

**ASP CITTA' DI PIACENZA -AUSL DI PIACENZA
COMUNE DI PIACENZA**

ALLEGATO D

***SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE ALLE
GRAMMATURE E AGLI INGREDIENTI***

**Specifiche tecniche relative alle
grammature e agli ingredienti
COMUNE DI PIACENZA**

	Gr. Bambini Nido da 1 a 3 anni		Gr. Alunni Infanzia	Gr. Alunni Primaria	Gr. Alunni Secondaria e Adulti
PASTA ASCIUTTA					
PASTA/RISO AL POMODORO					
Pasta	50		60	70	90
Pomodoro (pelati)	30		35	45	55
Cipolle	1		2	3	4
Carote	1		2	3	4
Sedano	1		1	2	3
Olio extra vergine di oliva	5		5	7	8
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Parmigiano Reggiano	5				
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
Basilico	0.1		0.1	0.2	0.3
PASTA CON RICOTTA E SPINACI					
Pasta	50		60	70	90
Ricotta	10		15	20	25
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Spinaci	4		5	10	15
Parmigiano Reggiano	5				
Latte	10		10	10	10
Latte per Centro Pasti				20	
Sale	0.5		0.7	0.8	1
PASTA BIANCA O RISO BIANCO					
Pasta/Riso	50		60	70	90
Grana Padano			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti				9	
Parmigiano Reggiano	5				
Latte (no per piccole strutture)	10		10	10	10
Latte per Centro Pasti			15	20	25
Burro			5	5	5
Sale	0.5		0.7	0.8	1
PASTA CON ZUCCA					
Riso	50		60	70	90
Zucca	20		25	30	35
Grana Padano			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Sale marino			0.7	0.8	1
Parmigiano reggiano	5				
Latte	10		10	10	10
Latte per Centro Pasti			15	20	25
Burro crudo	6		6	6	6

PASTA CON RICOTTA E ZUCCA					
Riso	50		60	70	90
Ricotta	14		14	14	14
Zucca	12		12	12	12
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
Parmigiano reggiano	5				
Burro crudo	3		4	5	6
PASTA CON CREMA DI CAVOLFIORE/BROCCOLETTI					
Pasta	50		60	70	90
Cavolfiore/Broccoletti	20		20	25	30
Burro	4		5	5	5
Grana padano in media			6	6	6
Parmigiano reggiano	5				
Olio extra vergine	1		5	7	8
Aglio	0.1		0.1	0.3	0.5
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
PASTA AGLIO, OLIO E PREZZEMOLO					
Pasta di semola di grano duro	50		60	70	90
Olio extra vergine di oliva	4		7	9	15
Grana Padano			6	6	6
Parmigiano reggiano	5				
Aglio	0.1		0.1	0.2	0.3
Prezzemolo	0.1		0.1	0.2	0.3
Sale marino	0.5		0.5	0,7	1
PASTA AL RAGÙ DI CARNE					
Pasta	50		60	70	90
Carne trita di manzo	25		30	40	50
Olio extra vergine d'oliva	1		1	2	3
Grana Padano			6	6	6
Pomodori pelati	30		35	45	55
Parmigiano reggiano	5				
Sedano	0.5		0.5	1	2
Cipolle	1		2	3	4
Carote	1		2	3	4
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
PASTA CON SALSA DI CARCIOFI (1° RICETTA)					
Pasta	50		60	70	90
Carciofi	9		10	10	10
Cipolle/aglio	2		3	4	5
Prezzemolo	0.5		0.5	0.7	1
Grana Padano			6	6	6
Parmigiano reggiano	5				
Sale marino	0.5		0.5	1	1
Olio extra vergine	2		2	3	4
Vellutata					
Brodo vegetale	650		650	650	650
Farina	25		25	25	25
Burro	2		2	2	2

PASTA CON CARCIOFI (2° RICETTA)					
Pasta	50		60	70	90
Carciofi	9		10	10	10
Cipolle/aglio	2		3	4	5
Prezzemolo	0.5		0.5	0.7	1
Grana padano			6	6	6
Parmigiano reggiano	5				
Sale marino	0.5		0.5	1	1
Burro per condire la pasta	3		4	5	6
Latte per condire la pasta	0.5		0.5	1	1
Olio extra vergine x carciofi	2		2	3	4
PASTA ALLA MEDITERRANEA					
Pasta	50		60	70	90
olive	2		3	5	8
Parmigiano reggiano	5				
Grana padano			6	6	6
Pomodoro	30		35	45	55
Cipolla	1		2	3	4
Olio extra vergine	1		3	4	5
Sale marino	0,5		0,7	0,8	1
PASTA ALLA CREMA DI RICOTTA					
Pasta	50		60	70	90
Ricotta	20		20	20	20
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano			6	6	6
Latte	10		10	10	10
Sale marino	0,5		0,7	0,8	1

PASTA CON PISELLI					
Pasta	50		60	70	90
Piselli	10		10	10	10
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Parmigiano reggiano	5				
Cipolla, Carote	Qb		qb	qb	qb
Olio extra vergine di oliva	7		8	10	13
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
Prezzemolo	0.5		0.5	1	1
PASTA CON ZUCCHINE					
Pasta	50		60	70	90
Zucchine	20		20	30	40
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Parmigiano reggiano	5				
Cipolla	1		2	3	4
Olio extra vergine di oliva	7		8	10	13
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
Prezzemolo	1		1	1	1
Aglio	0.1		0.1	0.3	0.5
PASTA AL PESTO					
Pasta	50		60	70	90
Basilico fresco netto	8		8	10	12
Aglio (1 spicchio/15 bambini)	0.1		0.1	0.3	0.5
Olio extra vergine di oliva	2		3	5	8
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Sale marino (PESTO OTTENUTO)	0.5 (10)		0.7 (10)	0.8 (15)	1 (20)
PASTA CON MELANZANE/alla contadina					
Pasta	50		60	70	90
Melanzane	4		5	10	15
Pomodori pelati	30		35	45	55
Cipolla	2		3	4	5
Olio extra vergine di oliva	2		3	4	5
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Sedano	1		1	2	3
Carota	2		3	4	5
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
PASTA CON OLIVE					

Pasta	50		60	70	90
Olive	2		3	5	8
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Cipolla	1		2	3	4
Olio extra vergine di oliva	1		3	4	5
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
PASTA CON PEPERONI/al profumo d'estate					
Pasta	50		60	70	90
Peperoni	2.5		3	5	7
Pomodori pelati	30		35	45	55
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Cipolla			2	3	4
Olio extra vergine di oliva	3		3	4	5
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
PASTA AL POMODORO E RICOTTA					
Pasta	60		60	70	90
Ricotta	6		7	8	9
Pomodori pelati	30		35	45	55
Cipolla	1		2	3	4
Olio extra vergine di oliva	3		3	4	5
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Basilico	0.1		0.1	0.2	0.3
Sale marino	0.5		0.7	0.8	1
PASTA E CECI/alla toscana					
Pasta	50		60	70	90
Ceci	20		20	30	40
Cipolla	2		3	4	5
Basilico fresco	1		1	2	3
Brodo vegetale per frullare i ceci	100		100	100	120
Olio extravergine	2		3	4	5
Sale marino	0.4		0.4	0.6	0.8
Parmigiano reggiano	5				
Grana Padano			6	6	6
PASTA E FAGIOLI					
Pasta	50		60	70	90
Fagioli borlotti surgelati	10		10	10	10
Alloro	0.4		0.5	1	2
Carote	1		2	3	4
Sedano	1		1	2	3
Cipolle	1		2	3	4
Olio extra vergine di oliva	3		3	4	5
Pomodori pelati	30		35	45	55
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Parmigiano reggiano	5				

Sale marino	0.4		0.4	0.6	0.8
PASTA ALLA PIZZAIOLA					
Pasta	50		60	70	90
Origano	0.1		0.1	0.2	0.3
Cipolle	1		2	3	4
Olio extra vergine di oliva	3		3	4	5
Pomodori pelati	30		35	45	55
Grana Padano in media			6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti			9	9	9
Parmigiano reggiano	5				
Sale marino	0.4		0.4	0.6	0.8
PISAREI E FASO'					
Pasta (pisarei)			110	130	150
Pomodoro (pelati)			35	45	55
Fagioli borlotti surgelati			19	21	23
Alloro			0.5	1	2
Carote			2	3	4
Sedano			1	2	3
Cipolle			2	3	4
Olio extra vergine di oliva			3	4	5
Grana Padano in media					6
Grana Padano per Centro Pasti					9
Sale marino			0.4	0.6	0.8
GNOCCHI ALLA ROMANA					
Semolino	28		28	28	42
Latte	145		145	145	217
Uova	2,5		2,5	2,5	3,8
Grana padano			7	7	11
Parmigiano reggiano	7				
Burro	3		3	3	4,5
Sale	qb		qb	qb	qb
Noce moscata	qb		qb	qb	qb

LASAGNE					
LASAGNE AL RAGU'					
Pasta all'uovo fresca		40	40	55	70
Grana Padano			8	8	8
Latte		100	110	130	130
Parmigiano reggiano		6			
Pomodori Pelati		40	40	45	50
Carne bovina		40	40	50	60
Olio extra vergine di oliva		3	3	4	5
Farina		6	6	8	10
Burro		9	9	9	9
Carote		6	6	8	10
Sedano		2	2	3	4
Sale marino		0.4	0.5	1	1
Cipolle		2	2	3	4
Noce moscata		qb	qb	qb	qb

LASAGNE AL PESTO				
Pasta all'uovo fresca	40	40	55	70
Grana Padano		20	20	20
Parmigiano reggiano	15			
Latte	120	120	135	160
Farina	6	6	8	10
Burro	9	9	9	9
Olio extra vergine di oliva	8	8	12	15
Basilico fresco netto	8	8	10	12
Aglione	0.3	0.3	0.4	0.5
Sale marino	0.1	0.1	0.2	0.3

LASAGNE ALL'ORTOLANA				
Pasta fresca all'uovo	40	40	55	70
Grana Padano		15	20	25
Parmigiano reggiano	12			
Latte	100	100	125	150
Burro	6	6	8	10
Farina	6	6	8	10
Pomodori pelati	70	70	90	110
Sedano	1	1	2	3
Carota	15	15	25	30
Cipolle	6	8	10	15
Zucchine	15	10	15	20
Funghi surgelati		6	10	12
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Noce moscata	qb	qb	qb	qb

RISOTTI				
RISO CON ZUCCA				
Riso	50	60	70	90
Zucca	20	25	30	35
Parmigiano reggiano	5			
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Sale marino	0.5	0.7	0.8	1
Latte	5	6	7	8
Burro crudo	5	5	5	5
RISOTTO CON ZUCCHINE E ZAFFERANO				
Riso	50	60	70	90
Zucchine	15	20	30	40
Parmigiano reggiano	5			
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Burro	5	5	5	5
Cipolla	1	2	3	4
Olio extra vergine	5	7	8	9
Sale marino	0.4	0.5	1	1
(Brodo vegetale)	120	150	180	225
Zafferano (1/3 della dose per risotto allo zafferano)	5 mg	6 mg	7 mg	8 mg

RISOTTO ALLA PARMIGIANA				
Riso	50	60	70	90
Burro	5	5	5	5
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Latte (per Centro: 20)	10	10	10	10
Cipolla	1	1	2	3
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Brodo vegetale	140	150	180	225
RISOTTO PRIMAVERA				
Riso	50	60	70	90
Burro	5	5	5	5
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Latte (per Centro: 20)	10	10	10	10
Carote julienne	7	7	7	7
Zucchine julienne	7	7	7	7
Cipolla	1	1	2	3
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Brodo vegetale	140	150	180	225
RISOTTO CON ZUCCHINE				
Riso	50	60	70	90
Zucchine	15	20	30	40
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Cipolla	1	2	3	4
Burro	6	6	6	6
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Latte	10	10	10	10
Prezzemolo	0.4	0.5	0.7	1
(Brodo vegetale)	140	150	180	225
RISO CON PISELLI				
Riso	50	60	70	90
Piselli	10	15	20	25
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Cipolla	1	2	3	4
Burro	6	7	8	9
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Prezzemolo	0.4	0.5	0.7	1
RISOTTO CON SPINACI				
Riso	50	60	70	90
Spinaci surgelati	12	12	15	20
Grana padano		6	6	6
Sale marino	0.4	0.7	0.8	1
Parmigiano reggiano	5			
Brodo vegetale	140	150	180	225
Latte	6	6	7	8
Burro	5	5	5	5
RISOTTO CON ASPARAGI 1° RICETTA				

Riso	50	60	70	90
Asparagi surgelati	10	12	15	20
Grana padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Sale marino	0.4	0.7	0.8	1
Brodo vegetale	140	150	180	225
Olio extra vergine	4	4	5	6
RISOTTO CON ASPARAGI 2° RICETTA				
Riso	50	60	70	90
Asparagi surgelati	15	17	20	25
Grana Padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Sale marino	0.4	0.7	0.8	1
latte	10	10	10	10
Burro	5	5	5	5
RISOTTO CON CARCIOFI				
Riso	50	60	70	90
Carciofi surgelati	13	15	20	25
Grana padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Prezzemolo	0.4	0.5	0.7	1
Cipolla	1	2	3	4
Brodo vegetale	140	150	180	225
Olio extra vergine	4	4	5	6
RISOTTO AL LIMONE				
Riso	50	60	70	90
Cipolla	1	2	3	4
Brodo vegetale	140	150	180	225
Buccia di limone grattugiata	0.10	0.13	0.15	0.19
Grana Padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Burro	6	6	7	8
Olio extra vergine	1.3	1.3	1.5	1.9
RISOTTO ALLO ZAFFERANO				
Riso	50	60	70	90
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Zafferano	15 mg	18 mg	21 mg	27 mg
Burro	5	5	5	5
Cipolla	2	3	4	5
Verdure per brodo vegetale:	8	8	10	15
Sedano	0.5	0.5	1	1.5
Carota	1.8	1.8	3.6	5.4
Cipolla	0.9	0.9	1.8	2.7
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Zafferano: 1 g / 3300 g di riso				

RISOTTO ALLO ZAFFERANO				
Riso		60	70	90
Brodo vegetale		36	42	54
Latte UHT			10	
Farina 00		3	3	3
Burro		3	3	3
Grana Padano in media				6
Grana Padano per Centro Pasti				9
Zafferano		19 mg	22 mg	28 mg
Sale marino		0.5	1	1

INSALATA DI RISO				
Riso	50	60	70	90
Piselli (lessati)	8	8.5	10	11.5
Fontal a dadini	6	7	8	10
Prosciutto cotto a dadini	8	10	12	15
Frittata a dadini	8	10	12	15
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Olio extra vergine	5	6	7	9
Parmigiano reggiano	1.5			
Grana padano per frittata		1.8	2	2.

MINESTRE E CREME

MINESTRA DI RISO, PATATE E SPINACI O VERZA O PISELLI (Frullare le verdure prima di aggiungere il riso)				
Riso	20	30	50	60
Cipolla	1	2	3	4
Patate	30	40	45	50
Spinaci o Verza o Piselli	3	4	5	7
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Olio extra vergine di oliva	5	6	7	7
Parmigiano reggiano	5			
Grana padano in media		6	6	6
Grana padano per centro pasti		7	7	7

ZUPPA CAMPAGNOLA (CON CROSTINI)				
Crostini	30	40	50	60
Carote	8	8	10	12
Patate	30	30	30	30
Ceci	40	40	50	60
Zucca	8	8	10	12
Sedano	1,5	1,5	2	2,5
Cipolle	8	8	10	12
Olio extra vergine	1	1	1	1
Grana padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			

MINISTRONE/PASSATO DI VERDURA CON PASTA/ORZO				
Pastina (anellini, stelline, semini)	20	25	35	40
Sedano	0.5	1	2	3
Orzo		25	35	40
Patate	20	25	30	35
Zucca/zucchine/coste/verza	15	20	25	30
Fagioli surg.	1	1	2	3
Minestrone surg.	25	30	40	50
Olio extra vergine di oliva	2	2	3	4

Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Pomodori Pelati	3	4	5	6
BRODO VEGETALE CON PASTINA/FARRO				
Pastina	25	30	40	50
Farro		25	35	40
Sedano	3	4	5	7
Carote	10	15	20	25
Patate	10	15	20	25
Cipolle	3	5	10	15
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Parmigiano reggiano	5			
Grana Padano		6	6	6
CREMA DI VERDURE (Con pasta o crostini)				
(Pasta)	(20)	(30)	(40)	(50)
(Crostini)	(20)	(30)	(40)	(50)
Sedano	0.5	1	2	3
Patate	25	35	40	50
Carote	8	10	15	20
Zucca/zucchine/coste/verza	20	25	30	40
Fagioli surg.	1	2	3	4
Minestrone surg.	20	30	40	50
Olio extra vergine di oliva	2	2	3	4
Parmigiano reggiano	5			
Grana padano		6	6	6
Pomodori	3	4	6	
POLENTA				
Farina di mais	20	20	30	50
Sale marino	0.4	0.5	1	1.5
Olio	0.1	0.1	0.2	0.3
PASSATO DI LEGUMI (Con pasta o crostini)				
Pastina	10	10	15	20
Crostini	20	30	40	50
Ceci	10	10	10	10
Grana Padano in media		6	6	6
Grana Padano per Centro Pasti		9	9	9
Parmigiano reggiano	5			
Fagioli cannellini	10	10	10	10
Patata	10	10	10	10
Carota	20	20	20	20
Cipolla	10	10	10	10
Sedano	5	5	5	5
Olio extravergine	4	5	7	8
Sale marino	0.4	0.7	0.8	1
MINISTRA DI PATATE E PORRI				
Pasta	20	30	50	60
Sedano	4	5	5	5
Patate	35	40	40	40
Porri	10	15	15	15
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Olio extra vergine	5	6	7	7
Parmigiano reggiano	5			
Grana Padano		6	6	6

PASTE FRESCHE RIPIENE E NON RIPIENE

TORTELLI		100	130	150
BURRO PER TORTELLI		7		7
GNOCCHI DI PATATE		120	170	200
PISAREI (SOLO MATERNE 120)		110	130	150
CAPPELLETTI IN BRODO		50	70	80

CARNI ROSSE

HAMBURGER DI VITELLONE				
Reale di vitellone	50	70	90	100
Latte	10	15	15	15
Olio extra vergine di oliva	4	5	6	7
Pane grattato	4	5	6	7
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Prezzemolo	1	1	1	1
ARROSTO DI LONZA ALLA MELA				
Lonza di maiale		70	90	110
Olio extra vergine di oliva		4	5	6
Vino bianco secco		4	5	6
Mele		18	25	34
Cipolle		2	5	7
Rosmarino, salvia, aglio, sale		1	1.5	2
ARROSTO DI LONZA				
Lonza di maiale		70	90	110
Olio extra vergine di oliva		4	5	6
Vino bianco secco		5	6	7
Erbe aromatiche(rosmarino, salvia, aglio)		0.5	0.7	1
Sale marino		0.5	1	1
SCALOPPINE DI LONZA (O BOCCONCINI DI LONZA PER MATERNA)				
Lonza di maiale		70	90	110
Farina		5	10	15
Olio extra vergine di oliva		4	5	6
Limone		1	2	3
Rosmarino, salvia, aglio		1	2	3
Sale marino		0.5	0.7	1
COTOLETTA DI LONZA AL FORNO				
Lonza di maiale		80	100	120
Olio extra vergine di oliva		4	5	6
Pane grattato		15	20	25
Uova per impanatura		8	10	12
Sale marino		0.5	1	1
FETTINE ALLA PIZZAIOLA (O SVIZZERE PER MATERNA)				
Fesa di vitellone	50	70	100	120
Pomodori pelati	20	30	40	50
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	6
Origano	0.1	0.1	0.1	0.1
Vino	2	3	4	5
Sale marino	0.4	0.5	1	1
SPEZZATINO DI VITELLONE				
Noce di vitellone	50	70	100	120

Noce di vitellone (con polenta)	70	80	110	130
Sedano	0.5	2	3	4
Carote	4	6	8	10
Cipolla	1	2	3	4
Olio extra vergine di oliva	2	4	5	6
Vino bianco o rosso	1	5	6	7
Pomodori Pelati	25	40	50	60
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
ARROSTO DI VITELLONE				
Fesa di Vitellone	50	70	100	120
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	6
Vino bianco secco	2	5	6	7
Erbe aromatiche (rosmarino, salvia, aglio)	0.1	0.1	0.2	0.3
Sedano	0.5	1	2	3
Carote	1	2	3	4
Cipolla	0.5	1	2	3
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
BRASATO DI VITELLONE				
Reale di vitellone	50	70	100	120
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	6
Vino bianco secco o rosso	2	5	6	7
Pomodori Pelati	15	25	30	35
Erbe aromatiche (rosmarino, salvia, aglio, alloro)	0.3	0.5	0.7	1
Sedano	0.5	1	2	3
Carote	1	3	5	7
Cipolla	1	3	5	7
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
BOLLITO CON SALSA KETCHUP				
Noce di vitellone	50	70	100	120
Sale	0.4	0.5	0.7	1
Cipolle	2	3	5	8
Sedano	1	1	2	3
Carota	1	3	5	8
SALSA KETCHUP				
Olio extra vergine di oliva		3	4	5
Pomodori pelati		40	50	60
Aglio, aceto, sale, zucchero, alloro		0.1	0.1	0.1
SALSA VERDE				
Prezzemolo		8	8	8
Carote		3	3	3
Sedano bianco		2	2	2
Mollica di pane bianco		2	2	2
Olio extra vergine		6	6	6
Aceto di vino		3	3	3
Sale marino		1	1	1
POLPETTONE DI VITELLONE AL LIMONE/POLPETTINE DI VITELLONE				
Si bagna il pane con il latte, si aggiunge subito la carne; poi, uno alla volta, uova, formaggio, sale, prezzemolo.				
Fesa di Vitellone	50	60	80	90
Pane grattugiato	2.5	3.6	4.8	5.4
Latte	6	7	10	12
Olio extra vergine di oliva (solo per la teglia)	4	5	6	7
Sale marino	0.4	0.1	0.2	0.3
Vino bianco	2	5	6	7
Misto uovo	4	4.8	6.4	7.2

Parmigiano reggiano	5			
Grana padano		6	8	9
Sale marino	0.1	0.1	0.2	0.3
Aromi vari (prezzemolo, aglio)	0.1	0.2	0.3	0.4
Limone	1	1	2	3
TRITO DI VITELLONE (CON POLENTA)				
Fesone di spalla di Vitellone	70	80	110	130
Olio extra vergine	4	4	5	6
Vino bianco o rosso	4	5	6	7
Pomodori Pelati	30	40	50	60
Sedano	1	2	3	4
Carote	3	6	8	10
Cipolle	1	2	3	4
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1

