Latte	q.b.	q.b.	Latte
farina	q.b.	q.b.	glutine
Se con verdure	30	40	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
24) Sformatino di verdure di stagione e legumi			
Legumi (ceci o fagioli cannellini)	50/60	70/80	
Verdure di stagione (zucchine, carote, bietole)	25	30	
Patate	20	30	
Uova	q.b.	q.b.	
Parmigiano Reggiano DOP	6/7	7/8	Latte
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
25) Filetti di pesce impanato al forno			
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	Pesce
Pane grattugiato	25.	30	glutine
uovo	q.b.	q.b.	uova
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
26) Pesce in umido o al forno			
Merluzzo, Platessa, nasello	60/70	80/100	Pesce
Olio extra vergine di oliva	4/5	5/6	
Se con pomodoro: pomodori pelati	30	40	
Aromi (rosmarino, salvia, prezzemolo, cipolla, aglio, timo, limone)	q.b.	q.b.	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
RICETTA	Infanzia	Primaria	ALLERGENI PRESENTI

	Grammi/persona	Grammi/persona	
Verdure da fare cotte			
Bietole, spinaci, fagiolini, carote, zucchine, zucca, broccoli, cavolfiore, carciofo. Di stagione o surgelate	100	150/200	
patate	100	120	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
Verdure crude			
Insalata verde, coppettone, lattuga	40	50	
pomodori, carote, finocchi, mais, cetrioli	100	150/200	
Olio extra vergine d'oliva	4/5	5/6	
Sale marino iodato	q.b.	q.b.	
Pane			
Pane	40	50	glutine
Frutta			
Mele, Arance, Pere, Banane, Mandaranci, Mandarini, Melone, Anguria	150	150/200	