CARNI BIANCHE				
BOCCONCINI DI POLLO ALLE ERBE				
Pollo	50	70	100	120
Pane grattugiato	5	7	8	9
Farina	0.3	0.5	1	1.5
Olio extra vergine di oliva	4	5	6	7
Vino bianco secco	1	5	6	7
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Aromi vari (rosmarino-salvia, aglio)	0.3	0.5	0.7	1
COSCETTE DI POLLO AL ROSMARINO (in concia)				
Cosce di pollo con sovracoscia	90	120	200	250
Sale marino	0.4	0.1	0.2	0.3
Vino bianco secco	2	5	6	7
Aromi	0.2	0.2	0.3	0.4
INSALATA DI POLLO AI TRE COLORI				
Pollo	50	60	80	95
Carote	20	30	40	50
Patate	50	60	80	90
Piselli	5	10	15	20
Olio extra vergine di oliva	5	10	15	15
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Cipolla, vino, prezzemolo (1/1/1)	3	3	4	5
BOCCONCINI O STRACCETTI DI TACCHINO				
Bocconcini o straccetti di tacchino	50	70	100	120
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	6
Pane grattugiato	4	7	8	9
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Farina	0.5	1	1	1
Vino bianco	2	5	6	7
Aromi (rosmarino, salvia, aglio)	0.1	0.1	0.2	0.3
Limone	0.1	0.2	0.3	0.4
COTOLETTA DI TACCHINO AL FORNO				
Tacchino	50	80	100	120
Olio extra vergine di oliva	2	4	5	6
Pane grattato	10	15	20	25
Sale marino	0.4	0.5	1	1
FESA DI TACCHINO				
Fesa di tacchino	50	70	90	110
Olio extra vergine di oliva	3	4	5	6
Carote	3	4	5	6
Sedano	3	4	5	6

Cipolla	1	1	2	3
Salvia/Rosmarino	1	1	2	3
Vino bianco secco	2	5	6	7
Brodo vegetale	40 ml	50 ml	80 ml	100 ml
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Limone spremuto	0.3	0.5	0.7	1
POLPETTONE DI TACCHINO E RICOTTA				
Anca di tacchino tritata	45	50	55	75
Ricotta	12	15	28	35
Uova	7	7	7	7
Grana Padano		9.5	13	17
Parmigiano reggiano	8.5			
Olio extra vergine di oliva		4	5	6
Vino bianco secco	3	5	6	7
Pane grattugiato (all'esterno)	Qb	q.b	q.b.	q.b
Carote, prezzemolo, cipolla	1.2	1.7	2.3	3
Sale marino	0.4	0.7	0.8	9
HAMBURGER DI TACCHINO				
Anca di tacchino tritata	50	70	90	110
Pane grattugiato	3.5	4.5	5	5.5
Latte	9	10	10	10
Carota grattugiata	0.5	1	2	3
Cipolla	1	1.7	2	2.2
Prezzemolo	0.2	0.3	0.5	0.7
Aromi misti (rosmarino, salvia)	0.1	0.3	0.4	0.5
Olio extra vergine di oliva (per teglia)	3	3	4	5
Sale marino	0.4	0.7	0.8	1
POLPETTE DI POLLO				
Pollo	50	70	90	100
Pane grattugiato	5	6	7	8
Latte	6	7	10	12
Uova	4	5	6	8
Parmigiano reggiano	6			
Grana padano		7	9	10
Olio extra vergine	4	5	6	7
Sale marino	0,5	0,5	0,5	1

UOVA				
ROTOLO DI FRITTATA CON EMMENTAL				
Uova	53	53	53	53
Grana Padano		6	6	6
Olio extra vergine di oliva	1	1	2	3
Parmigiano reggiano	5			
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Formaggio emmental	10	15	20	25
ROTOLO DI FRITTATA CON EMMENTAL E PROSCIUTTO COTTO				
Uova	53	53	53	53
Grana Padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Olio extra vergine di oliva	1	1	2	3
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Formaggio	10	15	20	25
Prosciutto cotto	5	5	10	15
FRITTATA CON PATATE				
Uova	60	60	60	60

Patate (già affettate da lessare prima)	30	30	30	30
Grana Padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Latte	10	10	10	10
Olio extra vergine	1	2	3	3
Sale marino	0.4	0.5	1	1
FRITTATA CON/SENZA VERDURE				
Uova	60	60	60	60
Zucchine (o carote o spinaci)	10	15	20	25
Grana Padano		6	6	6
Parmigiano reggiano	5			
Olio extra vergine di oliva	1	2	3	3
Latte	10	10	10	10
Sale marino	0.4	0.5	1	1
TORTINO DI RICOTTA CON ZUCCHINE				
Uova	25	25	30	38
Ricotta	20	20	25	30
Zucchine	15	15	20	25
Grana Padano		8.5	10	12.5
Parmigiano reggiano	8			
Olio extravergine	1	2	3	3
Sale marino	0.4	0.5	1	1

PESCE				
MERLUZZO DORATO/ HALIBUT DORATO				
Filetto di merluzzo	60/80	60/90	80/120	100/140
Olio extra vergine di oliva	4	5	6	7
Pane grattato	9	10	12	15
Rosmarino	1	1	1.5	2
Salvia	1	1	1.5	2
Farina	9	10	12	15
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Limone	1	1	2	3
PLATESSA DORATA				
Filetto di platessa	70	80	110	130
Olio extra vergine di oliva	4	5	6	7
Prezzemolo	2.5	3.5	4	4.5
Pane grattato	9	10	12	15
Farina	9	10	12	15
Rosmarino	1	1	1.5	2
Salvia	1	1	1.5	2
Sale marino	0.4	0.5	1	1
INSALATA DI PESCE				
Merluzzo	50	60	80	100
Patate (lesse)	60	80	100	120
Olio extra vergine di oliva	5	5	6	7
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Prezzemolo	0.1	0.1	0.2	0.3
HAMBURGER DI PESCE (FISHBURGER)				
Merluzzo	40	40	50	50
Latte	7	7	7,5	7,5
Patate	40	40	50	50
Olio extra vergine	9	9	9	9
Pane grattugiato	15	15	17	17

Sale marino	0,4	0,4	0,4	0,4
Prezzemolo	1	1	1	1

CROCCHETTE /SFORMATI/POLPETTONI VEGETARIANI

CROCCHETTE PRIMAVERA O TORTINO				
Ricotta	25	35	40	45
Patate	30	35	40	45
Grana Padano		8	10	12
Parmigiano reggiano	7			
Uova	7	7	7	7
Spinaci	2	3	5	7
Carote	2	3	5	7
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Olio extra vergine	2	2	3	4
PATATE DUCHESSA O TORTA DI PATATE				
Patate	80	90	110	130
Uova	10	10	10	10
Grana Padano		8	8	8
Parmigiano reggiano	7			
Olio extra vergine di oliva	3	4	6	8
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Pane grattato	Qb	qb	qb	Qb
SFORMATO AL PROSCIUTTO				
Patate	80	90	110	130
Uova	10	10	10	10
Grana Padano		8	8	8
Pane grattato	Qb	qb	qb	Qb
Parmigiano reggiano	7			
Prosciutto cotto a fette	3	5	10	15
Mozzarella per pizza passata al robot	10	15	20	25
Olio extra vergine di oliva	3	4	6	8
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
CROCCHETTE DI PESCE				
Filetto di merluzzo	40	50	70	90
Pane grattugiato	5	6	8	10
Grana grattugiato		9	9	9
Parmigiano reggiano	6			
Uovo	8	8	8	8
Prezzemolo tritato	1	1	2	3
Latte	10	10	10	10
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Olio extra vergine	4	5	6	8
CROCCHETTE DI LEGUMI				
Patate	20	30	30	30
Ricotta	30	30	30	30
Ceci	30	40	40	40
Grana padano		10	10	10
Parmigiano reggiano	8			
Uova	6	7	7	7
Pane grattato	2	3	4	5
Olio extra vergine	3	4	6	8
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
POLPETTONE RUSTICO				
Misto uovo	20	20	30	40

Grana padano		20	30	40
Parmigiano reggiano	20			
Pane grattugiato (non scottare)	5	5	8	11
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Prezzemolo, aglio	0.1	0.1	0.2	0.3
Brodo di carne	100 ml	100 ml	150 ml	200 ml

POLPETTONE

Frullare le lenticchie, aggiungere il pane ammorbidito nel latte e nella salsa di pomodoro, unire uno alla volta tutti gli altri ingredienti.

Lenticchie in scatola senza liquido di governo		30	35	40
Pane Grattugiato		16	20	24
Grana Padano		13	16	20
Misto uovo		16	20	24
Latte		8	10	12
Passata di pomodoro		1	1,5	2
Cipolla		1	2	2,5
Olio extra vergine		3	5	7
Sale		0,5	0,65	0,7
Aromi misti (rosmarino, salvia)		0,2	0,3	0,4
Brodo vegetale x tenere morbido in cottura il polpettone		50 ml	80 ml	100 ml

HAMBURGER VEGETARIANO

Fagioli cannellini		19.38	19.38	19.38
Piselli		17.23	17.23	17.23
Ceci		17.23	17.23	17.23
Fagioli borlotti		17.23	17.23	17.23
Ricotta		6.46	6.46	6.46
Carote		4.30	4.30	4.30
Preparato per purè di patate		3.79	3.79	3.79
Cipolla		1.87	1.87	1.87
Grana padano		1.87	1.87	1.87
Olio extra vergine		2	2	2
Sale		0.65	0.65	0.65

PIZZA

PIZZA MARGHERITA CON MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURA

Pasta per pizza con pomodoro (Pomodori pelati se la base è bianca)	90	110	140	180
Mozzarella	40	45	60	77
Olio extra vergine di oliva	5	6	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1.5
Origano	0.3	0.5	0.7	1

PIZZA MARGHERITA CON FOCACCIA E MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURA

Pasta per pizza con pomodoro	60	60	90	130
Focaccia	30	50	50	50
Mozzarella	35	40	55	72
Olio extra vergine	5	6	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1.5
Origano	0.3	0.5	0.7	1

PIZZA ALL'ORTOLANA CON MINISTRINA IN PASSATO DI VERDURA

Pasta per pizza con pomodoro	90	110	140	180
------------------------------	----	-----	-----	-----

(Pomodori pelati)	50	60	70	95
Mozzarella	40	40	50	70
Olio extra vergine	5	6	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Origano	0.3	0.5	0.7	1
Melanzane	10	15	20	25
Zucchine	10	15	20	25
Peperone	10	15	20	25
PIZZA MARGHERITA <u>SENZA</u> MINISTRINA E <u>SENZA</u> PASSATO DI VERDURA <u>CON</u> FOCACCIA				
Pasta per pizza con pomodoro		60	110	150
Focaccia		60	60	60
Mozzarella		45	60	75
Olio extravergine		6	7	8
Sale marino		0.5	1	1
Origano		0.5	0.7	1
PIZZA MARGHERITA <u>SENZA</u> MINISTRINA E <u>SENZA</u> PASSATO DI VERDURA				
Pasta per pizza con pomodoro		110	160	200
(Pomodori pelati)		60	95	120
Mozzarella		50	65	80
Olio extravergine		6	7	8
Sale marino		0.5	1	1
Origano		0.5	0.7	1
PIZZA MARGHERITA <u>CON</u> PASSATO DI VERDURA (SENZA MINISTRINA)				
Pasta per pizza con pomodoro		110	160	200
(Pomodori pelati)		60	95	120
Mozzarella		50	65	80
Olio extravergine		6	7	8
Sale marino		0.5	1	1
Origano		0.5	0.7	1

SALUMI				
COPPA PIACENTINA				
Coppa piacentina		25	30	35
COPPA PIACENTINA + PROVOLONE DOP				
Coppa piacentina		25	30	35
Provolone		30	40	50
PROSCIUTTO CRUDO				
Prosciutto crudo		45	55	65
PROSCIUTTO COTTO				
Prosciutto cotto		45	55	65

FORMAGGI				
FORMAGGI MISTI				
Grana padano/Reggiano+ crescita	20/30	20/30	30/50	40/60
Grana Padano/Reggiano+ mozzarella ovolotti o ricotta	20/30	20/30	30/50	40/60
Grana padano/Reggiano + formaggio tavola (emmental o provolone)	20/30	20/30	30/50	40/60
Ricotta + mozzarella ovolotti	20/30	30/30	40/50	50/60
Mozzarella ovolotti	50	60	90	100
Crescenza o Ricotta	50	60	90	100
Crescenza/Ricotta dopo lasagne alla bolognese/pasta al ragù	35	40	60	80

Grana/Reggiano + Provolone dopo pasta al ragù/pisarei e fasò	20/20	20/20	30/30	40/40
Provolone dopo lasagne alla bolognese/pisarei e fasò/pasta al ragù	30	40	60	80
Grana Padano/Reggiano	40	50	80	90
Grana Padano/Reggiano dopo gnocchi alla romana/Lasagne bolog/pasta ragù	30	40	60	80
Grana Padano dopo pisarei		40	60	80
CAPRESE				
Mozzarella	50	60	90	100
Pomodori freschi	70	80	100	150
Origano	0.3	0.5	0.7	1
Basilico	0.3	0.5	0.7	1
Olio extra vergine di oliva	5	6	8	10
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1

CONTORNI COTTI

PATATE AL FORNO				
Patate	70	100	130	150
Olio extra vergine di oliva	4	5	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Aromi vari (Rosmarino, salvia	0.4	0.5	0.7	1
PATATE LESSATE				
Patate	60	80	110	130
Olio extra vergine di oliva	5	5	6	7
Aceto di vino		qb	qb	qb
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
Prezzemolo	0.4	0.5	0.7	1
PUREA				
Patate	60	80	100	120
Latte intero UHT	30	40	40	40
Burro	7	8	8	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
PATATE E CAROTE LESSATE				
Patate	50	60	60	80
Carote	30	40	40	50
Olio extra vergine d'oliva	5	5	6	7
Sale marino	0.4	0.5	0.7	1
FINOCCHI GRATINATI AL FORNO				
Finocchi	50	50	70	90
Burro	3	3	3	3
Grana Padano		4	4	4
Parmigiano reggiano	4			
Sale marino	0.4	0.5	1	1
SPINACI AL BURRO/GRATINATI				
Spinaci	70	74	74	74
Burro	3	3	3	3
Grana Padano		4	4	4
Parmigiano reggiano	4			
Sale marino	0.4	0.5	1	1
ZUCCHINE TRIFOLATE AL FORNO				
Zucchine	60	60	80	90
Prezzemolo/Aglio	0.3	0.5	1	1
Olio extra vergine	5	5	7	10
Grana Padano		4	4	4

Parmigiano reggiano	3			
Sale	0.4	0.5	1	1
CAROTE TRIFOLATE AL FORNO				
Carote	50	50	70	80
Olio extra vergine di oliva	4	5	7	10
Grana padano		4	4	4
Parmigiano reggiano	3			
Sale marino	0.4	0.5	1	1
FANTASIA DI ORTAGGI AL FORNO				
Patate	20	20	30	40
Cipolla	3	7	10	13
Carote	30	30	30	30
Peperoni	30	30	30	30
Zucchine	30	30	30	30
Melanzane	30	30	30	30
Aromi	0.3	0.5	0.7	1
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	10
Sale marino	0.4	0.5	1	1
PEPERONATA				
Patate			25	
Peperoni			30	
Pomodori pelati			10	
Cipolla			5	
Basilico			0.5	
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	10
Sale marino	0.4	0.5	1	1
CAVOLFIORI				
Cavolfiore	40	40	50	70
Olio extra vergine oliva	5	5	7	8
Aceto di vino		qb	Qb	qb
Sale marino	0.4	0.5	0.5	0.5
FAGIOLINI CON PATATE				
Patate	50	60	80	120
Fagiolini	20	30	30	30
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	8
Aceto di vino		qb	qb	qb
Sale marino	0.4	0.5	1	1
FAGIOLINI				
Fagiolini	60	60	60	100
Olio extra vergine oliva	5	5	7	8
Aceto di vino		qb	qb	Qb
Sale marino	0.4	0.5	1	1
CAVOLFIORI O BROCCOLI GRATINATI				
Cavolfiore o Broccolo	40	40	50	60
Sale	0.4	0.5	0.5	0.5
Grana Padano		4	4	4
Parmigiano reggiano	3			
Burro	2	2	2	2

LEGUMI

LENTICCHIE/FAGIOLI IN INSALATA				
Lenticchie o fagioli	30	30	40	50
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	10
Aceto di vino		qb	qb	Qb
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Prezzemolo	0.4	0.5	0.7	1

LENTICCHIE/FAGIOLI IN UMIDO				
Lenticchie o fagioli	20	20	30	50
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	10
Pomodori pelati	10	10	10	10
Carote	3	3	5	7
Sedano	1	1	2	3
Cipolla	1	3	5	7
Sale marino	0.4	0.5	1	1
CECI IN INSALATA				
Ceci	30	50	50	50
Olio extra vergine	5	5	7	10
Aceto di vino		qb	qb	qb
Sale marino	0.4	0.5	1	1
PISELLI IN UMIDO				
Piselli	40	50	50	50
Pomodori pelati	10	10	10	10
Carote	2	3	5	7
Sedano	1	1	2	3
Cipolla	1	3	5	7
Olio extra vergine	5	5	7	10
Sale	0.4	0.5	1	1
PISELLI AL BURRO				
Piselli	50	50	50	50
Burro	2	2	2	2
Sale marino	0.4	0.5	1	1
PISELLI CON SPEZZATINO				
Piselli	50	55	55	55

CONTORNI CRUDI

INSALATA				
Insalata	20	20	30	60
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Aceto		q.b.	q.b.	q.b.
CAROTE JULIENNE				
Carote	30	30	40	100
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Aceto di vino		q.b.	q.b.	q.b.
CAROTE (con pizza e minestrina in passato di verdura)*	10	10	20	50
FINOCCHI				
Finocchi	30	30	40	100
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Aceto di vino		q.b.	q.b.	q.b.
FINOCCHI (con pizza e minestrina in passato di verdura)	10	10	20	50
POMODORI				
Pomodori	80	85	100	150
Olio extra vergine di oliva	5	5	7	8
Sale marino	0.4	0.5	1	1
Aceto di vino		q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA E CAROTE				
Insalata	15	15	25	50

Carote julienne	5	5	10	50
Olio extra vergine	5	5	7	8
Aceto di vino		qb	qb	Qb
Sale	0.4	0.5	1	1
VERZA A FILINI				
Verza	30	30	40	100
Olio extra vergine	5	5	7	8
Aceto di vino		qb	qb	qb
Sale	0.4	0.5	1	1
INSALATA MISTA				
Pomodori	25	30	35	70
Insalata	10	10	15	40
Carote julienne	3	3	5	10
Olio extra vergine	5	5	7	8
Aceto di vino		qb	qb	Qb
Sale	0.4	0.5	1	1
INSALATA MISTA (con pizza e minestrina in passato di verdura)				
Pomodori	15	15	20	35
Insalata	5	5	10	20
Carote	2	2	2	5

MERENDE				
THE' E BISCOTTI				
Thè	150 ml	200 ml		
Biscotti	30	30		
Zucchero	4	5		
Limone	0.1	0.1		
PANE E OLIO				
Pane	30	50		
Olio extra vergine di oliva	5	10		
FRUTTA O MACEDONIA				
Frutta fresca di stagione al netto	100	100		
YOGURT				
Yogurt	125	125		
PANE E MARMELLATA				
Pane	30	50		
Confettura	15	25		
PANE E CIOCCOLATO				
Pane		50		
Cioccolato		1 barretta		
CIAMBELLA				
Ciambella	40	50		
TORTA ALLO YOGURT				
Torta allo yogurt	40	50		
LATTE E BISCOTTI				
Latte fresco	100	100		
Biscotti	30	30		
Zucchero	5	5		
LATTE E FETTE				
Latte fresco	100	100		
Fette biscottate	20	30		
Zucchero	5	5		
LATTE E PANE				
Latte fresco	100	100		

Pane	30	30		
SUCCO DI FRUTTA				
1 brick		200 ml		
BUDINO				
Budino		100		
FOCACCIA				
Focaccia	50	50		
Olio extra vergine	5	5		
Sale	0.5	1		

FRUTTA	Gr. Bambini Nido da 1 a 3 anni	Gr. Alunni Infanzia	Gr. Alunni Primaria	Gr. Alunni Secondaria e Adulti
Frutta varia	100	100	1 frutto intero o almeno 150g	1 frutto intero o almeno 170 g
DESSERT				
BUDINO AL CACAO				
Latte vaccino		100	100	100
Zucchero		15	15	15
Cacao		4	4	4
Farina		6	6	6
CIAMBELLA				
Farina di grano tenero 00			28.57	
Zucchero			14.29	
Burro			7.14	
Misto uovo			14.29	
Latte			14.29	
<i>Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN 32 pezzi</i>				
Limone			Qb	
TORTA DI RICOTTA E SCAGLIE DI CIOCCOLATO				
farina			15	
Zucchero			15	
Ricotta			15	
Misto uovo			7.5	
Cioccolato fondente			2.5	
Olio extra vergine			6.25	
<i>Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN 32 pezzi</i>				
<i>Limoni: 2 limoni x 1 GN 32 pezzi</i>				
CROSTATATA				
Farina			35	
Burro			17	
Zucchero			13	
Misto uovo			9	
Marmellata			q.b	
TORTA ALLE MELE				
Farina			28.6	
Zucchero			11.4	

Burro			11.4	
Misto uovo			14.3	
Latte			2.6	
Cannella			Qb	
Mele			23	
Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN 32 pezzi				
Limoni: 2 limoni x 1 GN 32 pezzi				
TORTA AL CIOCCOLATO				
Farina			17.2	
Zucchero			14.2	
Misto uovo			11.4	
Cioccolato fondente			8.6	
Burro			14.3	
Latte			8.6	
Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN 32 pezzi				
TORTA PERE E CIOCCOLATO				
Farina			25	
Zucchero			12.5	
Burro			10	
Misto uovo			12.5	
Cioccolato fondente			5	
Pere			25	
latte			10	
Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN 32 pezzi				
Limoni: 2 limoni x 1 GN 32 pezzi				
TORTA AL LIMONE				
Farina			18	
Zucchero			12	
Olio			8	
Misto uovo			12	
latte			8	
<i>Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN, 32 pezzi)</i>				
Limoni: 4 limoni x 1 GN 32 pezzi				
TORTA ALLO YOGURT				
Farina di grano tenero 00			18.75	
Zucchero			9.38	
Yogurt			9.38	
Misto uovo			11.25	
Burro			7.14	
<i>Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN, 32 pezzi)</i>			Qb	
TORTA AL COCCO				
Farina			28.6	
Zucchero			14.3	
Burro			8.6	
Misto uovo			11.4	
Cocco grattugiato			9	
Latte			17	
<i>Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN, 40 pezzi)</i>				
TORTA AMARETTI E CIOCCOLATO				
Farina			17.2	

Zucchero			17.2	
Olio extra vergine			5.7	
Misto uovo			8.5	
Cioccolato fondente			5.7	
Amaretti			5.7	
Latte			5.7	
<i>Lievito per dolci: 3 bustine per 1 GN, 40 p.</i>				

**Specifiche tecniche relative alle
grammature e agli ingredienti
ASP CITTA' DI PIACENZA**

PRIMI PIATTI		Gr. Area Anziani	Gr. Area Disabili
PASTA ASCIUTTA			
PASTA/RISO AL POMODORO			
Pasta		70	90
Pomodoro (pelati)		45	55
Cipolle		3	4
Carote		3	4
Sedano		2	3
Olio extra vergine di oliva		7	8
Grana Padano in media		10	
Sale marino e basilico		0.8	1
Pasta tipo farfalle		70	90
Ricotta		20	25
Grana Padano per		10	
Spinaci		10	15
Latte		20	
Sale		0.8	1
PASTA BIANCA O RISO BIANCO			
Pasta - Riso		70	90
Grana Padano in media		10	
		9	
Latte		20	25
Burro		5	
Sale		0.8	1
PASTA CON ZUCCA			
Riso		70	90
Zucca		30	35
Grana Padano		10	
Sale marino		0.8	1
Latte		20	
Burro crudo		6	
PASTA CON RICOTTA E ZUCCA			
Riso		70	90
Ricotta		14	
Zucca		12	
Sale marino		0.8	1
Burro crudo		5	6
PASTA ALLO ZAFFERANO (vedi anche Risotto allo zafferano)			
Riso		70	90
Grana Padano		10	
Zafferano		21 mg	27 mg
Burro		8	10
Cipolla		4	5
Verdure per brodo vegetale:		10	15
Sedano		1	1.5
Carota		3.6	5.4
Cipolla		1.8	2.7
Sale marino		1	1
Zafferano: 1 g / 3300 g di pasta			

SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PREZZEMOLO			
Pasta di semola di grano duro		70	90
Olio extra vergine di oliva		7	8
Grana Padano in media		10	
Aglione		0.2	0.3
Prezzemolo		0.2	0.3
Sale marino		0,7	1
TAGLIATELLE/PASTA AL RAGÙ DI CARNE			
Pasta		70	90
Carne trita di vitellone (reale)		30	40
Olio extra vergine d'oliva		2	3
Grana Padano in media		10	
Pomodori pelati		45	55
Sedano		1	2
Cipolle		3	4
Carote		3	4
Sale marino		0.8	1
PASTA CON CREMA DI CAVOLFIORRE/BROCCOLETTI			
Pasta		70	90
Cavolfiore/Broccoletti		25	30
Burro		5	
Grana Padano in media		10	
Aglione		0.2	0.3
Olio extra vergine d'oliva		2	3
Sale marino		0.8	1
MACCHERONI CON RAGÙ DI PESCE			
Pasta		70	90
Pelati		45	55
Olio extra vergine di oliva		1	1.5
Grana Padano in media		10	
Cipolle		4	5
Vino		4	5
Prezzemolo		0.2	0.3
Pesce tipo nasello...		30 in grammi in media sul totale	
Burro		0.004+ 10 g latte sul totale per besciamella	0.004 + 10 g latte sul totale per besciamella
Aglione		0.2	0.3
Sale marino		0.8	1
Cuocere il merluzzo in vino aglio e cipolla			

PASTA CON PISELLI (facoltativo: Pomodoro Pelato)			
Pasta		70	90
Piselli		10	
Grana Padano in media		10	
Cipolla, carote, sedano + brodo vegetale per passare i piselli al forno		qb	qb
Olio extra vergine di oliva		10	13
Sale marino		0.8	1
Prezzemolo		1	1
PASTA CON ZUCCHINE (no burro)			
Pasta		70	90
Zucchine		30	40
Grana Padano in media		10	
Cipolla		3	4
Olio extra vergine di oliva		10	13
Sale marino		0.8	1
Prezzemolo		1	1
Aglio		0.3	0.5
LINGUINE/SPAGHETTI AL PESTO			
Pasta		70	90
Basilico fresco netto		10	12
Aglio (1 spicchio/15 bambini)		0.3	0.5
Olio extra vergine di oliva		5	8
Grana Padano in media		10	
Sale marino (PESTO OTTENUTO)		0.8 (15)	1 (20)
PASTA E MELANZANE			
Pasta		70	90
Melanzane		10	15
Pomodori pelati		45	55
Cipolla		4	5
Olio extra vergine di oliva		4	5
Grana Padano in media		10	
Sedano		2	3
Carota		4	5
Sale marino		0.8	1
PASTA (SPAGHETTI) CON OLIVE			
Pasta		70	90
Olive		5	8
Grana Padano in media		10	
Pomodori pelati (FACOLTATIVO)		45	55
Cipolla		3	4
Olio extra vergine di oliva		4	5
Sale marino		0.8	1
PASTA AL SUGO CON PEPERONE			
Pasta		70	90
Peperoni		5	7
Pomodori pelati		45	55
Grana Padano in media		10	
Cipolla		3	4
Olio extra vergine di oliva		4	5
Basilico		0.2	0.3
Sale marino		0.8	1
PASTA ALL'ORTOLANA (cuocere il sugo per circa 30 minuti; le verdure devono essere precedentemente stufate 15')			
Pasta		70	90

Pomodori Pelati		45	55
Carota		5	7
Zucchine		15	20
Sedano		1	2
Cipolla		3	4
Grana Padano in media		10	
Olio extra vergine di oliva		5	6
Sale marino		0.8	1
PASTA E FAGIOLI (O LENTICCHIE)			
Pasta		50	70
Fagioli borlotti surgelati/(lenticchie)		10 (7)	
Alloro		1	2
Carote		3	4
Sedano		2	3
Cipolle		3	4
Olio extra vergine di oliva		4	5
Pomodori pelati		45	55
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.6	0.8
PASTA ALLA PIZZAIOLA			
Pasta (chifferi)		70	90
Origano		0.2	0.3
Cipolle		3	4
Olio extra vergine di oliva		4	5
Pomodori pelati		45	55
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.6	0.8
PASTA CON SALSA AI CARCIOFI			
(Questa ricetta può essere servita preparando come base una vellutata con cui condire il piatto: stemperare la farina con burro (o olio) lasciando cuocere finchè non sia ben giallo; diluire con metà dose abbondante di brodo vegetale ben caldo; lasciare la vellutata ben liquida).			
Pasta		70	90
Carciofi		10	
Cipolle/Aglio		4	5
Prezzemolo		0.7	1
Grana Padano in media		6	
		7	
		9	
Sale marino		1	1
Olio extra vergine		3	4
VELLUTATA			
Brodo vegetale		650	
Farina		25	
Burro/Olio extra vergine di oliva		2	
Tostare farina con il burro, ed aggiungere il brodo caldo.			
PASTA CON SALSA AI CARCIOFI in alternativa			
Pasta		70	90
Carciofi		10	
Cipolle/Aglio		4	5
Prezzemolo		0.7	1
Grana Padano in media		10	
Sale marino		1	1

Olio extra vergine per carciofi		3	4
Burro (per condire la pasta)		5	6
Latte (per condire la pasta)		1	1
PISAREI E FASO'			
Pasta		110	120
Pomodoro (pelati)		45	55
Fagioli borlotti surgelati		21	23
Alloro		1	2
Carote		3	4
Sedano		2	3
Cipolle		3	4
Olio extra vergine di oliva		4	5
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.6	0.8
LASAGNE (pasta fresca)			
LASAGNE AL RAGU'			
Pasta all'uovo fresca		60	70
Lasagne porzione al cotto		230	250
Grana Padano		10	
Latte		120	120
Pelati		45	50
Carne bovina (reale)		50	80
Olio extra vergine di oliva		4	5
Farina		8	10
Burro		9	
Carote		8	10
Sedano		3	4
Sale marino		1	1
Cipolle		3	4
LASAGNE AL PESTO			
Pasta all'uovo fresca		60	70
Grana Padano		20	
Latte		135	160
Farina		8	10
Burro		9	
Olio extra vergine di oliva		12	15
Basilico fresco netto		10	12
Aglione		0.4	0.5
Sale marino		0.2	0.3
LASAGNE ALL'ORTOLANA			
Pasta all'uovo fresca		60	70
Grana Padano		20	25
Latte		125	150
Farina		8	10
Burro		8	10
Pelati		90	110
Sedano		2	3
Carote		25	30
Zucchine		15	20
Cipolle		10	15

Funghi surgelati		10	12
Sale marino		1	1
LASAGNE AL PESCE (LASAGNE DI MARE)			
Pasta all'uovo fresca		60	70
Grana Padano		8	
Latte		120	120
Pelati		70	80
Filetto merluzzo/nasello		40	
Olio extra vergine di oliva		4	5
Farina		8	10
Burro		9	
Sale marino		1	1
Cipolle , sedano carota, alloro		4	5
RISOTTI			
RISOTTO CON ZUCCA			
Riso		70	90
Zucca		30	35
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.8	1
Latte		7	8
Burro crudo		5	
RISOTTO CON SPINACI			
Riso		70	90
Spinaci surgelati		15	20
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.8	1
(Brodo vegetale)		180	225
(Latte)		7	8
Burro crudo		5	
RISOTTO CON ASPARAGI			
Riso		70	90
Asparagi surgelati		15	20
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.8	1
Brodo vegetale		180	225
Olio extra vergine		5	6
RISOTTO CON ASPARAGI in alternativa			
Riso		70	90
Asparagi surgelati		20	25
Grana Padano in media		10	
Sale marino		0.8	1
Latte		10	
Burro		5	
RISOTTO CON ZUCCHINE E ZAFFERANO			

Riso		70	90
Zucchine		30	40
Grana Padano in media		10	
Burro		5	
Cipolla		3	4
Olio extra vergine		8	9
Sale marino		1	1
(Brodo vegetale)		180	225
Zafferano (1/3 della dose per risotto allo zafferano)		7 mg	8 mg
RISOTTO ALL'ORTOLANA			
Riso		70	90
Zucchini		15	20
Carote		10	13
Cipolle		4	5
Prezzemolo		0.7	1
Sedano		2	3
Grana Padano in media		10	
Sale marino		1	1
Latte		7	8
Burro a crudo		8	9
VELLUTATA			
Brodo vegetale		650	
Farina		25	
Burro/Olio extra vergine di oliva		2	

RISO E FUNGHI			
Riso		70	90
Funghi champignon surgelati		20	25
Grana Padano in media		10	
Carote per brodo vegetale		3	4
Sedano per brodo vegetale		2	3
Cipolla per brodo vegetale		3	4
Brodo vegetale		180	225
Olio extra vergine di oliva		10	13
Sale marino		0.8	1
RISOTTO ALLA PARMIGIANA			
Riso		70	90
Burro		5	
Grana Padano in media		10	
Latte		10	
Cipolla		2	3
Sale marino		1	1
Brodo vegetale		180	225
RISOTTO PRIMAVERA			
Riso		70	90
Burro		5	
Grana Padano in media		10	
Latte (per Centro: 20)		10	
Carote julienne		7	
Piselli precotti		4	
Zucchine julienne		7	
Cipolla		2	3
Sale marino		1	1
Brodo vegetale		180	225
RISO BIANCO CON ZUCCHINE			
Riso		70	90
Zucchine		30	40
Grana Padano in media		10	
Cipolla		3	4
Burro		10	
Sale marino		1	1
Latte		20	
Prezzemolo		0.7	1
(Brodo vegetale)		180	225
RISO BIANCO CON PISELLI			
Riso		70	90
Piselli		20	25
Grana Padano in media		10	
		7	
		9	
Cipolla		3	4
Burro		8	9
Sale marino		1	1
Prezzemolo		0.7	1
RISO BIANCO CON SPINACI			
Riso		80	90
Spinaci		15	20
Grana Padano in media		10	
Cipolla		3	4
Burro		8	9
Sale marino		1	1

Latte		15	20
Sale marino		0.7	1
RISOTTO CON CARCIOFI			
Riso		70	90
Carciofi		20	25
Grana Padano in media		10	
Cipolla		3	4
Sale marino		1	1
Prezzemolo		0.7	1
Brodo vegetale		180	225
Olio extra vergine		5	6
RISOTTO ALLO ZAFFERANO			
Riso		70	90
Grana Padano in media		6	
		7	
		9	
Zafferano		21 mg	27 mg
Burro		5	
Cipolla		4	5
Verdure per brodo vegetale:		10	15
Sedano		1	1.5
Carota		3.6	5.4
Cipolla		1.8	2.7
Sale marino		1	1
Zafferano: 1 g / 3300 g di riso			
MINISTRA DI RISO, PATATE E SPINACI			
(Frullare le verdure prima di aggiungere il riso)			
Riso		60	70
Cipolla		3	4
Patate		45	50
Spinaci		5	7
Sale marino		1	1
Olio extra vergine di oliva		7	7
Grana padano in media		10	
		7	
		7	7
Olio extra vergine di oliva		7	7

RISOTTO AL LIMONE			
Riso		70	90
Cipolla		3	4
Brodo vegetale		180	225
Buccia grattugiata del limone		0.15	0.19
Grana Padano in media		10	
Sale marino		1	1
Burro		7.8	10.3
Olio extra vergine		1.5	1.9
INSALATA DI RISO			
Riso		70	90
Piselli (lessati)		10	11.5
Fontal a dadini		10	10
Prosciutto cotto a dadini		30	30
Frittata a dadini		20	20
Sale marino		1	1
Olio extra vergine		7	9
Grana per frittata		2	2.2
PASTE FRESCHE RIPIENE E NON RIPIENE			
TORTELLI		180	200
BURRO PER TORTELLI		10	
GNOCCHI\CHICCHE DEL NONNO		220	250
PISAREI		150	180
CREPES AL PROSCIUTTO		220	250
PANZEROTTI\CANNELLONI		220	250
CAPPELLETTI\anolini in brodo		90	100
MINESTRE E CREME			
MINISTRONE/PASSATO DI VERDURA CON PASTA			
Pastina (anellini, stelline, semini)		40	50
Sedano		2	3
Patate		30	35
Zucca/zucchine/coste/verza		25	30
Fagioli surg.		2	3
Minestrone surg.		40	50
Olio extra vergine di oliva		3	4
Grana Padano in media		10	
Pelati		5	6
BRODO VEGETALE CON PASTINA			
Pastina		40	50
Sedano		5	7
Carote		20	25
Patate		20	25
Cipolle		10	15
Sale marino		0.7	1
Grana Padano in media		10	
CREMA DI VERDURE (Con pasta o crostini)			
(Pasta)		(40)	(50)
(Crostini)		(50)	(60)
Sedano		2	3
Patate		40	50
Carote		15	20
Zucca/zucchine/coste/verza		30	40
Fagioli surg.		3	4
Minestrone surg.		40	50
Olio extra vergine di oliva		3	4

Grana Padano in media		10	
Pelati		5	6
CREMA DI ZUCCA Con crostini			
Crostini		50	60
Carote		10	12
Patate		50	60
Zucca		40	47
Cipolle.		10	12
Sedano		2	2.5
Olio extra vergine di oliva		1	1
Grana Padano in media		10	
POLENTA			
Polenta peso al cotto consistenza cremosa		250	300
Farina di mais		70	90
Sale marino		1	1.5
Olio		0.2	0.3
MINISTRA DI PATATE E PORRI			
Pasta		50	60
Sedano		5	
Patate		40	
Porri		15	
Sale marino		1	1
Olio extra vergine di oliva		7	7
PASSATO DI LEGUMI			
Pastina		15	
Ceci		10	
Grana Padano in media		6	
		7	
		9	
Fagioli cannellini		10	
Patata		10	
Carota		20	
Cipolla		10	
Sedano		5	

CARNI ROSSE

HAMBURGER Scottare il pane con il latte, poi impastare con la carne			
Carne di vitellone reale 50% + lonza di maiale 50%		100	130
Latte		10	
Olio extra vergine di oliva		6	7
Pane grattato		6	7
Sale marino		1	1
Prezzemolo		1	1
LONZA ALLA MELA			
Lonza di maiale		100	130
Olio extra vergine di oliva		5	6
Vino bianco secco		5	6
Mele		25	34
Cipolle		5	7
Rosmarino, salvia, aglio, sale		1.5	2

ARROSTO DI LONZA			
Lonza di maiale		150	170
Olio extra vergine di oliva		5	6
Vino bianco secco		6	7
Erbe aromatiche(rosmarino, salvia, aglio)		0.7	1
Sale marino		1	1
SCALOPPINE DI LONZA (O BOCCONCINI DI LONZA)			
Lonza di maiale		100	130
Farina		10	15
Olio extra vergine di oliva		5	6
Limone		2	3
Rosmarino, salvia, aglio		2	3
Sale marino		0.7	1
FETTINE ALLA PIZZAIOLA o svizzere			
Vitellone reale per fettine oppure per svizzere vitellone reale 50% + lonza maiale 50%		100	130
Pomodori pelati		40	50
Olio extra vergine di oliva		5	6
Origano		0.1	0.1
Vino		4	5
Sale marino		1	1
SPEZZATINO			
Maiale lonza oppure vitellone magro reale oppure vitellone reale oppure tacchino petto		150	160
Sedano		3	4
Carote		8	10
Cipolla		3	4
Olio extra vergine di oliva		5	6
Pelati		50	60
Sale marino		0.7	1
ARROSTO			
Vitellone reale oppure maiale lonza oppure tacchino petto		150	160
Olio extra vergine di oliva		5	6
Vino bianco secco		6	7
Erbe aromatiche (rosmarino, salvia, aglio)		0.2	0.3
Sedano		2	3
Carote		3	4
Cipolla		2	3
Sale marino		0.7	1
BRASATO			
Vitellone reale		150	160
Olio extra vergine di oliva		5	6
Vino bianco secco o rosso		6	7
Pelati		30	35
Erbe aromatiche (rosmarino, salvia, aglio, alloro)		0.7	1
Sedano		2	3
Carote		5	7
Cipolla		5	7
Sale marino		0.7	1
BOLLITO CON SALSIA KETCHUP			

Carne bovina reale		150	160
Sale		0.7	1
Cipolle		5	8
Sedano		2	3
Carota		5	8
Salsa			
Olio extra vergine di oliva		4	5
Pomodori pelati		50	60
Aglio, aceto, sale, zucchero, alloro		0.1	0.1
VITELLONE MACINATO AGLI AROMI			
Reale di vitellone		150	160
carote		5	5
cipolle		5	5
sedano		5	5
pelati		30	30
Olio d'oliva		10	10
Sale iodato		1	1
prezzemolo		q.b.	q.b.
PICCOLA DI CAVALLO			
Noce equino		150	160
carote		5	5
cipolle		5	5
sedano		5	5
peperoni		30	30
pelati		30	30
Olio d'oliva		10	10
Sale iodato		1	1
prezzemolo		q.b.	q.b.
aglio		q.b.	q.b.
INSALATA DI VITELLONE AGLI AROMI			
Reale di vitellone		120	130
pomodori		20	20
cipolle		10	10
Peperoni		10	10
Olive verdi o nere		5	5
sedano		5	5
Fagioli bianchi spagna o cannellini		30	30
Olio d'oliva		10	10
Sale iodato		1	1
Pepe nero		q.b.	q.b.
POLPETTE AL LIMONE			
Vitellone reale oppure petto di tacchino o pollo oppure lonza di maiale		100	130
Pane grattugiato		4.8	5.4
Latte		10	12
Olio extra vergine di oliva (solo per la teglia)		6	7
Sale marino		0.2	0.3
Aromi vari (prezzemolo, aglio)		0.3	0.4
Uovo		6.4	7.2
Grana		8	9
Limone (solo sopra)		2	3
Vino		4	5

CARNI BIANCHE

BOCCONCINI DI POLLO ALLE ERBE			
Pollo petto		100	130
Pane grattugiato		8	9
Farina		1	1.5
Olio extra vergine di oliva		6	7
Sale marino		0.7	1
Aromi vari (rosmarino-salvia, aglio)		0.7	1
COSCETTE DI POLLO AL ROSMARINO (in concia)			
Cosce di pollo con sovracoscia		200	250
Sale marino		0.2	0.3
Aromi, sale per Centro Pasti			
INSALATA DI POLLO AI TRE COLORI (CAROTE JULIENNE, PATATE LESSE E PISELLI AL FORNO)			
Pollo petto		100	130
Carote		40	50
Patate		80	90
Piselli		15	20
Olio extra vergine di oliva		15	15
Sale marino		1	1
Cipolla, vino, prezzemolo (1/1/1)		4	5
BOCCONCINI O STRACCETTI DI TACCHINO			
Bocconcini o straccetti di tacchino petto		100	130
Olio extra vergine di oliva		5	6
Pane grattugiato		8	9
Sale marino		1	1
Farina		1	1
Vino			
Aromi (rosmarino, salvia, aglio)		0.2	0.3
Limone		0.3	0.4
COTOLETTA DI TACCHINO\pollo AL FORNO O SCALOPPINE			
Tacchino o pollo petto		100	130
Olio extra vergine di oliva		5	6
Pane grattato		20	25
Uova per impanatura		10	12
Sale marino		1	1
FESA DI TACCHINO			
Fesa di tacchino		100	130
Fesa di tacchino (Carella)			
Olio extra vergine di oliva *		5	6
Carote		5	6
Sedano		5	6
Cipolla		2	3
Salvia/Rosmarino		2	3
Brodo vegetale		80 ml	100 ml
Sale marino		0.7	1
POLPETTONE DI TACCHINO E RICOTTA			
Anca di tacchino tritata		100	130
Ricotta		28	35
Uova		6	8
Grana Padano		13	17
Olio extra vergine di oliva		5	5
Pane grattugiato (all'esterno)		q.b.	q.b.
Carote, prezzemolo, cipolla		2.3	3
HAMBURGER DI TACCHINO			

Anca di tacchino tritata		100	130
Pane grattugiato		5	5.5
Latte		10	
Carota grattugiata		2	3
Cipolla		2	2.2
Prezzemolo		0.5	0.7
Aromi misti (rosmarino, salvia)		0.4	0.5
Olio extra vergine di oliva (per teglia)		4	5
TRIPPA E FAGIOLI			
Trippla bovina		150	180
Fagioli bianchi spagna		50	50
carote		5	5
cipolle		5	5
sedano		5	5
patate		50	50
Olio d'oliva		10	10
Sale iodato		1	1
prezzemolo		q.b.	q.b.
SALAMELLE IN UMIDO			
Salamelle di suino		150	180
carote		5	5
cipolle		5	5
sedano		5	5
Patate		50	50
Oppure verza		30	30
Olio d'oliva		5	5
Sale iodato		1	1
prezzemolo		q.b.	q.b.

UOVA			
ROTOLO DI FRITTATA CON EMMENTAL			
Uova		120	
Grana Padano		6	
Olio extra vergine di oliva		2	3
Sale marino		1	1
Formaggio		20	25
ROTOLO DI FRITTATA CON FONTAL E PROSCIUTTO COTTO			
Uova		120	
Grana Padano		6	
Olio extra vergine di oliva		2	3
Sale marino		1	1
Formaggio (Fontal)		20	25
Prosciutto cotto		10	15
FRITTATA CON VERDURE			
Uova		120	
Zucchine (o carote o spinaci o patate)		20	25
Grana Padano		6	
Olio extra vergine di oliva		3	3
Latte UHT		10	
Sale marino		1	1
TORTINO DI RICOTTA CON VERDURE			
Uova		60	80

Ricotta		50	70
Zucchine		20	25
Grana Padano		10	12.7
Olio extra vergine di oliva (x teglia)		3	4
Sale marino		0.7	1
Pane grattugiato		q.b.	q.b.
POLPETTONE RUSTICO DI UOVA E FORMAGGIO			
Uova		60	80
Formaggio		50	70
Pane		8	11
Sale marino		0.7	1
Brodo		150 ml	200
Prezzemolo, aglio		0.2	0.3
Pane grattugiato		q.b.	q.b.
Salsa			
Olio extra vergine di oliva		4	5
Pomodori pelati		50	60
Aglio/acetato/sale/fecola/zucchero		q.b.	q.b.

PESCE			
MERLUZZO/NASELLO DORATO/ BASTONCINI DI FILETTO DI MERLUZZO (+ 20% glassatura)			
Filetto di merluzzo		200	270
Olio extra vergine di oliva		6	7
Pane grattato		12	15
Farina		12	15
Sale marino		1	1
Limone		2	3
PLATESSA (+ 20% glassatura)			
Filetto di platessa		150	220
Olio extra vergine di oliva		6	7
Pane carré grattugiato (per platessa gratinata agli aromi)		13	16
Prezzemolo		4	4.5
Rosmarino		1.5	2
Salvia		1.5	2
Sale marino		1	1
INSALATA DI PESCE (NASELLO, PATATE, PREZZEMOLO) (+ 20% glassatura)			
Nasello		200	270
Patate (lesse)		100	120
Olio extra vergine di oliva		6	7
Sale marino		1	1
Prezzemolo		0.2	0.3
MERLUZZO CON OLIVE, POMODORO E PATATE (alla pizzaiola con olive) (+ 20% glassatura)			
Merluzzo		200	270
Pomodoro (pelato)		25	30
Olive		2	2.5
Cipolla		2	

VERDURE VARIE

VERDURE GRATINATE

Finocchi		200	200
Burro		3	
Grana Padano		4	
Sale marino		1	1

ZUCCHINE TRIFOLATE

Zucchine		200	200
Prezzemolo/Aglio		1	1
Olio extra vergine		7	10
Sale		1	1

VERDURE STUFATE

Carote		80	90
Spinaci o erbette		80	90
Burro per verdure al burro		2	
Piselli		50	
Piselli con spezzatino		55	
Cipolla		7	10
Aromi freschi		q.b.	q.b.
Olio extra vergine di oliva		qb	qb
Sale marino		1	1

FANTASIA DI ORTAGGI AL FORNO (almeno 3 tipi di verdura, oltre alla cipolla da aggiungere a discrezione della cucina)

Patate		100	100
Carote/melanzane/finocchi/ zucchine/cavolfiore/broccoli/zucca		90	
Cipolla		10	13
Aromi		q.b.	q.b.
Olio extra vergine di oliva		7	10
Sale marino		1	1

PEPERONATA

Patate		100	
Peperoni		90	
Pomodori pelati		10	
Cipolla		5	
Basilico		q.b.	
Olio extra vergine di oliva		7	10
Sale marino		1	1

FAGIOLINI ALL'OLIO CON PATATE

Patate		100	100
Fagiolini		100	100
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1

FAGIOLINI

Fagiolini		200	
-----------	--	-----	--

MELANZANE AL FUNGHETTO

Melanzane a dadini		200	200
Pomodoro pelato		27	33
Olio extra vergine di oliva		3	4
Aglio (da eliminare)		qb	Qb
Sale		qb	Qb
Prezzemolo		qb	Qb

Pulire, lavare e tagliare a dadini le melanzane; salare e lasciare in scolo per 2 ore. Disporre in teglia con olio, aggiungere i pomodori pelati passati e cuocere in forno. A cottura ultimata aggiungere aglio, prezzemolo tritati.

INSALATA DI CAVOLFIORE E BROCCOLI

Cavolfiore (cottura a vapore)		100	100
Broccolo (cottura a vapore)		100	100
Sale		0.5	0.5
Aceto		2	3
Olio extra vergine		4	5

INSALATA DI CAVOLFIORE E BROCCOLI con salsa besciamella [1 BN/35 pasti, i litro di latte per besciamella); Besciamella:1 litro latte:30 g farina:30 g burro.

Cavolfiore (cottura a vapore)		100	100
Broccolo (cottura a vapore)		100	100
Grana		3	3
Burro		0.8	1
Latte		28	34

SALSA VERDE

Prezzemolo tritato		8	
Carote tritate		3	
Olio extra vergine di oliva		6	
Sedano bianco		2	
Mollica		2	
Uova sode		1.5	
Aceto		3	
Sale marino		1	

CROCCHETTE E SFORMATI

CROCCHETTE PRIMAVERA O TORTINO

Ricotta		70	70
Patate		80	80
Grana Padano		10	20
Pane		5	7
Uova		7	
Spinaci		5	7
Carote		5	7
Olio		3	4

SFORMATO O PATATE DUCHESSA O CROCCHETTE DI PATATE

Patate		110	130
Uova		40	
Grana Padano		8	
Olio extra vergine di oliva		6	8
Pane grattato		qb	Qb

SFORMATO AL PROSCIUTTO

Preparare l'impasto dello sformato di patate; tagliare il prosciutto a fette e tritare la mozzarella. Mettere in teglia una base di impasto di patate, uno strato di prosciutto, uno di mozzarella, infine coprire con uno strato di impasto di patate. Spolverizzare con grana.

Patate		110	130
Uova		10	
Grana Padano		8	
Pane grattato		qb	Qb
Prosciutto cotto a fette		30	50
Mozzarella per pizza passata al robot		20	25
Olio extra vergine di oliva		6	8

CROCCHETTE DI LEGUMI E PATATE

Patate		100	130
Ricotta		40	40
Fag. Cannellini o legumi.misti dec.ti		15	18

Grana Padano		8	10
Uova		6	8
Olio extra vergine di oliva		2	3
Pane grattato		3	4
CROCCHETTE DI PESCE (Crocchelle di pesce) (+ 10% GLASSATURA)			
Filetto di merluzzo o nasello		100	150
Pane grattugiato		q.b.	q.b.
Grana grattugiato		10	
Uovo		8	
Porro tritato		3	4
Prezzemolo tritato		2	3
Succo di limone, ml		6	8

PIZZA

PIZZA MARGHERITA CON MINISTRINA O PASSATO DI VERDURA			
Pasta per pizza		150	200
Pomodori pelati		70	95
Mozzarella		60	77
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1.5
Farina		7	8
Origano		q.b.	q.b.
PIZZA ORTOLANA CON MINISTRINA O PASSATO DI VERDURA			
Pasta per pizza		150	200
Pomodori pelati		70	95
Mozzarella		50	70
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1.5
Farina		7	8
Origano		q.b.	q.b.
Melanzana		20	26
Zucchina		20	26
Peperone		20	26
PIZZA MARGHERITA SENZA PASSATO DI VERDURA O MINISTRINA			
Pasta per pizza		160	200
Pomodori pelati		95	120
Mozzarella		65	80
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1
Farina		7	8
Origano		0.7	1

SALUMI

BRESAOLA per mussulmani in sostituzione dei salumi			
Bresaola		80	
Mortadella		70	80
MISTO DI SALUMI PIACENTINI			
Coppa piacentina		60	70
Salame piacentino		60	70
PROSCIUTTO CRUDO			
Prosciutto crudo		80	80
Prosciutto crudo cena		60	80
PROSCIUTTO COTTO			
Prosciutto cotto		80	80
Prosciutto cotto cena		60	80
SALAME COTTO			

Salame cotto		90	100
PROSCIUTTO COTTO E MOZZARELLA			
Prosciutto cotto		40	50
Mozzarella 30g		40	50

FORMAGGI			
FORMAGGI MISTI privi di crosta non edibile			
Grana padano		80	90
Formaggi stagionati		80	90
Formaggi teneri		100	100
gorgonzola		90	90
Crescenza		100	100
Mozzarella		120	120
Formaggini fusi		90	110
Formaggio quark		100	100
Grana Padano grattugiato razione giornaliera da aggiungere alle pietanze (oltre alla raz. di grana per cucinare)		30	30
CAPRESE			
Mozzarella		100	120
Pomodori freschi		100	150
Origano		0.7	1
Basilico		0.7	1
Olio extra vergine di oliva		8	10
Sale marino		0.7	1
TRANCIO DI RICOTTA CON SALSA DI FRUTTA			
Ricotta		100	100
Frutta fresca		30	35
Zucchero		5	6
Confettura		10	12
Acqua		20	23

CONTORNI COTTI		Area anziani	Area disabili
PATATE			
PATATE AL FORNO			
Patate		200	200
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1
Aromi vari		q.b.	q.b.
PATATE LESSATE			
Patate		200	200
Olio extra vergine di oliva		6	7
Sale marino		0.7	1
PATATE AL PREZZEMOLO			
Patate		200	200
Olio extra vergine di oliva		6	7
Sale marino		1	1
Prezzemolo		0.7	1
PUREA			
Patate		100	120
Oppure polvere di patate		40	
Latte intero UHT		40	

Burro		8	
Sale marino		1	1
LEGUMI			
CECI ALL'OLIO			
Ceci		100	130
Olio extra vergine di oliva		10	10
Sale marino		0.7	1
Prezzemolo		0.2	0.3
LENTICCHIE			
Lenticchie		100	130
Olio extra vergine di oliva		10	10
Sale marino		q.b.	q.b.
Prezzemolo			

CONTORNI CRUDI			
INSALATA			
Insalata tipo soncino, lattuga, milano, radicchio rosso		50	50
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1
Aceto		q.b.	q.b.
CAROTE JULIENNE/CAPPUCCIO			
Carote		150	150
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1
Aceto		q.b.	q.b.
FINOCCHI			
Finocchi		150	150
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1
Aceto		q.b.	q.b.
POMODORI			
Pomodori		150	150
Olio extra vergine di oliva		7	8
Sale marino		1	1
Aceto		q.b.	q.b.
INSALATA E CAROTE			
Insalata		30	30
Carote julienne		100	100
VERZA A FILINI			
Verza		70	70
INSALATA MISTA 1			
Pomodori		130	130
Insalata		20	20
Carote julienne		5	7
INSALATA MISTA 2			
Pomodori		100	100
Carote julienne		50	50
Peperone a filini		5	7

FRUTTA			
Frutta varia		1 frutto intero o almeno 200 g	1 frutto intero o almeno 200 g

DESSERT		G 100	G 100
BUDINO AL CACAO			
Latte vaccino		100	100
Zucchero		15	15
Cacao		4	
Farina		6	
TRANCIO DI RICOTTA CON CREMA AL CIOCCOLATO			
Ricotta		100	100
Latte		25	33
Zucchero		3	4
Cacao		1.25	1.7
Farina		1	1.3
<i>Totale crema/cad</i>		<i>30</i>	<i>40</i>
CIAMBELLA			
Farina di grano tenero 00		40	
Zucchero		14.29	
Burro		7.14	
Misto uovo		14.29	
Latte		14.29	
<i>Lievito per dolci</i>		<i>Qb</i>	
Limone		<i>Qb</i>	
TORTA ALLE PERE			
Farina di grano tenero 00		40	
Zucchero		12,5	
Burro		10	
Misto uovo		12.5	
Cioccolato fondente (passato brevemente al mixer)		5	
Pere pulite		25	
Latte		qb	
Lievito per dolci		Qb	
Limoni: 2 limoni per 1 GN, 40 pezzi			
TORTA DI RICOTTA			
Farina di grano tenero 00		40	
Zucchero		15	
Ricotta		15	
Misto uovo		7.5	
Cioccolato fondente (passato brevemente al mixer)		2.5	
Olio e.vergine		6.25	
Lievito per dolci		Qb	
Limoni		q.b.	
TORTA ALLO YOGURT			
Farina di grano tenero 00		30.75	
Zucchero		9.38	
Yogurt		9.38	
Misto uovo		11.25	
Olio semi o extra v. oliva		9.38	
<i>Lievito per dolci</i>		<i>Qb</i>	
TORTA CIOCCOLATO E AMARETTI			
Farina di grano tenero 00		30.2	
zucchero		17.2	

Olio di semi		5.7	
Misto uovo		8.5	
Cioccolato fondente		5.7	
Latte		5.7	
Amaretti		5.7	
Lievito		q.b.	
Zucchero a velo		q.b.	

**Specifiche tecniche relative alle
grammature e agli ingredienti
AUSL DI PIACENZA**

BRODI

BRODO VEGETALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Acqua	cc 300
Cipolla	gr 10
Carote	gr 20
Sedano	gr 5
Sale	gr 0,1
BRODO DI CARNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Acqua	cc 300
Pollo	gr 25
Reale o punta di bovino senza osso o traversino	gr 20
Carote	gr 10
Sedano	gr 8
Cipolla	gr 10
Sale	gr 0,1
ANOLINI IN BRODO DI CARNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Anolini	gr 70
Brodo di carne	cc 300

SEMOLINO

SEMOLINO IN BRODO VEGETALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Semolino	gr 40
Brodo vegetale	cc 300

PASTA

PASTA/RISO IN BRODO DI CARNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola o riso	gr 40
Brodo di carne	cc 300
PASTA ALL'OLIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Olio di oliva extravergine	gr 10
PASTA CON ASPARAGI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Asparagi surgelati	gr 22
Cipolla dorata	gr 3
Olio extra vergine di oliva	gr 2,50
Farina di frumento tipo '0'	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	qb
PASTA ALLA CONTADINA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Maccheroncini	gr 80
Polpa di pomodoro	gr 20
Macinato di manzo (polpa)	gr 25
Ceci	gr 10
Olio extra vergine di oliva	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Salvia e timo	q.b
PASTA CREMA DI CECI E ROSMARINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Maccheroncini	gr 80
Polpa di pomodoro	gr 50
Ceci lessati	gr 40
Olio extra vergine di oliva	gr 3
Aglio fresco	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,1
Rosmarino	q.b
PASTA E FAGIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 40
Patate a tocchetti	gr 40
Fagioli secchi borlotti	gr 15
Fagioli secchi cannellini	gr 15
Polpa di pomodoro	gr 1

Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Aglione	gr 0,2
Prezzemolo	gr 0,2
PASTA AI FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Funghi surgelati	gr 10
Funghi secchi	gr 2,5
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Cipolla	gr 10
Aglione	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Acqua per ammollo funghi secchi	cc 30
Latte	cc 30
Burro	gr 3
Farina	gr 2
PASTA ALLA GENOVESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Olio extra vergine di oliva	gr 10
Basilico surg	gr 10
Fagiolini fini surg	gr 3
Patate	gr 3
Aglione	gr 0,03
Sale iodurato grosso	gr 0,1
Grana Padano	gr 10
PASTA ALLE MELANZANE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Melanzane a cubetti	gr 25
Polpa di pomodoro	gr 70
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Cipolla	gr 10
Aglione	gr 0,01

Basilico	q.b.
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA AL PESTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Olio extra vergine di oliva	cc 15
Basilico in foglie	gr 10
GRANA PADANO	gr 5
Aglio e pinoli	gr 1-gr 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA POMODORO E RUCOLA (fredda)	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Pomodoro a cubetti crudo	gr 60
Rucola	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Mozzarella macinata a stampo grosso	gr 10
Origano	gr 0,6
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA ALLA PUTTANESCA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Polpa di pomodoro	gr 90
Olive nere denocciolate	gr 10
Acciughe	gr 1
Capperi	gr 1
Cipolla	gr 5
Olio di oliva extravergine	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA AL RAGU' ALLA BOLOGNESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Vitellone punta pancia	gr 30
Polpa di pomodoro	gr 35
Olio extra vergine di oliva	cc 2

Sale iodurato fine	gr 0,1
Sedano	gr 5
Carota	gr 5
Cipolla	gr 5
Vino comune bianco	cc 5
PASTA AL POMODORO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Polpa di pomodoro	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Sedano	gr 5
Carota	gr 5
Cipolla	gr 5
PASTA AL POMODORO E RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Polpa di pomodoro	gr 60
Ricotta vaccina	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Sedano	gr 5
Carota	gr 5
Cipolla	gr 5
PASTA ALL'EMILIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Cipolle	gr 16
Polpa di pomodoro	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,09
Aglio fresco	gr 0,08
PASTA AI BROCCOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Pasta di semola	gr 80
Broccoli surgelati	gr 35
Alici filetto	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Aglio fresco	gr 0,50
Brodo vegetale	gr 300
Farina	gr 10
PASTA ALL'ORTOLANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Polpa di pomodoro	gr 40
Piselli	gr 5
Melanzane	gr 10
Carciofi	gr 10
Sedano	gr 5
Carote	gr 5
Cipolla	gr 8
Prezzemolo	gr 0,1
Olio extra vergine di oliva	cc 2
PASTA AL TONNO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Tonno in olio d'oliva sgocc.	gr 15
Polpa di pomodoro	gr 40
Prezzemolo	gr 0,1
Cipolla	gr 1
Aglio	gr 0,1
Olio extra vergine di oliva	CC 2
PASTA TONNO E PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Pomodori pelati	gr 65
Piselli fini surg	gr 15
Tonno in olio d'oliva sgocc.	gr 10

Cipolla	gr 3
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Vino bianco	gr 2
Aglio fresco	gr 0,05
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA PROSCUTTO E PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Prosciutto cotto	gr 35
Polpa di pomodoro	gr 30
Piselli	gr 15
Cipolla	gr 3,5
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 1
PASTA ALLE ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Zucchine	gr 40
Brodo di verdura	gr 35
Olio extra vergine di oliva	gr 4
Cipolla dorata	gr 3
Farina di frumento tipo '0'	gr 1,60
Sale iodurato fine	gr 0,10
Aglio fresco	gr 0,05
PASTA SPECK E ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Speck a julienne	gr 15
Zucchine fresche a julienne	gr 20
Cipolla dorata	gr 5
Brodo di verdura	gr 40
Latte p.s.	gr 40
Olio extra vergine di oliva	gr 4
Farina di frumento tipo '0'	gr 3
Burro	gr 1,50

Aglio fresco	gr 0,1
PASTA ALLE VERDURE IN BIANCO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 70
Piselli	gr 15
Carote rondelle	gr 15
Patate	gr 10
Latte p.s.	cc 13
Burro	gr 7
Farina di frumento 00	gr 7
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA ALLE CRUDITA'	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Peperoni rossi e gialli	gr 15
Olio di oliva	gr 20
Funghi champignon	gr 15
Parmigiano reggiano grattugiato	gr 10
Capperi al sale medi	gr 2
Alici filetti	gr 1
Basilico mazzi	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA ALLA MARINARA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Vongole polpa	gr 40
Anelli di totano o seppie	gr 50
Polpa di pomodoro	gr 65
Aglio	gr 0,1
Prezzemolo	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 3
POLENTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Farina di mais	gr 60

Acqua	cc 300
Sale iodurato fine	gr 1
RISO/ORZO	
RISO ALLA CAMPAGNOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 70
Carota	gr 15
Vino bianco	cc 21
Zucchine	gr 15
Fagioli borlotti secchi	gr 10
Piselli	gr 10
Cipolla	gr 10
Sedano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo Vegetale	cc 241
Latte	gr 10
Burro	gr 5
Farina	gr 5
INSALATA DI RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr70
Prosciutto cotto	gr 20
Peperoni sott'olio	gr 10
Piselli	gr 10
Cetriolini,cipolline sott'aceto,giardiniera	gr 15
Emmenthal	gr 20
Olive snocciolate nere/verdi	gr 10
Succo di limone	cc 10
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
RISO ALLA MARINARA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 80

Polpa di pomodoro	gr 25
Fettuccine di totano	gr 25
Vongole polpa	gr 20
Olio extra vergine di oliva	gr 3
Prezzemolo	gr 0,10
Sale iodurato fine	gr 0,10
Aglione secco	gr 0,10
Brodo vegetale	gr 30
Aceto bianco	gr 0,10
ORZOTTO CON VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 55
Carote	gr 14
Peperoni a falde	gr 10,50
Piselli fini surg	gr 10,50
Zucchine a rondelle surg	gr 10,50
Farina di frumento tipo '00'	gr 5
Burro	gr 5
Cipolla dorata	gr 0,84
Brodo di verdura	gr 0,11
Sale iodurato fine	gr 0,10
Latte p.s.	gr 10
RISOTTO PRIMAVERA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 75
Zucchine cubettate	gr 10
Carote cubettate	gr 10
Piselli surgelati	gr 5
Vino bianco	cc 20
Olio extra vergine di oliva	gr 5
Cipolla	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
Brodo vegetale	cc 240
Latte	gr 10
Farina	gr 5

Burro	gr 10
RISOTTO AI PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 80
Piselli fini surgelati	gr 40
Cipolla	gr 5
Vino bianco	cc 10
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Latte	cc 10
Farina	gr 10
Brodo vegetale	cc 240
RISOTTO ALLO ZAFFERANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 80
Burro	gr 5
Zafferano	gr 0,03
Cipolla	gr 15
Vino bianco	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Latte	cc 10
Farina	gr 10
Brodo vegetale	cc 240
RISOTTO CON ZUCCA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso parboiled	gr 80
Burro	gr 5
Zucca	gr 30
Cipolla	gr 3
Vino bianco	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Latte	cc 10
Farina di frumento 00	gr 10
Brodo vegetale	cc 240
RISOTTO CON ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Riso parboiled	gr 80
Burro	gr 5
Zucchine	gr 30
Cipolla	gr 3
Vino bianco	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Latte	cc 10
Farina di frumento 00	gr 10
Brodo vegetale	cc 240

PRIMI ELABORATI

GNOCCHI DI PATATE AL PESTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
-----------------------------------	--

Gnocchi di patate	gr 180
Olio extra vergine di oliva	gr 5
Basilico	gr 1,50
Pinoli sgusciati	gr 1
Aglio fresco	gr 0,05
Sale iodurato fine	gr 0,1

GNOCCHI DI PATATE AL RAGÙ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
----------------------------------	--

Gnocchi di patate	gr 180
Vitellone punta pancia	gr 40
Polpa di pomodoro	gr 35
Carote	gr 3
Cipolla dorata	gr 3
Sedano bianco	gr 3
Basilico	gr 1,50
Sale iodurato fine	gr 0,1

GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO E BASILICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
---	--

Gnocchi di patate	gr 150
Pomodori pelati	gr 30
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Carote	gr 1,50

Cipolla dorata	gr 1,50
Sedano bianco	gr 1
Basilico	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
Aglio fresco	gr 0,05
LASAGNE VEGETARIANE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo lasagne gialle fresche	gr 80
Latte p.s.	gr 125
Patate gelo	gr 10
Piselli gelo	gr 10
Carote gelo	gr 10
Farina di frumento "00"	gr 12
Zucchine a rondelle surg	gr 10
Burro	gr 6
Cipolla	gr 2
Sedano	gr 2
Carote	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
LASAGNE AL RAGÙ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo lasagne gialle fresche	gr 80
Latte p.s.	gr 125
Vitellone punta pancia	gr 20
Farina di frumento "00"	gr 9
Burro	gr 9
Carote	gr 5
Zucchine a rondelle surg	gr 10
Burro	gr 6
Cipolla	gr 2
Cipolla	gr 5
Sedano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Grana padano grattugiato	gr 10
Sale iodurato fine	gr 0,1

PASTA GRATINATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 80
Prosciutto cotto	gr 20
Piselli fini surgelati	gr 30
Sedano	gr 5
Carote	gr 5
Cipolla	gr 5
Latte p.s.	cc 40
Burro	gr 4
Farina	gr 3
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTELLONI RICOTTA E SPINACI AL BURRO E SALVIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Tortelloni di magro in atm. Mod.	gr 120
Burro	gr 20
Salvia	gr 0,50
Latte p.s.	gr 10
Burro	gr 5
Farina	gr 5
PISAREI E FASÖ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pisarei	gr 150
Pomodori pelati	gr 55
Fagioli borlotti surg	gr 25
Alloro	gr 2
Carote	gr 4
Sedano	gr 3
Cipolla	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREME/MINESTRE/ZUPPE	

CREMA D'ASPARAGI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Punte d'asparagi surg.	gr 30
Patate	gr 150
Brodo di carne	cc 21
Cipolle bianche	gr 10
Sedano	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI CANNELLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagioli cannellini secchi	gr 45
Brodo di verdura	gr 250
Cipolle	gr 30
Pomodori pelati	gr 24
Olio extra vergine di oliva	gr 2,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
Salvia	gr 0,10
Alloro	gr 0,10
CREMA DI CAROTE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote	gr 100
Brodo vegetale	cc 20
Patate	gr 150
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Piselli surg.	gr 120
Patate	gr 150
Brodo vegetale	cc 20
Cipolle bianche	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1

CREMA DI FAGIOLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagiolini surg.	gr 65
Patate	gr 110
Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Cipolle bianche	gr 5
Prezzemolo	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Acqua	q b
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI POMODORO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori pelati	gr 40
Pomodoro concentrato	gr 5
Patate	gr 150
Brodo vegetale	cc 20
Cipolle bianche	gr 10
Carote	gr 10
Sedano	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI SEDANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Brodo di verdura	gr 300
Patate intere pelate	gr 110
Sedano	gr 65
Cipolle bianche pelate	gr 25
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI ZUCCA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucca	gr 80
Patate	gr 100
Brodo vegetale	cc 20

Sedano	gr 10
Carote	gr 5
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 2
CREMA DI PATATE E PORRI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Porri	gr 35
Patate	gr 120
Brodo vegetale	cc 20
Sedano	gr 10
Carote	gr 5
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 2
CREMA DI SPINACI CON RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 30
Spinaci	gr 80
Patate	gr 150
Brodo vegetale	cc 200
Sedano	gr 10
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI VERDURA CON PASTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 30
Patate	gr 70
Minestrone Gelo	gr 83
Cipolla	gr 7
Acqua	gr 250
Sale iodurato fine	gr 0,10
CREMA DI ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Zucchine	gr 150
Patate	gr 150
Brodo vegetale	cc 200
Sedano	gr 10
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
MINESTRA ESTIVA CON RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 30
Patate	gr 50
Zucchine	gr 40
Fagiolini	gr 20
Cipolla	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglione,Basilico	gr 2
Brodo vegetale	cc 200
Sale iodurato fine	gr 0,1
MINESTRA DI LENTICCHIE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Lenticchie secche	gr 35
Pasta di semola corta	gr 30
Patate	gr 90
Cipolla	gr 16
Rosmarino	gr 0,10
Sale iodurato fine	gr 0,10
MINISTRONE CON RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 30
Minestrone gelo	gr 80
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Polpa di pomodoro	gr 20
Sale iodurato fine	gr 0,1
Patate	gr 70
Brodo vegetale	cc 200

ZUPPA DI VERDURA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 30
Patate	gr 70
Acqua	cc 200
Piselli fini surg	gr 20
Fagioli borlotti surg	gr 20
Carote	gr 20
Pomodori pelati	gr 13
Zucchine	gr 10
Cipolla	gr 7
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
ZUPPA TOSCANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Brodo di verdura	gr 300
Legumi secchi misti	gr 30
Patate	gr 15
Cipolla dorata	gr 10
Carote	gr 7
Sedano	gr 7
Pomodori pelati	gr 5
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASSATO O VELLUTATA DI LEGUMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 50
Fagioli Borlotti al naturale	gr 10
Piselli fini surgelati	gr 10
Lenticchie secche	gr 10
Carote	gr 1
Sedano	gr 1
Cipolla	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,10

SECONDI DI CARNE

BOCCONCINI DI POLLO ALLA PIZZAIOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo disossata frs	gr 150
Pomodori pelati	gr 40
Farina di frumento '00'	gr 4
Aglio fresco	gr 0,1
Prezzemolo	gr 0,50
Origano	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
Brodo di carne	cc 5
Olio extravergine di oliva	cc 5
COTOLETTA DI POLLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 150
Uova misto pastorizzato	gr 8
Pane grattugiato	gr 20
Olio di semi d'arachidi	cc 5
Succo di limone	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
PETTO DI POLLO AGLI AROMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 150
Farina	gr 6
Salvia	gr 1
Rosmarino	gr 1
Alloro	gr 1
Brodo vegetale	qb
Sale iodurato fine	gr 0,10
Olio di oliva extravergine	cc 5
POLLO ARROSTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo frs	gr 290
Salvia	gr 0,5

Rosmarino	gr 0,5
Alloro	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
Vino bianco	cc 5
POLLO LESSO AL VAPORE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo frs	gr 290
POLLO AL LIMONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 5
Farina	gr 6
Succo di limone	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	qb
POLPETTE DI POLLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo disossata frs	gr 90
Patate	gr 35
Uovo misto pastorizzato	gr 15
Latte p.s.	gr 10
Grana Padano	gr 6
Olio extravergine d'oliva	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
SCALOPPINA DI TACCHINO AI CARCIOFI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Carciofi a spicchi	gr 30
Farina	gr 40
Sale iodurato fine	gr 0,10
Aglione	gr 0,5
Olio di oliva extravergine	cc 6
Brodo vegetale	cc 5
Vino bianco	cc 4
SCALOPPINA DI TACCHINO ALLE OLIVE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Farina di frumento tipo '0'	gr 10
Olive nere denocciolate	gr 5
Olive verde denocciolate	gr 5
Olio extravergine di oliva	gr 3
Aglione fresco	gr 0,50
Brodo vegetale	cc 15
Vino bianco	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,10
POLPETTINE DI TACCHINO E RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne avicola - anca di tacchino	gr 80
Ricotta vaccina	gr 35
Grana padano grattugiato	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Uovo pastorizzato	gr 7
Grana padano grattugiato	gr 10
Carote, cipolla	gr 35
Sale iodurato fine	gr 0,3
STRACCETTI DI TACCHINO CON VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Verdure fresche	gr 50
Brodo vegetale	cc 5
Olio extravergine di oliva	gr 8
Sale iodurato fine	gr 0,10
TACCHINO ALLA MEDITERRANEA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Pomodori maturi grappolo	gr 25
Basilico mazzi	gr 3
Aceto bianco	gr 1
Carote pelate	gr 10
Cipolle bianche pelate	gr 10
Sedano verde	gr 10

Olio d'oliva	cc 5
Brodo vegetale	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
COTOLETTA DI TACCHINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Uova misto pastorizzato	gr 8
Pane grattugiato	gr 20
Olio di semi d'arachidi	cc 5
Succo di limone	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ARROSTO DI TACCHINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Carote /sedano/cipolla	gr 30
Aglione	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,1
Salvia	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Vino bianco	cc 5
Brodo vegetale	gr 2
ARROSTO DI SUINO MENTA E LIMONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 130
Cipolla dorata	gr 10
Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Menta mazzi	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
Farina di frumento tipo '0'	gr 0,10
Vino bianco	gr 1
Brodo vegetale	gr 2
ARROSTO DI SUINO AL TIMO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 130

Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Cipolla	gr 10
Aglio	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,1
Timo	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ARROSTO DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Sottofesa frs	gr 150
Carote /sedano/cipolla	gr 30
Aglio	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,1
Salvia	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Vino bianco	cc 5
Olio extravergine di oliva	cc 5
CARNE TRITA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Reale frs	gr 150
Sale	gr 0,1
Olio extravergine di oliva	cc 5
FETTINA DI VITELLONE ALLA PIZZAIOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Scamone frs	gr 150
Olio extravergine di oliva	gr 6
Pomodori pelati	gr 30
Farina di frumento tipo '00'	gr 4
Cipolla dorata	gr 10
Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Origano	gr 2
HAMBURGER DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Reale frs	gr 100

Latte p.s.	gr 20
Pane grattugiato	gr 6
Sale iodurato fine	gr 0,10
POLPETTINE DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Reale frs	gr 80
Pane grattugiato	gr 6
Latte p.s.	cc 12
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Uovo pastorizzato	gr 7
Grana padano grattugiato	gr 10
Sale iodurato fine	gr 0,3
SECONDI DI PESCE	
FILETTI DI PESCE GRATINATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pesce filetti (Platessa, Merluzzo)	gr 160
Pane grattugiato	gr 5
Prezzemolo	gr 2
Aglione	gr 0,2
Olio di oliva extravergine	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
MERLUZZO OLIO E PREZZEMOLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 160
Farina di frumento tipo '00'	gr 15
Olio di oliva extravergine	cc 5
Succo di limone	cc 1
Brodo vegetale	cc 5
Prezzemolo	gr 1
MERLUZZO ALLA LIVORNESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 160
Polpa di pomodoro	gr 40
Prezzemolo	gr 0,5
Farina	gr 3

Aglione	gr 0,2
Olio di oliva extravergine	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	cc 5
MERLUZZO POMODORINI E OLIVE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 160
Olive nere denocciolate	gr 12
Pomodoro in scatola	gr 10
Farina di frumento tipo '0'	gr 4
Cipolla	gr 2
Aglione fresco	gr 0,50
Olio extravergine d'oliva	cc 8
Brodo vegetale	cc 8
Vino bianco	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,10
POLPETTE DI PESCE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 60
Patate	gr 40
Latte p.s	gr 10
Uovo misto pastorizzato	gr 8
Farina di frumento tipo '0'	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,10
Carote	gr 1
Cipolla dorata	gr 1
Pane grattugiato	gr 1
Sedano	gr 0,5
Olio extravergine di oliva	cc 5
SECONDI A BASE DI UOVA	
FRITTATA CON: ASPARAGI O CARCIOFI O SPINACI O ZUCCHINE O VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Uova pastorizzate	gr 80
Verdure varie	gr 40
Pane grattugiato	gr 5

Grana Padano	gr 10
Latte p.s	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
SECONDI ELABORATI	
CESTINI DI VERDURA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fiocchi di patate per purè	gr 60
Spinaci surg	gr 60
Grana padano	gr 13
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 13
Battuto	gr 5
Olio extravergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
CROCCHETTE DI LEGUMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 70
Ceci secchi	gr 42
Uovo misto pastorizzato	gr 15
Grana padano grattugiato	gr 7
Olio di oliva extravergine	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Pane grattugiato	gr 10
Latte p.s.	cc 5
CROCCHETTE DI VERDURA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 150
Carote	gr 40
Zucchine	gr 20
Spinaci surg	gr 20
Uovo misto pastorizzato	gr 13
Grana Padano	gr 10
Olio extravergine d'oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE ALLA TICINESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Patate	gr 200
Latte p.s.	gr 60
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 45
Edamer	gr 14
Sale iodurato fine	gr 0,10
PEPERONI RIPIENI ALLA RICOTTA E PROSCIUTTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Peperoni rossi e gialli	gr 70
Ricotta vaccina pastorizzata	gr 20
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 20
Prosciutto cotto	gr 20
Pane grattugiato	gr 18
Grana padano	gr 10
Prezzemolo	gr 0,50
Aglione fresco	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
POLPETTINE DI RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Ricotta	gr 95
Pane grattugiato	gr 15
Grana padano	gr 5
Uova pastorizzate	gr 15
Latte p.s.	cc 5
Olio extravergine d'oliva	cc 5
POMODORI RIPIENI ALLA RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori a grappoli (maturi)	gr 70
Ricotta vaccina pastorizzata	gr 20
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 12
Pane grattugiato	gr 10
Grana padano	gr 5
Olio extravergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
RICOTTA AL FORNO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Ricotta vaccina pastorizzata	gr 100
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 2
TORTINO DI SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Ricotta	gr 100
Spinaci	gr 35
Grana padano	gr 10
Cipolla	gr 6,5
Uova pastorizzate	gr 15
Latte p.s.	cc 10
Pane grattugiato	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTINO DI FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 50
Funghi surgelati	gr 30
Uova pastorizzate	gr 30
Grana padano	gr 10
Latte p.s.	cc 25
Olio extravergine di oliva	cc 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUCCHINE RIPIENE CON MANZO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucchine	gr 70
Reale di manzo tritato	gr 30
Pane grattugiato	gr 15
Uova pastorizzate	gr 10
Grana padano	gr 50
Noce moscata	gr 0,1
Latte p.s.	cc 15
Misto uovo	gr 8
Cipolla Battuto	gr 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTINO RICOTTA E SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Ricotta	gr 100
Spinaci	gr 35
Uova	gr 20
Parmigiano Reggiano	gr 15
Pan grattato	gr 10
Cipolla	gr 10
Olio di oliva extravergine	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,1

FOCACCE/PIZZE

FOCACCIA VEGETARIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
base per focaccia bianca	100 gr
mozzarella cubettata	40gr
zucchine grigliate	30gr
melanzane grigliate	30gr
olio extravergine	1gr

PIZZA MARGHERITA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Base precotta per pizza	gr 100
Mozzarella filone	gr 30
Polpa di pomodoro	gr 15
Origano	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1

SECONDI FREDDI

CAPRESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Mozzarella	gr 100
Pomodoro	gr 40
Olive nere	gr 30
Basilico	gr 1
Origano	gr 1
Olio di oliva extravergine	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1

INSALATA DI LEGUMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Ceci	gr 20
Fagioli borlotti	gr 20
Fagioli cannellini	gr 20
Carote julienne	gr 40
Pecorino misto	gr 50
Olio di oliva extravergine	cc 5
Basilico	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA DI POLLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 80
Olive snocciolate nere	gr 10
Olive snocciolate verdi	gr 10
Carciofini gelo tagliati	gr 25
Capperi	gr 3
Verdure per insalata russa gelo	gr 15
Olio di oliva extravergine	cc 5
Succo di limone	cc 1
INSALATA DI PRIMO SALE, CECI E POMODORINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Formaggio Primo sale	gr 60
Ceci cotti	gr 60
Pomodoro fresco	gr 60
Basilico	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Olio di oliva extravergine	cc 5
INSALATA TONNO E FAGIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagioli Spagna	gr 50
Pomodori	gr 50
Peperoni freschi	gr 10
Carote fresche	gr 10
Tonno	gr 70

Olio di oliva extravergine	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
SALADE DI TONNO E MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Tonno all'olio d'oliva	gr 50
Mozzarella	gr 50
Pomodori rossi	gr 50
Fagioli spagna	gr 40
Olive verdi denocciolate	gr 20
Insalata lattuga	gr 20
Cetrioli	gr 10
FORMAGGI	
BRIE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 80
grammatura ridotta	gr 40
CACIOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 80
grammatura ridotta	gr 40
CRESCENZA/STRACCHINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 100
grammatura ridotta	gr 50
FORMAGGINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Formaggini n 3	gr 75
FORMAGGIO SPALMABILE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Formaggio spalmabile	gr 100
MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 100
grammatura ridotta	gr 50

PARMIGIANO REGGIANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 80
grammatura ridotta	gr 40
RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 100
grammatura ridotta	gr 50
SALUMI	
BRESAOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Bresaola	gr 80
COPPA PIACENTINA DOP	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 80
grammatura ridotta	gr 40
PROSCIUTTO COTTO SENZA POLIFOSFATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 100
grammatura ridotta	gr 50
PROSCIUTTO CRUDO DI PARMA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 80
grammatura ridotta	gr 40
PROSCIUTTO DI PRAGA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 100
grammatura ridotta	gr 40
SPECK	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
grammatura intera	gr 90
grammatura ridotta	gr 50
BIETOLE ALL'AGRO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Bietola surgelata	gr 200
Olio di oliva extravergine	cc 6
Succo di limone	cc 3

Sale iodurato fine	gr 0,1
CAROTE BRASATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote fresche o surgelate	gr 200
Olio di oliva extravergine	cc 6
Prezzemolo	gr 1
Aglio	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	cc 15
CAROTE ALLA JULIENNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote fresche	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
Aceto	gr 4
CAROTE LESSE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote fresche o surgelate	gr 160
Olio di oliva extravergine	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
CAROTE AL PREZZEMOLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote a rondelle surgelate	gr 175
Olio di oliva extravergine	gr 5
Prezzemolo	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
FANTASIA DI ORTAGGI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 50
Fagiolini fini surg	gr 60
Carote a disco surg	gr 50
Olio extravergine d'oliva	gr 13
Sale iodurato fine	gr 0,1
FINOCCHI GRATINATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Finocchi surgelati	gr 200
Burro	gr 20
Grana Padano	gr 4
Olio extravergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA MISTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori	gr 80
Insalata verde	gr 40
Carote	gr 30
Olio di oliva extravergine	cc 10
Aceto	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA VERDE (DI STAGIONE)	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalate di stagione	gr 100
Olio di oliva extravergine	cc 6

Aceto	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA VERDE E CETRIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 60
Cetrioli	gr 50
Olio di oliva extravergine	cc 6
Aceto	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA VERDE E POMODORI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 60
Pomodori	gr 120
Olio di oliva extravergine	cc 6
Aceto	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA VERDE E RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 60
Rucola	gr 30
Olio di oliva extravergine	cc 6
Aceto	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
INSALATA VERDE E ZUCCHINE JULIENNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 60
Zucchine fresche	gr 30
Olio di oliva extravergine	gr 6
Aceto	gr 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE AL FORNO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate a tocchetti surgelate	gr 180
Olio di semi di arachidi	cc 15
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE LESSE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate a tocchetti surgelate	gr 180
Olio di oliva extravergine	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
PISELLI AL POMODORO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Piselli surgelati	gr 200
Olio di oliva extravergine	cc 10
Cipolla	gr 5
Pomodori pelati	gr 15
Sale iodurato fine	gr 0,1
POMODORI IN INSALATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori	gr 180
Olio di oliva extravergine	cc 10
Aceto	cc 4

Sale iodurato fine	gr 0,1
PURE' DI PATATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Acqua	cc 120
Burro	gr 4
Latte	cc 60
Sale iodurato fine	gr 0,1
Patata disidratata	gr 26
VERDURA COTTA FAGIOLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagiolini surgelati	gr 160
Olio di oliva extravergine	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
VERDURA COTTA SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Spinaci surgelati	gr 200
Olio di oliva extravergine	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
VERDURE COTTE MISTE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 150
Carote	gr 50
Piselli	gr 50
Olio di oliva extravergine	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUCCHINE GRATINATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucchine fresche o surgelate	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 6
Prezzemolo	gr 5
Pane grattugiato	gr 5
Aglione	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUCCHINE TRIFOLATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucchine fresche o surgelate	gr 220
Aglione	gr 0,01
Prezzemolo	gr 1
Olio extravergine d'oliva	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1

**Specifiche tecniche relative alle
grammature e agli ingredienti
AUSL PIACENZA DIPENDENTI**

PASTA ASCIUTTA

PASTA ALL'OLIO EVO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 15
Sale iodurato fine	gr 1
PASTA AGLIO, OLIO e PEPERONCINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Prezzemolo frs	gr 2
Aglione frs	gr 1
Peperoncino macinato	gr 1
Sale iodurato fine	gr 1
PASTA AL POMODORO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Polpa di pomodoro	gr 70
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Cipolla	gr 5
Basilico frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALLA CARBONARA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Uova misto pastorizzato	gr 30
Guanciale stagionato	gr 28
Latte p.s.	cc 20
Formaggio grana grattugiato	gr 3,3
Vino bianco	cc 3
Burro	gr 2
Farina di frumento 00	gr 22
Olio extra vergine di oliva	cc 4
Pepe Nero	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALLA CARBONARA DI ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Zucchine	gr 50
Uova misto pastorizzato	gr 20
Latte P.S. UHT	cc 40
Prezzemolo frs	gr 2
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Aglione frs	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 4
Pepe Nero	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA POMODORO, RICOTTA E BASILICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Polpa di pomodoro	gr 50
Ricotta vaccina	gr 30
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Basilico frs	gr 2
Pepe Nero	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA POMODORO, ORIGANO E MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Polpa di pomodoro	gr 50
Mozzarella	gr 10
Cipolla	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Origano	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALLA SALSICCIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Salsiccia	gr 40
Pomodori polpa	gr 20
Vino bianco	cc 7
Cipolla	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe Nero	gr 0,5

Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALL'AMATRICIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodoro Polpa	gr 40
Guanciale stagionato	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Cipolla	gr 10
Pecorino	gr 7
Vino bianco	cc 5
Pepe Nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA CON ASPARAGI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Asparagi surgelati	gr 30
Cipolla dorata	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Farina di frumento tipo '0'	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	qb
PASTA ALL'ARRABBIATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodoro Polpa	gr 60
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo frs	gr 1,5
Aglione frs	grt 1
Peperoncino macinato	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA GORGONZOLA E NOCI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Latte P.S. UHT	cc 60
Gorgonzola	gr 15
Noci sgusciate	gr 15
Burro	gr 5
Farina di frumento 0	gr 5

Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA AL PESTO TRAPANESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 10
Pomodori polpa	gr 40
Ricotta vaccina	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Carote	gr 6
Basilico frs	gr 5
Cipolla	gr 3
Pecorino	gr 3
Mandorle pelate	gr 1,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
Grana Padano	gr 3
PASTA MELANZANE E SCAMORZA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Melanzane a cubetti	gr 50
Polpa di pomodoro	gr 20
Formaggio scamorza	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Cipolla	gr 6
Basilico	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA MELANZANE, OLIVE E BASILICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Melanzane fres	gr 60
Pomodori polpa	gr 40
Olive nere denocciolate	gr 10
Cipolla	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Basilico	gr 1
Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA ERBETTE E BACON	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Bietole/ Erbette	gr 50
Latte P.S. UHT	cc 30
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Pancetta Affumicata	gr 15
Cipolla	gr 12
Burro	gr 2,5
Farina di frumento 00	gr 2,5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA AL PESTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 15
Basilico in foglie	gr 10
Grana Padano	gr 5
Aglio e pinoli	gr 1-gr 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA AL PESTO DI RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 15
Rucola	gr 10
Grana Padano	gr 5
Aglio frs	gr 2
Mandorle pelate	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA ALLA PUTTANESCA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Polpa di pomodoro	gr 60
Olive nere denocciolate	gr 15
Acciughe	gr 1
Capperi	gr 1
Cipolla	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ACCIUGHE, CAPPERI E PANE TOSTATO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Pasta di semola	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Capperi	gr 40
Pasta d'acciughe	gr 40
Prezzemolo frs	gr 3
Pane grattugiato	gr 3
Aglione frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA AL RAGU' ALLA BOLOGNESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Vitellone punta pancia	gr 30
Polpa di pomodoro	gr 35
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
Sedano	gr 5
Carota	gr 5
Cipolla	gr 5
Vino comune bianco	cc 5
PASTA CACIO E PEPE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pecorino	gr 30
Latte P.S. UHT	cc 30
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Pepe nero	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALL'ORTOLANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Polpa di pomodoro	gr 30
Peperoni	gr 20
Zucchine	gr 20
Melanzane	gr 20
Cipolla	gr 8

Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo	gr 1
Basilico frs	gr 1
Pepe nero	gr 1
Origano	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA SALSICCIA E FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Funghi misti	gr 80
Salsiccia	gr 60
Latte P.S. UHT	cc 30
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Cipolla	gr 5
Vino bianco	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Aglio frs	gr 1
Sale iodurato fino	gr 0,01
PASTA ZUCCA E FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Zucca	gr 30
Funghi champignon	gr 25
Latte P.S. UHT	cc 30
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Cipolla	gr 8
Aglio frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fino	gr 0,01
PASTA RUCOLA E SPECK	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Speck a julienne	gr 20
Rucola	gr 70
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Cipolla	gr 5
Vino bianco	cc 5
Sale iodurato fino	gr 0,01
PASTA POMODORO E PANCETTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Polpa di pomodoro	gr 70
Peperoni frs	gr 20
Pancetta affumicata/Bacon	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglio frs	gr 1
Sale iodurato fino	gr 1
PASTA AI BROCCOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Broccoli surgelati	gr 80
Alici filetto	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,01
Aglio fresco	gr 0,50
Peperoncino macinato	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA CON CARCIOFI, PANCETTA E PREZZEMOLO FRESCO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Carciofi spicchi	gr 50
Pancetta tesa	gr 15
Cipolla	gr 12
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 1,4
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALLA ZUCCA, ROSMARINO E CURCUMA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Zucca	gr 60
Cipolla	gr 15
Latte P.S. UHT	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Rosmarino frs	gr 3
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Curcuma	gr 0,15
Sale iodurato fine	cc 0,01
PASTA ALLA NORMA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Melanzane frs	gr 54
Pomodori pelati	gr 40
Ricotta vaccina	gr 25
Cipolla	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA AL TONNO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Tonno in olio d'oliva sgocc.	gr 50
Polpa di pomodoro	gr 60
Vino bianco	cc 7
Prezzemolo	gr 1
Cipolla	gr 1
Aglione frs	gr 0,1
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
PASTA ALLE CIME DI RAPA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Cime di rapa	gr 50
Aglione frs	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Pasta d'acciughe	gr 2

Peperoncino macinato	gr 2
Cipolla	gr 3,5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 1
PASTA POMODORO E PRIMO SALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodoro pelati	gr 60
Primo sale	gr 50
Pomodori ciliegino	gr 30
Olio extra verfine di oliva	cc 8
Basilico frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA POMODORO, FETA E PEPERONCINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodoro polpa	gr 60
Formaggio Feta	gr 40
Cipolla	gr 8
Olio extra verfine di oliva	cc 8
Basilico frs	gr 1
Peperoncino macinato	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALLA CREMA DI FORMAGGI ED ERBA CI-POLLINA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Latte P.S. UHT	cc 40
Caciotta	gr 6
Edamer	gr 6
Emmenthal	gr 6
Grana padano	gr 6
Mozzarella	gr 6
Stracchino	gr 6
Taleggio	gr 6
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Erba Cipollina frs	gr 1

Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALLA PROVENZALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodori polpa	gr 30
Zucchine	gr 2
Melanzane frs	gr 18
Pomodori	gr 18
Olive nere denocciolate	gr 5
Cipolla	gr 9
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo frs	gr 1
Basilico frs	gr 1
Pepe nero	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA TONNO, MELANZANE E OLIVE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Melanzane frs	gr 60
Tonno in olio di oliva	gr 50
Pomodori polpa	gr 34
Olive nere denocciolate	gr 10
Cipolla	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Capperi sotto sale	gr 2
Basilico frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA CON VERDURE E CURRY	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Peperoni	gr 20
Zucchine frs	gr 20
Melanzane frs	gr 20
Carote	gr 20

Olio extra vergine di oliva	gr 8
Farina di frumento tipo '0'	gr 3
Aglione frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 2
Curry polvere	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA SPECK E ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Speck a julienne	gr 20
Zucchine fresche a julienne	gr 30
Cipolla dorata	gr 5
Brodo di verdura	gr 40
Latte p.s.	gr 40
Olio extra vergine di oliva	gr 4
Farina di frumento tipo '0'	gr 3
Burro	gr 1,50
Aglione fresco	gr 0,1
PASTA AL PESTO DI PISELLI E MANDORLE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Piselli	gr 80
Cipolla	gr 8
Grana padano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Basilico frs	gr 2,5
Mandorle pelate	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA AL PESTO DI PISELLI E MANDORLE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Piselli	gr 80
Cipolla	gr 8
Grana padano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Basilico frs	gr 2,5

Mandorle pelate	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA CON PERSICO E PESTO DI ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Persico filetti	gr 25
Zucchine frs	gr 15
Pomodori polpa	gr 10
Grana padano	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Vino bianco	cc 5
Zucchine	gr 5
Carote	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Basilico frs	gr 0,6
Patate	gr 0,5
Timo	gr 0,5
Aglione frs	gr 0,01
Prezzemolo frs	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,10
SPAGHETTI PICCANTI ALLE CRUDITÉ E ACCIUGHE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Peperoni rossi e gialli	gr 30
Pomodori	gr 30
Funghi champignon	gr 30
Capperi sotto sale	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pasta d'acciughe	gr 4
Prezzemolo frs	gr 2
Basilico frs	gr 2
Aglione frs	gr 1
Peperoncino macinato	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
SPAGHETTI COZZE E VONGOLE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Vongole con guscio	gr 20
Cozze con guscio	gr 20
Cozze polpa	gr 20
Pomodoro polpa	gr 20
Aglione	gr 2
Prezzemolo	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,01
Olio extra vergine di oliva	cc 8
PASTA COZZE, POMODORO FRESCO E ZAFFERANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodori	gr 40
Cozze polpa	gr 40
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 1
Aglione frs	gr 1
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA SEPIE E VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodori pelati	gr 40
Seppioline pulite	gr 32
Zucchine	gr 20
Peperoni	gr 13
Carote	gr 8
Vino bianco	cc 7
Aglione frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 1,50
Sale iodurato fine	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
PASTA ALLE VONGOLE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Vongole con guscio	gr 15
Vongole polpa	gr 20

Pomodori ciliegino	gr 10
Aglione	gr 0,1
Prezzemolo	gr 1
Sale iodurato fine	gr 1
Peperoncino macinato	gr 0,1
Olio extra vergine di oliva	cc 8
PASTA VONGOLE E CANNELLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Vongole con guscio	gr 15
Vongole polpa	gr 20
Fagioli cannellini	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Vino bianco	cc 5
Farina di frumento 0	gr 3
Aglione frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA PANCETTA, ZAFFERANO E PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pancetta Piacentina DOP	gr 20
Piselli	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Cipolla	gr 5
Vino bianco	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ZAFFERANO E SALSICCIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Latte P.S. UHT	cc 120
Salsiccia	gr 20
Cipolla	gr 15
Vino bianco	cc 7

Burro	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA ALL'UOVO CON TONNO, PEPERONI E OLIVE TAGGIASCHE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo secca	gr 100
Tonno surg	gr 40
Peperoni	gr 30
Olive nere denocciolate	gr 10
Pomodori pelati	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Vino bianco	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Aglione frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
TAGLIATELLE PROSCIUTTO E ASPARAGI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo secca	gr 100
Asparagi	gr 50
Latte P.S. UHT	cc 40
Prosciutto cotto	gr 30
Cipolla	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Vino bianco	cc 5
Burro	gr 3
Farina di frumento 0	gr 3
Prezzemolo frs	gr 1,50
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
TAGLIATELLE PROSCIUTTO E PISELLI (rosse)	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo secca	gr 100
Pomodori polpa	gr 50
Prosciutto cotto	gr 40

Piselli	gr 40
Cipolla	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Prezzemolo frs	gr 0,5
Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01

PRIMI PIATTI FREDDI

COUS COUS VEGETALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
---------------------------	--------------------------------

Cous cous	gr 80
Carote	gr 30
Melanzane	gr 20
Peperoni	gr 20
Zucchine	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Curry polvere	gr 1
Paprika dolce	gr 1
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01

RISO FREDDO ALLA CANTONESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
-----------------------------------	--------------------------------

Riso Parboiled	gr 70
Prosciutto cotto	gr 30
Misto uovo	gr 32
Piselli	gr 12
Cipolla	gr 12
Vino bianco	cc 6
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Salsa di soia	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10

RISO FREDDO ALLA CATALANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
----------------------------------	--------------------------------

Riso Parboiled	gr 70
Peperoni	gr 45

Piselli	gr 40
Olive nere	gr 15
Tonno in olio d'oliva sgocc.	gr 25
Capperi sotto sale	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aceto	cc 2
Zafferano	gr 0,01
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
RISO FREDDO TRICOLORE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 70
Mozzarella a cubetti	gr 30
Olive nere	gr 15
Pomodori	gr 25
Acciughe/Alici	gr 8
Capperi sotto sale	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Basilico frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
INSALATA DI RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 60
Piselli	gr 25
Edamer	gr 20
Tonno in olio d'oliva	gr 15
Insalatina capricciosa	gr 5
Olive nere denocciolate	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Succo di limone	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
INSALATA DI RISO ALLA RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 70
Pomodori	gr 30
Prosciutto cotto	gr 20

Edamer	gr 20
Rucola	gr 3
Aceto bianco	cc 3
Senape	gr 2
Pepe nero macinato	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
INSALATA DI RISO CON FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 60
Finghi champignon	gr 40
Pomodori	gr 35
Rucola	gr 10
Edamer	gr 15
Piselli	gr 15
Prezzemolo frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
INSALATA DI RISO VEGETARIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 60
Zucchine frs	gr 20
Melanzane frs	gr 20
Olive nere denocciolate	gr 7
Carciofini sott'olio	gr 10
Funghi champignon	gr 10
Rucola	gr 2
Aglio frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
INSALATA DI FARRO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Farro perlato	gr 70
Pomodori ciliegino	gr 30
Olive nere denocciolate	gr 15

Basilico frs	gr 5
Erba cipollina	gr 5
Olio extra vergine di oliva	gr 8
Succo di limone	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA FREDDA CON CRUDITÉ DI VERDURE E TONNO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Tonno in olio di oliva	gr 50
Pomdoori	gr 40
Zucchine frs	gr 20
Carote	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Basilico frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA FREDDA ALLA CAPRESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Mozzarella cubettata	gr 60
Pomodori ciliegino	gr 45
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Basilico frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA CECI E BASILICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Ceci in scatola	gr 60
Pomodori	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA DI PASTA E MELANZANE GRIGLIATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Melanzane frs	gr 50
Pomdoori ciliegino	gr 40
Uova con guscio	gr 30
Mozzarella cubettata	gr 30

Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglione frs	gr 5
Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA YOGURT E SALMONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodori	gr 45
Salmone affumicato	gr 20
Piselli	gr 20
Yogurt intero bianco	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Cipolla	gr 2
Succo di limone	cc 2
Prezzemolo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA SALMONE, RUCOLA E POMODORINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodori ciliegino	gr 40
Rucola	gr 15
Salmone affumicato	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Grana Padano	gr 7
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA ALL'ORTOLANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Edamer	gr 20
Olive nere denocciolate	gr 8
Pomodori	gr 15
Funghi champignon	gr 15
Carote	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo	gr 1
Aglione frs	gr 2

Vino bianco	cc 5
Salsa Worchester	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA ALLA RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Rucola	gr 15
Pecorino	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglione frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA CON TONNO E CANNELLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Fagioli cannellini	gr 40
Tonno in olio d'oliva sgocc.	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Succo di limone	cc 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Succo di limone	cc 3
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA TONNO, CAPPERI E FAGIOLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Olive nere denocciolate	gr 20
Fagiolini	gr 35
Tonno in olio d'oliva sgocc.	gr 30
Pomodori	gr 30
Capperi sotto sale	gr 5
Aceto bianco	cc 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Senape	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA ALLA MEDITERRANEA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100

Mozzarella pizza cubettata	gr 25
Olive nere denocciolate	gr 10
Pomodori	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Basilico frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA TRICOLORE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Mozzarella a cubetti	gr 30
Olive nere denocciolate	gr 15
Pomodori	gr 25
Acciughe/Alici	gr 8
Capperi sotto sale	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Basilico frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASTA FREDDA ZUCCHINE, ZAFFERANO E ASIAGO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Zucchine	gr 60
Pomodori ciliegino	gr 30
Formaggio Asiago DOP	gr 30
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo frs	gr 2
Aglione frs	gr 0,5
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
ORZO FREDDO POMODORINI E RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 60
Pomodori ciliegino	gr 50
Mais al naturale	gr 25
Rucola	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,01

ORZO FREDDO CON POMODORINI, PISELLI E GERMOGLI DI SOIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 70
Pomodori	gr 40
Piselli	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Soia germogli frs	gr 7
Limone	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA D'ORZO CON SPECK, CARCIOFI E PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 70
Pomodori	gr 40
Carciofi spicchi	gr 40
Piselli	gr 20
Speck a cubetti	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA NOCI, ROBIOLA E POMODORO FRESCO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodoro	gr 20
Robiola	gr 20
Ruola	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Noci sgusciate	gr 4
Sale iodurato fine	gr 0,01
PASTA FREDDA PICCANTE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Emmenthal	gr 25
Maionese	gr 20
Sedano frs	gr 10
Cipolla	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Succo di limone	cc 3
Senape	gr 2

Peperoncino macinato	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA DI PASTA ALLA NAPOLETANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Pomodori	gr 30
Mozzarella pizza cubettata	gr 30
Acciughe/ Alici sott'olio	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Basilico frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Origano secco	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISO/ORZO	
RISOTTO ZUCCA, MANDORLE E ACETO BALSAMICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Arborio	gr 80
Latte P.S. UHT	cc 120
Zucca	gr 60
Burro	gr 10
Grana Padano	gr 10
Scalogno	gr 5
Vino bianco	cc 5
Farina di frumento 0	gr 4
Mandorle pelate	gr 4
Noce Moscata macinata	gr 0,5
Aceto balsamico	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISOTTO VERZA E TALEGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 80
Latte P.S. UHT	gr 120
Cavolo verza	gr 50
Taleggio DOP	gr 30
Cipolla	gr 15
Vino bianco	cc 6

Olio extra vergine di oliva	cc 5
Burro	gr 4
Farina di frumento 0	gr 4
Pepe nero	gr 0,5
Brodo Vegetale	cc 241
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISOTTO SPINACI E FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 80
Latte P.S. UHT	gr 120
Spinaci surg	gr 50
Edamer	gr 20
Cipolla	gr 20
Vino bianco	cc 6
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Burro	gr 4
Farina di frumento 0	gr 4
Pepe nero	gr 0,5
Brodo Vegetale	cc 241
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISOTTO AI FUNGHI MISTI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 80
Latte P.S. UHT	gr 120
Funghi misti	gr 80
Cipolla	gr 15
Vino bianco	cc 6
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Burro	gr 14
Farina di frumento 0	gr 14
Grana Padano	gr 7
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Brodo Vegetale	cc 241
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISOTTO PARMIGIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Riso Parboiled	gr 80
Latte P.S. UHT	cc 120
Grana Padano	gr 10
Cipolla	gr 8
Burro	gr 7
Farina di frumento 0	gr 4
Vino bianco	cc 4
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo Vegetale	cc 241
RISOTTO PORRI E BACON	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 80
Brodo Vegetale	cc 241
Porri	gr 100
Latte P.S. UHT	cc 60
Pancetta affumicata /bacon	gr 30
Vino bianco	cc 7
Grana padano	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISOTTO PORRI, BARBABIETOLA E CRSCENZA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 80
Barbabietole rosse	gr 60
Porri	gr 25
Crescenza	gr 12
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Vino bianco	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo Vegetale	cc 241
ORZOTTO AL RAGÚ VEGETALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Orzo perlato	gr 70
Pomodori polpa	gr 15
Zucchine	gr 9
Carote	gr 8
Fagiolini	gr 8
Peperoni a falde	gr 8
Vino bianco	cc 7
Cipolla	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Prezzemolo frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
ORZOTTO ALLE VERDURE MANTECATO AL BASILICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 70
Zucchine	gr 20
Melanzane	gr 15
Peperoni a falde	gr 15
Vino bianco	cc 7
Cipolla	gr 6
Basilico	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
RISOTTO ALLO ZAFFERANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 80
Burro	gr 5
Zafferano	gr 0,03
Cipolla	gr 15
Vino bianco	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Latte	cc 10
Farina	gr 10
Brodo vegetale	cc 240

RISOTTO CON ZUCCA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Parboiled	gr 70
Burro	gr 5
Zucca	gr 30
Cipolla	gr 3
Vino bianco	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Latte	cc 10
Farina di frumento 00	gr 10
Brodo vegetale	cc 240
ORZOTTO FANTASIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 60
Gamberi puliti	gr 50
Piselli	gr 50
Pomodori ciliegino	gr 20
Limone	gr 12
Basilico frs	gr 5
Mandorle pelate	gr 5
Menta frs	gr 3
Prezzemolo frs	gr 1
Aglione frs	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
Brodo vegetale	cc 240
PRIMI ELABORATI	
GNOCCHI DI PATATE AL PESTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Gnocchi di patate	gr 300
Olio extra vergine di oliva	gr 5
Basilico	gr 1,50
Pinoli sgusciati	gr 1
Aglione fresco	gr 0,05
Sale iodurato fine	gr 0,1
GNOCCHI DI PATATE AL RAGÙ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Gnocchi di patate	gr 300

Vitellone punta pancia	gr 40
Polpa di pomodoro	gr 35
Carote	gr 3
Cipolla dorata	gr 3
Sedano bianco	gr 3
Basilico	gr 1,50
Sale iodurato fine	gr 0,1
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO E BASILICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Gnocchi di patate	gr 300
Pomodori pelati	gr 100
Olio extra vergine di oliva	gr 5
Carote	gr 1,50
Cipolla dorata	gr 1,50
Sedano bianco	gr 1
Basilico	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
Aaglio fresco	gr 0,05
POLENTA AL RAGÙ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Farina di mais	gr 80
Acqua	cc 450
Polpa di pomodoro	gr 50
Vitellone punta pancia	gr 20
Salsiccia	gr 15
Cipolla	gr 8
Grana Padano	gr 10
Carote	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sedano	gr 3
Vino rosso	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
LASAGNE VEGETARIANE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo lasagne gialle fresche	gr 80
Latte p.s.	gr 125
Patate gelo	gr 10

Piselli gelo	gr 10
Carote gelo	gr 10
Farina di frumento "00"	gr 12
Zucchine a rondelle surg	gr 10
Burro	gr 6
Cipolla	gr 2
Sedano	gr 2
Carote	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
LASAGNE AL RAGÙ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo lasagne gialle fresche	gr 80
Latte p.s.	gr 125
Vitellone punta pancia	gr 20
Farina di frumento "00"	gr 9
Burro	gr 9
Carote	gr 5
Zucchine a rondelle surg	gr 10
Burro	gr 6
Cipolla	gr 2
Cipolla	gr 5
Sedano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Grana padano grattugiato	gr 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
PASTA GRATINATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 100
Prosciutto cotto	gr 20
Piselli fini surgelati	gr 30
Sedano	gr 5
Carote	gr 5
Cipolla	gr 5
Latte p.s.	cc 40
Burro	gr 4
Farina	gr 3

Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTELLONI RICOTTA E SPINACI AL BURRO E SALVIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Tortelloni di magro in atm. Mod.	gr 250
Burro	gr 20
Salvia	gr 0,50
Latte p.s.	gr 10
Burro	gr 5
Farina	gr 5
PISAREI E FASÖ	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pisarei	gr 200
Pomodori pelati	gr 60
Fagioli borlotti surg	gr 30
Alloro	gr 2
Carote	gr 4
Sedano	gr 3
Cipolla	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREME/MINESTRE/ZUPPE	
STRACCIATELLA IN BRODO DI CARNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Uova misto pastorizzato	gr 50
Grana padano	gr 7
Limone	gr 1
Noce Moscata macinata	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
MALTAGLIATI CON FAGIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta all'uovo secca	gr 30
Fagioli Borlotti secchi	gr 30
Polpa di pomodoro	gr 25
Patate	gr 20
Cipolla, Sedano, Carote	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8

Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
Rosmarino frs	gr 1
Alloro	gr 1
MINESTRA DI CANNELLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 40
Fagioli Cannellini secchi	gr 30
Pomodori polpa	gr 20
Cipolla	gr 16
Aglione frs	gr 1
Rosmarino frs	gr 1
Pepe nero	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,10
MINESTRA DI PATATE E CAROTE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 80
Acqua	gr 250
Carote	gr 50
Cipolla	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Salvia frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
MINESTRONE DI VERDURA CON FARRO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Farro perlato	gr 40
Acqua	cc 250
Minestrone di verdure miste	gr 100
Patate	gr 40
Cipolla	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,10
MINESTRONE DI VERDURA CON ORZO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 40
Acqua	cc 250
Minestrone di verdure miste	gr 100

Patate	gr 40
Cipolla	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,10
CREMA DI FAGIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagioli Borlotti secchi	gr 10
Fagioli Cannellini secchi	gr 10
Patate	gr 80
Grana Padano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Cipolla Sedano Carota	gr 3
Alloro	gr 0,10
CREMA DI CAROTE ALLA CURCUMA CON CROSTINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote	gr 100
Acqua	cc 250
Patate	gr 40
Cipolla	gr 15
Crostini	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Curcuma	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI FAVE, PATATE E CICORIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fave secche	gr 50
Acqua	cc 250
Patate	gr 50
Cicoria	gr 25
Porri	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo frs	gr 2
Aglio frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
VELLUTATA DI PATATE E VERZA CON CROSTINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Cavolo Verza	gr 60

Patate	gr 60
Cipolla	gr 15
Crostini	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo	gr 1
Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI PISELLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Piselli surg.	gr 120
Patate	gr 150
Brodo vegetale	cc 20
Cipolle bianche	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI FAGIOLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagiolini surg.	gr 65
Patate	gr 110
Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Cipolle bianche	gr 5
Prezzemolo	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Acqua	q b
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI SEDANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Brodo di verdura	gr 300
Patate intere pelate	gr 110
Sedano	gr 65
Cipolle bianche pelate	gr 25
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CREMA DI ZUCCHINE E PATATE CON RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Arborio	gr 40
Acqua	cc 250

Zucchine a rondelle surg	gr 70
Patate	gr 20
Cipolla	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglio frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 2
CREMA DI ZUCCA CON CROSTINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucca	gr 80
Patate	gr 60
Brodo vegetale	cc 250
Sedano	gr 10
Carote	gr 5
Cipolle bianche	gr 10
Crostini	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 2
CREMA DI PATATE E PORRI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Porri	gr 35
Patate	gr 120
Brodo vegetale	cc 20
Sedano	gr 10
Carote	gr 5
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 2
CREMA DI SPINACI CON RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso	gr 30
Spinaci	gr 80
Patate	gr 150
Brodo vegetale	cc 200
Sedano	gr 10
Cipolle bianche	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,1

MINESTRA ESTIVA CON RISO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Riso Arborio	gr 40
Patate	gr 50
Zucchine	gr 40
Fagiolini	gr 20
Cipolla	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglione,Basilico	gr 2
Brodo vegetale	cc 200
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUPPA DI CECI E MALTAGLIATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta di semola	gr 40
Ceci secchi	gr 30
Patate	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglione frs	gr 2
Rosmarino frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
ZUPPA DI LENTICCHIE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Lenticchie secche	gr 35
Acqua	cc 250
Pomodoro polpa	gr 20
Cipolla	gr 15
Carota	gr 15
Sedano	gr 15
Aglione frs	gr 1
Alloro frs	gr 0,5
Pepe nero	gr 0,5
Rosmarino	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
MINISTRONE DI VERDURA CON ORZO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 40
Acqua	gr 250

Minestrone verdura surg	gr 100
Patate	gr 40
Cipolla	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,01
ZUPPA DI CECI E PATATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 60
Ceci secchi	gr 30
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglio frs	gr 2
Rosmarino frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
ZUPPA DI VERDURA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Minestropne di verdure miste	gr 80
Acqua	cc 250
Pomodori polpa	gr 20
Misto per soffritto	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglio frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
ZUPPA TOSCANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Brodo di verdura	gr 300
Legumi secchi misti	gr 60
Patate	gr 20
Cipolla dorata	gr 10
Carote	gr 10
Sedano	gr 10
Olio extra vergine di oliva	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
ZUPPA MEDITERRANEA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Misto di legumi e cereali	gr 80
Acqua	gr 250

Patate	gr 40
Pomodori polpa	gr 20
Cipolla	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,01
ZUPPA DI PATATE E ZAFFERANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 120
Acqua	gr 250
Crostini	gr 15
Cipolla	gr 80
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Timo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,05
Zafferano	gr 0,,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
ZUPPA PAESANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Brodo di verdura	gr 300
Misto legumi e cereali	gr 40
Patate	gr 50
Cipolla	gr 10
Carote	gr 10
Sedano	gr 10
Crostini	gr 15
Prezzemolo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASSATO DI VERDURE ALLA LIGURE CON ORZO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Orzo perlato	gr 40
Acqua	cc 250
Minestrone di verdura	gr 100
tomodori polpa	gr 10
Grana padano	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5

Basilico frs	gr 3
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
PASSATO O VELLUTATA DI LEGUMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 50
Fagioli Borlotti al naturale	gr 10
Piselli fini surgelati	gr 10
Lenticchie secche	gr 10
Carote	gr 1
Sedano	gr 1
Cipolla	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,10

SECONDI DI CARNE

BISTECCA DI MANZO AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Vitellone - Scamone frs	gr 140
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
FETTINA DI SUINO AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 150
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
BRACIOLA DI SUINO AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Suino - Braciola c/o fresco	gr 140
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PETTO DI POLLO AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Carne Avicola - Pollo petto frs	gr 140
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PETTO DI TACCHINO AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Carne Avicola - Tacchino fesa frs	gr 140
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
SALSICCIA AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Suino - Salsiccia frs	gr 150
POLLO ALLA PAPRIKA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Carne Avicola - Pollo busto frs	gr 220
Pomodori polpa	gr 40
Cipolla	gr 35
Acqua	cc 30

Vino bianco	cc 15
Paprika dolce	gr 7
Paprika forte	gr 3
Panna frs	gr 5
Succo di limone	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
BOCCONCINI DI POLLO ALLA PIZZAIOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo disossata frs	gr 150
Pomodori pelati	gr 40
Farina di frumento '00'	gr 4
Aglione fresco	gr 0,1
Prezzemolo	gr 0,50
Origano	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
Brodo di carne	cc 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
BOCCONCINI DI POLLO IN SALSA DI SOIA E VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo disossata frs	gr 150
Peperoni	gr 20
Zucchine frs	gr 20
Melanzane frs	gr 20
Acqua	cc 20
Vino bianco	cc 10
Farina di frumento 0	gr 10
Salsa di soia	cc 10
Prezzemolo frs	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,01
BOCCONCINI DI POLLO ALL'ACETO BALSAMICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Coscia Pollo disossata frs	gr 150
Aceto balsamico	cc 5

Farina di frumento 0	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10
COTOLETTA DI POLLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 180
Uova misto pastorizzato	gr 8
Pane grattugiato	gr 20
Olio di semi d'arachidi	cc 5
Succo di limone	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
POLLO ARROSTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Pollo a busto frs	gr 290
Salvia	gr 2
Rosmarino	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Aglione frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
Vino bianco	cc 10
PETTO DI POLLO AI FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 150
Funghi champignon	gr 20
Farina di frumento 0	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Vino bianco	cc 5
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Brodo vegetale	qb
POLLO AI PEPERONI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Pollo busto	gr 300

Peperoni	gr 30
Pomodoro polpa	gr 30
Vino bianco	cc 20
Olive nere	gr 7
Cipolla	gr 10
Farina di frumento 0	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Prezzemolo frs	gr 1
Basilico frs	gr 1
Salvia frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	qb
SOVRACOSCIA DI POLLO ALLE MANDORLE E SALSA DI SOIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Sovracoscia Pollo frs	gr 250
Vino bianco	cc 12
Mandorle pelate	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Salsa di soia	cc 3
Amido di mais /maizena	gr 1,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
PETTO DI POLLO AL CURRY E MELE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 150
Mele	gr 25
Vino bianco	cc 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Cipolla	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Curry polvere	gr 0,2
Pepe bianco	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
POLLO TRIFOLATO ALLE VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 150
CaroteGR 30	gr 25
Zucchine	gr 30
Funghi champignon	gr 30
Vino bianco	cc 10
Farina di frumento 0	gr 8
Prezzemolo frs	gr 2
Aglione frs	gr 1
Pepe nero	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,1
PETTO DI POLLO ALLA PROVENZALE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 120
Pomodori	gr 47
Zucchine frs	gr 21
Olive nere denocciolate	gr 7
Cipolla dorata	gr 10
Farina di frumento 0	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Prezzemolo frs	gr 0,6
Basilico frs	gr 0,4
Sale iodurato fine	gr 0,1
COTOLETTA DI TACCHINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 180
Uova misto pastorizzato	gr 8
Pane grattugiato	gr 20
Olio di semi d'arachidi	cc 5
Succo di limone	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ARROSTO DI TACCHINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 150
Carote /sedano/cipolla	gr 30

Aglione	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,1
Salvia	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Vino bianco	cc 5
Brodo vegetale	gr 2
BOCCONCINI DI TACCHINO ALLA MESSICANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Anca Tacchino frs	gr 150
Pomodori polpa	gr 40
Acqua	cc 10
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Aglione frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 1
Paprika forte	gr 1
Peperoncino macinato	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
TACCHINO CON PANE PROFUMATO AGLI AGRUMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne avicola - fesa di tacchino	gr 80
Limone	gr 10
Pane grattugiato	gr 10
Arance	gr 5
Prezzemolo frs	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglione frs	gr 2
Origano	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,3
POLPETTINE DI TACCHINO E RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne avicola - anca di tacchino	gr 80
Ricotta vaccina	gr 35
Grana padano grattugiato	gr 8
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Uovo pastorizzato	gr 7

Grana padano	gr 10
Carote, cipolla	gr 35
Sale iodurato fine	gr 0,3
PEPITE DI TACCHINO, SESAMO E CAROTINE BABY	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne avicola - fesa di tacchino	gr 150
Carote Baby	gr 60
Misto uovo	gr 30
Pane grattugiato	gr 25
Olio di semi di girasole	cc 10
Burro	gr 7
Grana padano	gr 7
Farina di frumento 0	gr 5
Semi di sesamo	gr 4
Pepe nero	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,3
STRACCETTI DI TACCHINO CON CAPPERI, PATATE, OLIVE NERE, POMODORO E ORIGANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Anca/ Sovracoscia Tacchino frs	gr 150
Patate	gr 50
Acqua	cc 22
Olive nere denocciolate	gr 5
Vino bianco	cc 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Capperi sottosale	gr 5
Polpa di pomodoro	gr 5
Farina di frumento 0	gr 4
Origano secco	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
SPEZZATINO DI TACCHINO CON VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Anca Tacchino frs	gr 150
Peperoni	gr 15
Carote pelate	gr 15

Cipolla	gr 15
Piselli	gr 15
Pomodori polpa	gr 10
Farina di frumento 0	gr 8
Vino bianco	cc 8
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
ARROSTO DI SUINO AL TIMO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 150
Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Cipolla	gr 10
Aglione	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,1
Timo	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ARROSTO DI SUINO AI 3 PEPI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 150
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Vino bianco	cc 5
Pepe rosa	gr 1
Farina di frumento 0	gr 2
Pepe verde in salamoia	gr 1
Pepe nero	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
BOCCONCINI DI SUINO ALLA SALVIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Vino bianco	cc 3
Cipolla	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2

Salvia	gr 2
Pepe nero in grani	gr 0,02
Sale iodurato fine	gr 0,01
SCALOPPA DI SUINO RUCOLA E GRANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 120
Rucola	gr 20
Grana Padano	gr 10
Farina frumento 0	gr 10
Vino bianco	gr 5
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
ROSTICCIATA DI SUINO E PATATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Salsiccia frs	gr 70
Patate	gr 50
Wurstel di puro suino	gr 50
Olio di semi di girasole	gr 10
Rosmarino frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Pepe nero	gr 0,01
LOMBO AL ALTTE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 140
Latte P.S. UHT	cc 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,10
FESA DI SUINO AL ROSMARINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 140
Vino bianco	cc 5
Rosmarino frs	cc 3
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Cipolla	gr 2

Aglione frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
PICCATINA DI SUINO ALLA PALERMITANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 130
Limone	gr 15
Pane grattugiato	gr 10
Prezzemolo frs	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 4
Origano	gr 1
Aglione frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
ARROSTO DI SUINO AL VERMOUTH E AL PEPE ROSA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 150
Panne frs	gr 10
Vermouth	cc 10
Pepe rosa	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Vino bianco	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Concentrato di pomodoro	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,10
SALTIMBOCCA ALLA ROMANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 140
Prosciutto cotto	gr 15
Vino bianco	cc 7
Farina di frumento 0	gr 4
Salvia	gr 1
Olio extra vergine d'oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,10
FAGOTTINO CON PROSCIUTTO COTTO E FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Suino - Lombo s/o fresco	gr 100
Prosciutto cotto	gr 20
Edamer	gr 15
Vino bianco	cc 10
Farina di frumento 0	gr 7
Salvia	gr 1
Olio extra vergine d'oliva	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,10
COTOLETTA DI SUINO ALLA MILANESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 150
Pane grattugiato	gr 50
Misto uovo	gr 20
Olio di semi di girasole	cc 10
Farina di frumento 0	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,01
SCALOPPINA DI SUINO ALLA SENAPE E PEPE VERDE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 150
Farina di frumento 0	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Pepe verde in salamoia	gr 2
Cipolla	gr 3
Senape	gr 3
Vino bianco	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
BOCCONCINI DI VITELLONE ALLA BIRRA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Pesce frs	gr 180
Birra	cc 40
Carote	gr 30
Patate	gr 30
Brodo vegetale	cc 20
Cipolla	gr 8
Farina di frumento 0	gr 4

Senape	gr 3
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
Olio extra vergine di oliva	cc 5
GOULASH CON PATATE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Vitellone - Pesce frs	gr 180
Patate	gr 60
Acqua	gr 50
Vino rosso	gr 20
Pomodori polpa	gr 15
Peperoni	gr 10
Farina di frumento 0	gr 5
Carote Sedano Cipolla	gr 30
Paprika dolce	gr 5
Paprika forte	gr 5
Pepe nero	gr 0,5
Pomodoro concentrato	gr 1,5
Cannella in polvere	gr 0,01
Chiodi di garofano	gr 0,01
Noce moscata macinata	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
Olio extra vergine di oliva	cc 8
ARROSTO DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Vitellone - Sottofesa frs	gr 150
Carote /sedano/cipolla	gr 30
Aglione	gr 0,1
Rosmarino	gr 0,1
Salvia	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Vino bianco	cc 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
FETTINA DI VITELLONE ALLA PIZZAIOLA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE

Vitellone - Scamone frs	gr 150
Olio extra vergine di oliva	gr 6
Pomodori pelati	gr 30
Farina di frumento tipo '00'	gr 4
Cipolla dorata	gr 10
Sedano	gr 10
Carote	gr 10
Origano	gr 2
HAMBURGER DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Reale frs	gr 120
Latte p.s.	gr 20
Pane grattugiato	gr 6
Sale iodurato fine	gr 0,10
HAMBURGER DI VITELLONE CON ERBA CIPOLLINA, FORMAGGIO E ACETO BALSAMICO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Reale frs	gr 120
Aceto balsamico	cc 10
Edamer	gr 10
Vino bianco	cc 7
Farina di frumento 0	gr 5
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Erba cipollina	gr 2
Zucchero	gr 2
Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,10
POLPETTINE DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Reale frs	gr 100
Pane grattugiato	gr 6
Latte p.s.	cc 12
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Uovo pastorizzato	gr 7
Grana padano grattugiato	gr 10

Sale iodurato fine	gr 0,3
SCALOPPINA DI TACCHINO AI CARCIOFI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 180
Carciofi a spicchi	gr 30
Farina	gr 40
Sale iodurato fine	gr 0,10
Aglione	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Brodo vegetale	cc 5
Vino bianco	cc 4
ARROSTO DI TACCHINO ALLE ERBE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Fesa Tacchino frs	gr 180
Succo di limone	cc 10
Vino bianco	cc 10
Cipolla	gr 5
Farina di frumento 0	gr 2
Timo	gr 2
Rosmarino frs	gr 1
Salvia frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10
STRACOTTO DI MANZO CON POLENTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone -Campanello	gr 200
Acqua	cc 40
Misto per soffritto	gr 30
Vino rosso	cc 15
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Chiodi di garofano	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Farina di mais	gr 25
Sale iodurato fine	gr 0,1
STRACCETTI DI MANZO CON PEPERONI E CIPOLLA IN AGRODOLCE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Vitellone - Scamone frs	gr 150
Cipolle	gr 40
Peperoni	gr 40
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Farina di frumento 0	gr 2
Prezzemolo frs	gr 1
Aceto bianco	cc 1
Zucchero	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,10

SECONDI DI PESCE

FILETTO DI BROTLA AL POMODORO FRESCO E ORIGANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Filetti di brotula	gr 160
Pomodori	gr 30
Vino bianco	cc 7
Prezzemolo frs	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Origano	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 160
Pane grattugiato	gr 160
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 3
Aglione frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI MERLUZZO AL FORNO IN VERDE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 160
Olive nere denocciolate	gr 10
Prezzemolo frs	gr 15

Vino bianco	cc 15
Capperi sottosale	gr 10
Pomodori ciliegino	gr 10
Cipolla	gr 8
Aglione frs	gr 2
Peperoncino macinato	gr 0,1
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI MERLUZZO IN CROCCANTE DI VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 160
Peperoni	gr 30
Zucchine	gr 30
Melanzane	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Farina di frumento 0	gr 30
Aglione frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
MERLUZZO AL FORNO CON ZUCCHINE E MENTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 170
Zucchine frs	gr 20
Vino bianco	cc 7
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Aglione frs	gr 1
Menta	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Pepe nero	gr 0,5
MERLUZZO ALLA LIVORNESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 170
Polpa di pomodoro	gr 40
Prezzemolo	gr 0,5

Farina	gr 3
Aglione	gr 0,2
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	cc 5
MERLUZZO POMODORINI E OLIVE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Merluzzo filetti	gr 170
Olive nere denocciolate	gr 12
Pomodoro in scatola	gr 10
Farina di frumento tipo '0'	gr 4
Cipolla	gr 2
Aglione fresco	gr 0,50
Olio extra vergine d'oliva	cc 8
Brodo vegetale	cc 8
Vino bianco	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,10
NASELLO ALLA PUGLIESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Nasello filetti	gr 160
Olive nere denocciolate	gr 10
Pomodori polpa	gr 10
Vino bianco	cc 10
Pasta d'acciughe	gr 4
Prezzemolo frs	gr 3
Aglione frs	gr 1
Origano	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Sale iodurato fine	gr 0,01
NASELLO CON ZUCCHINE E PEPE ROSA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Nasello filetti	gr 160
Zucchine	gr 70
Olio extra vergine di oliva	cc 5

Vino bianco	cc 7
Prezzemolo frs	gr 0,5
Aglione frs	gr 0,5
Pepe rosa	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI PERSICO IN CROSTA DI MAIS	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Filetto Pesce Persico	gr 160
Farina di mais	gr 30
Farina di frumento 0	gr 6
Grana Padano	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 4
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI PERSICO AL POMODORO FRESCO E OLIVE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Filetto Pesce Persico	gr 160
Pomodori	gr 20
Olive verdi	gr 10
Vino bianco	cc 7
Prezzemolo frs	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Aglione frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
PERSICO LIMONE E PREZZEMOLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Persico filetti	gr 160
Vino bianco	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Succo di limone	cc 2
Sale iodurato fine	gr 0,01

SCORFANO ZUCCHINE E ZAFFERANO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Scorfano filetti	gr 180
Zucchine	gr 80
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Prezzemolo frs	gr 5
Aglione frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
SCORFANO AL POMODORO FRESCO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Scorfano filetti	gr 180
Pomodori	gr 30
Pane grattugiato	gr 8
Prezzemolo frs	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe nero	gr 0,5
Origano	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
SCORFANO AL FORNO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Scorfano filetti	gr 180
Farina di frumento tipo '00'	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Succo di limone	cc 10
Pepe nero	gr 0,5
Prezzemolo frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI SCORFANO GRATINATO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Scorfano filetti	gr 180
Pane grattugiato	gr 16
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 3

Aglione frs	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI SGOMBRO AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Sgombro filetti	gr 200
Aglione frs	gr 1
Succo di limone	cc 4
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Prezzemolo frs	gr 1,5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI SGOMBRO CON RUCOLA E POMPENMO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Sgombro filetti	gr 160
Pompelmo	gr 30
Rucola	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
FILETTO DI TILAPIA AL SALMORIGLIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Filetto di Tilapia	gr 160
Acqua	cc 10
Succo di limone	cc 10
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglione frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 2
Origano	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
VERDESCA AI FERRI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Verdesca	gr 200
Vino bianco	cc 8
Succo di limone	cc 4

Olio extra vergine di oliva	cc 2
Prezzemolo frs	gr 1,5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
VERDESCA ALLE MELANZANE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Verdesca	gr 170
Melanzane grigliate	gr 40
Pomodori	gr 20
Prezzemolo frs	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglione frs	gr 1
Origano	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
VERDESCA ALLA PUGLIESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Verdesca	gr 170
Olive nere denocciolate	gr 10
Pomodori polpa	gr 10
Vino bianco	cc 10
Pasta d'acciughe	gr 4
Prezzemolo frs	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglione frs	gr 1
Origano	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
VERDESCA ALLA SICILIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Verdesca	gr 170
Pomodoro polpa	gr 50
Olive nere denocciolate	gr 12
Capperi sottosale	gr 6
Vino bianco	cc 5

Pasta d'acciughe	gr 4
Farina di frumento 0	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01

SECONDI A BASE DI UOVA

FRITTATA CON: ASPARAGI O CARCIOFI O SPINACI O ZUCCHINE O VERDURE o FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
--	--------------------------------

Uova pastorizzate	gr 90
Verdure varie o funghi	gr 60
Grana Padano	gr 10
Latte p.s	cc 5
Prezzemolo frs	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1

FRITTATA AI FORMAGGI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
-----------------------------	--------------------------------

Uova pastorizzate	gr 90
Grana Padano	gr 20
Latte P.S. UHT	cc 20
Emmenthal	gr 10
Farina di frumento 0	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1

UOVA AL FORNO NEL LETTO DI SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
---	--------------------------------

Uova con guscio	gr 120
Spinaci	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aceto bianco	cc 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1

SECONDI ELABORATI

ENCHILLADAS AL FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Tortillas	gr 90
Ricotta	gr 60
Emmenthal	gr 10
Pomodori polpa	gr 10
Cipolla	gr 6
Origano	gr 1
Pepe nero	gr 1
Peperoncino macinato	gr 0,1
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
COUS COUS PISELLI E GAMBERI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Cous cous	gr 80
Gamberi	gr 80
Piselli	gr 80
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Prezzemolo frs	gr 2
Curry polvere	gr 1
Paprika dolce	gr 1
Zafferano	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,1
FLAN DI CAROTE E ZUCCHINE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Zucchine	gr 60
Carote	gr 60
Latte P.S. UHT	cc 40
Misto uovo	gr 30
Cipolla	gr 12
Grana padano	gr 10
Burro	gr 8
Farina di frumento 0	gr 6
Pane grattugiato	gr 4

Olio extra vergine di oliva	cc 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
MEDAGLIONI DI COUS COUS ZUCCA E LENTICCHIE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucca	gr 40
Ricotta	gr 20
Acqua	gr 20
Lenticchie secche	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 15
Pane grattugiato	gr 15
Cous cous	gr 10
Cipolla	gr 5
Alloro	gr 0,5
Rosmarino frs	gr 0,5
Noce moscata	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
MELANZANE ALLA PARMIGIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Melanzane frs	gr 180
Mozarella	gr 30
Pomodori polpa	gr 25
Grana padano	gr 20
Farina di frumento	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 10
Cipolla	gr 8
Basilico	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
PROVOLA AFFUMICATA ALLA PIASTRA CON CICORIA E POMODORINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Provola affumicata	gr 110
Cicoria	gr 50
Pomodori ciliegino	gr 25
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglio frs	gr 0,5

Peperoncino macinato	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
STRUDEL DI PATATE, POMODORO E MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta sfoglia surg	gr 80
Patate	gr 50
Pomodori	gr 40
Mozzarella filone	gr 20
Grana Padano	gr 5
Misto uovo	gr 5
Origano	gr 2
Pepe nero	gr 0,5
Olio extra vergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
STRUDEL DI RADICCHIO E MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pasta sfoglia surg	gr 80
Radicchio rosso	gr 60
Mozzarella cubettata	gr 30
Vino rosso	cc 10
Cipolla	gr 5
Grana padano	gr 5
Misto uovo	gr 5
Pepe nero	gr 0,5
Noce moscata	gr 0,1
Olio extra vergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
HAMBURGER VEGETARIANO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 100
Carote	gr 40
Zucchine	gr 40
Piselli	gr 20
Grana Padano	gr 3
Pane grattugiato	gr 3

Misto uovo	gr 3
Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
HAMBURGER VEGETARIANO CON OLIVE E CARCIOFI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Burger vegetali	gr 110
Pomodori	gr 20
Carciofi	gr 20
Olive nere denocciolate	gr 10
Carote	gr 10
Sedano frs	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Cipolla	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
CROCCHETTE DI LEGUMI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 70
Ceci secchi	gr 42
Uovo misto pastorizzato	gr 15
Grana padano grattugiato	gr 7
Olio extra vergine d'oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
Pane grattugiato	gr 10
Latte p.s.	cc 5
SFORMATO RICOTTA E SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Spinaci	gr 50
Ricotta	gr 40
Uovo misto pastorizzato	gr 40
Latte P.S. UHT	cc 40
Grana padano	gr 6
Cipolla	gr 5
Pane grattugiato	gr
Farina di frumento 0	gr 4
Olio extra vergine d'oliva	cc 3

Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTINO AI BROCCOLI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Broccoli	gr 230
Misto uovo	gr 30
Latte P.S. UHT	cc 26
Edamer	gr 6
Grana Padano	gr 4
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Farina di frumento 0	gr 1,5
Aglione frs	gr 1
Burro	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1
GATEAU DI PATATE VEGETARIANO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Patate	gr 160
Spinaci	gr 40
Mozzarella	gr 15
Grana Padano	gr 10
Misto uovo	gr 10
Pane grattugiato	gr 6
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
TORTINO DI VERDURE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Misto uovo	gr 30
Bietole erbette	gr 30
Emmenthal	gr 20
Ricotta	gr 20
Latte P.S. UHT	cc 20
Patate	gr 20
Grana Padano	gr 6
Carote	gr 4

Cipolla	gr 4
Aglione frs	gr 2
Burro	gr 2
Farina di frumento 0	gr 2
Pane grattugiato	gr 2
Olio extra vergine d'oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
PEPERONI RIPIENI ALLA RICOTTA E PROSCIUTTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Peperoni rossi e gialli	gr 70
Ricotta vaccina pastorizzata	gr 20
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 20
Prosciutto cotto	gr 20
Pane grattugiato	gr 18
Grana padano	gr 10
Prezzemolo	gr 0,50
Aglione fresco	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
POLPETTINE DI RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Ricotta	gr 100
Pane grattugiato	gr 15
Grana padano	gr 5
Uova pastorizzate	gr 15
Latte p.s.	cc 5
Olio extra vergine d'oliva	cc 5
POMODORI RIPIENI ALLA RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori a grappoli (maturi)	gr 70
Ricotta vaccina pastorizzata	gr 20
Uovo fresco intero pastorizzato	gr 12
Pane grattugiato	gr 10
Grana padano	gr 5
Olio extra vergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,10

RICOTTA AL FORNO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Ricotta	gr 100
Semi di sesamo	gr 10
Misto uovo	gr 3
Olio extra vergine di oliva	cc 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
TORTINO DI SPINACI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Ricotta	gr 100
Spinaci	gr 35
Grana padano	gr 10
Cipolla	gr 6,5
Uova pastorizzate	gr 15
Latte p.s.	cc 10
Pane grattugiato	gr 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTINO DI FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Patate	gr 50
Funghi surgelati	gr 30
Uova pastorizzate	gr 30
Grana padano	gr 10
Latte p.s.	cc 25
Olio extra vergine di oliva	cc 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUCCHINE RIPIENE CON CARNE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Zucchine	gr 70
Vitellone - Reale frs	gr 30
Pane grattugiato	gr 15
Uova pastorizzate	gr 10
Grana padano	gr 50
Noce moscata	gr 0,1

Latte p.s.	cc 15
Misto uovo	gr 8
Cipolla Battuto	gr 6
Sale iodurato fine	gr 0,1
TORTINO RICOTTA E SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Ricotta	gr 100
Spinaci	gr 35
Uova	gr 20
Parmigiano Reggiano	gr 15
Pan grattato	gr 10
Cipolla	gr 10
Olio extra vergine di oliva	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
FOCACCE/PIZZE	
FOCACCIA VEGETARIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Base per focaccia bianca	110 gr
Mozzarella cubettata	gr 50
Zucchine grigliate	gr 30
Melanzane grigliate	gr 30
Olio extra vergine di oliva	gr 1
PIZZA ALLE VERDURE GRIGLIATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Base per pizza	gr 110
Mozzarella filone	gr 30
Zucchine grigliate	gr 20
Peperoni grigliati	gr 20
Melanzane grigliate	gr 20
Pomodoro Polpa	gr 20
Sale iodurato fine	gr 0,1
PIZZA MARGHERITA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Base per pizza	gr 110
Mozzarella filone	gr 50

Polpa di pomodoro	gr 50
Olio extra vergine di oliva	cc 9
Origano	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,1

SECONDI FREDDI

CAPRESE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
----------------	--

Mozzarella	gr 100
Pomodoro	gr 40
Olive nere	gr 30
Basilico	gr 1
Origano	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1

CAPRESE DI PATATE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
--------------------------	--

Mozzarella	gr 100
Patate	gr 40
Pomodoro	gr 30
Olive nere	gr 10
Basilico	gr 1
Origano	gr 1
Olio extra vergine di oliva	cc 6
Sale iodurato fine	gr 0,1

RICOTTA E VERDURE GRIGLIATE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
------------------------------------	--

Robiola	gr 100
Peperoni	gr 50
Zucchine	gr 50
Melanzane	gr 50
Cipolla	gr 30
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,01

ROBIOLA E VERDURE GRIGLIATE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
------------------------------------	--

Robiola	gr 100
Peperoni	gr 50
Zucchine	gr 50
Melanzane	gr 50
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Prezzemolo frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
SPECK E PROVOLA AFFUMICATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Speck	gr 50
Provola affumicata	gr 50
ROLLÉ DI MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Mozzarella sfoglia	gr 80
Prosciutto cotto	gr 40
Lattuga	gr 20
PRIMO SALE, RUCOLA, MIELE E NOCI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Primo sale	gr 100
Rucola	gr 15
Miele	gr 12
Noci sgusciate	gr 10
PRIMO SALE, RUCOLA, POMODORINI E OLIVE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Primo sale	gr 100
Rucola	gr 15
Olive nere denocciolate	gr 15
Pomodori ciliegino	gr 20
Insalata lattuga	gr 15
TACCHINO CON SALSA TARTARA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Tacchino fesa frs	gr 100
Maionese	gr 30
Uova con guscio	gr 10
Cetrioli sott'aceto	gr 5
Capperi sottosale	gr 5

Prezzemolo frs	gr 5
Senape	gr 4
Brandy	cc 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA GRECA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Cetrioli	gr 50
Pomodori	gr 50
Olive nere	gr 20
Peperoni	gr 30
Formaggio Feta	gr 30
Cipolla	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Origano	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA NIZZARDA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Uova con guscio	gr 30
Tonno all'olio d'oliva	gr 30
Pomodori	gr 30
Fagiolini	gr 30
Patate	gr 30
Olive nere denocciolate	gr 5
Olive verdi denocciolate	gr 5
INSALATA DI POLLO E FUNGHI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 100
Funghi champignon al naturale	gr 40
Sedano frs	gr 40
Maionese	gr 30
Succo di limone	cc 12
Prezzemolo frs	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe nero	gr 0,5

Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA DI POLLO, ANANAS E RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 120
Ananas	gr 40
Rucola	gr 15
Carote	gr 15
Mandorle pelate	gr 10
Olio	cc 5
Succo di limone	cc 2
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA DI POLLO, MANDORLE E FAGIOLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carne Avicola - Petto Pollo frs	gr 100
Fagiolini	gr 40
Olive nere	gr 10
sedano frs	gr 10
Pomodoro ciliegino	gr 10
Mandorle pelate	gr 10
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA DI SEPIE E FAGIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Seppie	gr 200
Cannellini	gr 30
Pomodori ciliegino	gr 15
Prezzemolo frs	gr 5
Succo di limone	cc 6
Olio extra vergine di oliva	cc 3
Aglio frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01

INSALATA DI TOTANI E PATATE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Totani fettuccine	gr 200
Patate	gr 90
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Aglio frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 2
Paprika dolce	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
INSALATA DI PRIMO SALE, CECI E POMO- DORINI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Formaggio Primo sale	gr 80
Ceci cotti	gr 60
Tonno all'olio d'oliva	gr 20
Pomodoro fresco	gr 60
Basilico	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Olio extra vergine di oliva	cc 5
INSALATA DELICATA AL TONNO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Tonno all'olio d'oliva	gr 50
Radicchio Rosso	gr 50
Indivia Belga	gr 30
Uova sode	gr 30
Edamer	gr 30
Noci sgusciate	gr 15
SALADE CON PROSCIUTTO COTTO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Prosciutto cotto	gr 40
Mozzarella	gr 60
Pomodori	gr 60
Carote	gr 30
Insalata Lattuga	gr 20
Peperoni	gr 20
COCKTAIL DI RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE

Rucola	gr 30
Uova con guscio	gr 60
Insalata Lattuga	gr 30
Formaggio Edamer	gr 30
Prosciutto Cotto a julienne	gr 20
Speck a julienne	gr 15
Pancetta Piacentina a julienne	gr 15
ROAST BEEF DI VITELLONE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Vitellone - Girello frs	gr 150
Vino bianco	cc 5
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Pepe nero	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
LOMBO DI MAIALE TONNATO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Suino - Lombo s/o fresco	gr 130
Tonno all'olio d'oliva	gr 20
Maionese	gr 10
Vino bianco	cc 10
Capperi sottosale	gr 3
Pasta di Acciughe	gr 3
Olio extra vergine di oliva	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,01
PROSCIUTTO CRUDO CON PERE E CREMA AL FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Prosciutto crudo	gr 50
Pere	gr 40
Grana Padano	gr 15
Mascarpone	gr 10
Panna Fresca	gr 10
FETTUCCHINE DI TOTANO AL VERDE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Totani, fettuccine	gr 200
Insalata Lattuga	gr 15

Zucchine	gr 15
Olio extra vergine di oliva	cc 8
Succo di limone	cc 5
Aceto bianco	cc 4
Senape	gr 2,5
Prezzemolo frs	gr 1
Pepe nero	gr 0,5
Sale iodurato fine	gr 0,01
SALADE DI TONNO E MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Tonno all'olio d'oliva	gr 50
Mozzarella	gr 50
Pomodori rossi	gr 50
Fagioli spagna	gr 40
Olive verdi denocciolate	gr 20
Insalata lattuga	gr 20
Cetrioli	gr 10
FORMAGGI	
ASIAGO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Asiago	gr 120
CRESCENZA/STRACCHINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Crescenza	gr 100
EMMENTHAL	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Emmenthal	gr 120
TALEGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Taleggio	gr 120
BRIE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Brie	gr 120
CACIOTTA STAGIONATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Caciotta	gr 100
ITALICO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Italico	gr 120
FORMAGGIO SPALMABILE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Formaggio spalmabile	gr 100
MOZZARELLA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Mozzarella	gr 125
PRIMO SALE	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Primo sale	gr 120
ROBIOLA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Robiola	gr 100
RICOTTA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Ricotta	gr 100
SALUMI	
BRESAOLA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Bresaola	gr 80
COPPA PIACENTINA DOP	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Coppa piacentina DOP	gr 100
PROSCIUTTO COTTO SENZA POLIFOSFATI	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Prosciutto cotto	gr 100
PROSCIUTTO CRUDO DI PARMA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Prosciutto crudo di Parma	gr 80
PROSCIUTTO DI PRAGA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Prosciutto di Praga	gr 100

SPECK	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Speck	gr 90
MORTADELLA	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Mortadella	gr 100
PORCHETTA ARROSTO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Porchetta	gr 100
SALAME	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Salame	gr 90
ARROSTO DI TACCHINO AFFETTATO	QUANTITA' PER 1 RA- ZIONE
Tacchino arrosto affettato	gr 100

CONTORNI COTTI

BIETOLE AGLIO E OLIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Bietola surgelata	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 6
Agllo frs	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,1
BIETOLE ALL'AGRO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Bietola surgelata	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 6
Succo di limone	cc 3
Sale iodurato fine	gr 0,1
BROCCOLI ALL'AGRO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Broccoli surg	gr 150
Olio extravergine di oliva	cc 5
Agllo frs	gr 2
Prezzemolo frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
CAPONATA DI VERDURE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucchine	gr 50
Carote	gr 50
Cavolfiori	gr 50
Piselli	gr 50
Pomodori polpa	gr 40
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Origano	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
CAROTE BRASATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote fresche o surgelate	gr 200
Olio di oliva extravergine	cc 6
Prezzemolo	gr 1
Agllo	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
Brodo vegetale	cc 15
CAROTE CURRY E CUMINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Carote a rondelle surgelate	gr 175
Olio di oliva extravergine	gr 100
Curry	gr 0,01
Prezzemolo	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
CAROTE AL PREZZEMOLO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote a rondelle surgelate	gr 175
Olio di oliva extravergine	gr 5
Prezzemolo	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,10
CAROTE TRIFOLATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 4
Prezzemolo	gr 1
Aglione	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
CAROTE AL VAPORE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote fresche o surgelate	gr 160
CAVOLFIORE BURRO E FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Cavolfiore	gr 150
Grana Padano	gr 80
Burro	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
CAVOLFIORE AI CAPPERI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Cavolfiore	gr 150
Capperi sotto sale	gr 80
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Prezzemolo frs	gr 1
Aglione frs	gr 0,1
Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,1
CAVOLFIORE AL VAPORE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Cavolfiore	gr 170
CAVOLINI DI BRUXELLES SALTATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE

Cavolini di Bruxelles	gr 150
Pomodori	gr 20
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Prezzemolo frs	gr 2
Aglione frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,01
CICORIA AGLIO, OLIO E PEPERONCINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Cicoria Surg	gr 200
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Aglione frs	gr 2
Peperoncino macinato	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
FAGIOLINI AL ROSMARINO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagiolini	gr 150
Olio extra vergine di oliva	cc 12,5
Aceto bianco	cc 4
Rosmarino frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
FAGIOLINI BURRO E FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagiolini	gr 150
Burro	gr 5
Grana Padano	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
FINOCCHIO AL FORNO ALLE ERBE AROMATICHE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Finocchi surgelati	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Maggiorana secca	gr 1
Salvia frs	gr 1
Timo	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
FINOCCHI BURRO E FORMAGGIO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Finocchi surgelati	gr 180
Grana Padano	gr 80
Burro	gr 5

Sale iodurato fine	gr 0,1
FINOCCHI GRATINATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Finocchi surgelati	gr 180
Burro	gr 20
Grana Padano	gr 4
Olio extravergine d'oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
MELANZANE TRIFOLATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Melanzane frs	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 5
Prezzemolo	gr 2
Aglione frs	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE ALL'ALLORO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Alloro frs	gr 30
Pepe nero	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE ARROSTO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio di semi di arachidi	cc 15
Sale iodurato fine	gr 2
PATATE AL BACON	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Pancetta Affumicata / Bacon	gr 20
Cipolla	gr 20
Olio extravergine di oliva	cc 4
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE ALLA CONTADINA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Pomodori polpa	gr 20
Olio di semi di girasole	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,1

PATATE AL TIMO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Timo	gr 2
Pepe nero	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE FRITTE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate stick prefritte	gr 170
Olio di semi di arachidi	cc 10
Sale iodurato fine	gr 1
PATATE LESSE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio di oliva extravergine	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE LIMONE E MENTUCCIA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Menta frs	gr 30
Succo di limone	cc 2
Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,01
PATATE ALLA LIONESE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Cipolla	gr 50
Panna UHT	gr 20
Grana Padano	gr 100
Olio extra vergine di oliva	cc 7
Burro	gr 30
Pepe nero	gr 0,50
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE ALLA MAGGIORANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Maggiorana secca	gr 2

Pepe nero	gr 0,01
Sale iodurato fine	gr 0,1
PATATE ALLA PAPRIKA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Olio di semi di arachidi	cc 4
Paprika dolce	gr 1
Paprika forte	gr 1
Sale iodurato fine	gr 1
PATATE PREZZEMOLATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Patate	gr 180
Prezzemolo	gr 30
PEPERONI SOFFOCATI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Peperoni a falde	gr 150
Aceto bianco	cc 10
Cipolla	gr 100
Prezzemolo frs	gr 2
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Zucchero	gr 30
Sale iodurato fine	gr 0,1
PISELLI AL POMODORO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Piselli surgelati	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 10
Cipolla	gr 80
Pomodori polpa	gr 30
Prezzemolo frs	gr 2
Sale iodurato fine	gr 0,1
PURE' DI PATATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Acqua	cc 120
Burro	gr 4
Latte	cc 60
Sale iodurato fine	gr 0,1
Patata disidratata	gr 26
RADICCHIO GRATINATO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Radicchio Rosso	gr 150

Pane grattugiato	gr 100
Olio extravergine di oliva	cc 5
Maggiorana secca	gr 1
Sale iodurato fine	gr 0,1
SPINACI ALLA PARMIGIANA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Spinaci surgelati	gr 200
Grana Padano	gr 100
Burro	gr 5
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUCCA AL FORNO	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucca	gr 180
Olio extra vergine di oliva	cc 5
Sale iodurato fine	gr 0,01
ZUCCHINE GRATINATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucchine fresche o surgelate	gr 150
Olio di oliva extravergine	cc 6
Prezzemolo	gr 5
Pane grattugiato	gr 5
Aglione	gr 0,1
Sale iodurato fine	gr 0,1
ZUCCHINE TRIFOLATE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Zucchine fresche o surgelate	gr 200
Aglione frs	gr 1
Prezzemolo frs	gr 2
Olio extravergine d'oliva	cc 10
Sale iodurato fine	gr 0,1
VERDURA COTTA CAVOLFIORE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Cavolfiore	gr 170
VERDURA COTTA FAGIOLINI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Fagiolini surgelati	gr 160
VERDURA COTTA SPINACI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Spinaci surgelati	gr 200
CONTORNI CRUDE	

CAROTE ALLA JULIENNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Carote fresche	gr 150
INSALATA MISTA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori	gr 80
Insalata verde	gr 40
Carote	gr 30
INSALATA VERDE (DI STAGIONE)	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalate di stagione	gr 70
INSALATA VERDE E CETRIOLI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 40
Cetrioli	gr 30
INSALATA VERDE E POMODORI	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 40
Pomodori	gr 120
INSALATA VERDE E RUCOLA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 40
Rucola	gr 30
INSALATA VERDE E ZUCCHINE JULIENNE	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Insalata verde	gr 40
Zucchine fresche	gr 30
POMODORI IN INSALATA	QUANTITA' PER 1 RAZIONE
Pomodori	gr 180

