

COMUNE DI PREGNANA
Servizio di Refezione Scolastica

MENU INVERNALE 2016-2017
Dal 24/10/2016 al 14/4/17

SCUOLE: INFANZIA, PRIMARIA, SECONDARIA 1° gr

	Prima settimana	Seconda settimana	Terza settimana	Quarta settimana
Lunedì	pasta al pesto frittata al formaggio Carote julienne frutta di stagione	ravioli di magro olio e grana bastoncini di merluzzo finocchi in insalata frutta di stagione	pasta integrale al ragù di verdure prosciutto cotto cavolfiore gratinato frutta di stagione	risotto ai formaggi affettato di tacchino finocchi in insalata frutta di stagione
Martedì	risotto alla zucca* filetto di merluzzo alla livornese finocchi in insalata frutta di stagione	pasta al pomodoro striscioline di pollo erbette olio e grana frutta di stagione	crema di piselli e patate con pasta cosce di pollo al forno* cavolo cappuccio frutta di stagione	pasta alla mimosa frittata alle erbe carote julienne* frutta di stagione
Mercoledì	pasta al ragù provone (1/2 porzione) Insalata verde budino	pastina in brodo gateau di patate carote julienne succo di frutta	risotto allo zaferano arrosto di lonza all'aceto balsamico tris di verdure brasate frutta di stagione	crema di ceci con pasta hamburger di manzo con ketchup Insalata verde e mais frutta di stagione
Giovedì	pasta in crema di broccoli cotoletta di lonza panata piselli agli aromi frutta di stagione	pasta agli aromi bocconcini di vitellone insalata mista invernale frutta di stagione	gnocchetti sardi ricotta e speck striscioline di totano gratinate insalata ricca invernale frutta di stagione	riso all'olio bocconcini di pollo al curry carote e fagiolini all'olio yogurt BIO
Venerdì	vellutata di verdure con orzo arrosto di tacchino all'arancia patate al forno frutta di stagione	risotto pomodoro e lenticchie mozzarella fagiolini all'olio frutta di stagione	gnocchi in salsa aurora primo sale carote julienne yogurt BIO	pasta agli aromi filetti di pangasio panato purè di patate frutta di stagione

* Da Febbraio risotto carote e porri

*Per Infanzia Bocconcini di pollo

*Per infanzia: carote all'olio

PANE Tipo 00 e Pane integrale - pezzatura gr 50 (Pane integrale 1 volta alla settimana)

Frutta di stagione: mele, pere, arance, clementine, kiwi, mapo, mikawa

Banana: 2 volte al mese

N.B. Prosciutto cotto senza polifosfati e glutammati.

Prodotti BIO: pasta secca, piselli, carote e fagiolini surgelati, minestrone surgelato, pomodori pelati, farina tipo "00"

COMUNE DI PREGNANA
Servizio di Refezione Scolastica

MENU ESTIVO 2017
Dal 20/4 al 20/10/2017

SCUOLE: INFANZIA, PRIMARIA, SECONDARIA 1° gr

GIORNO	1a SETTIMANA	2a SETTIMANA	3a SETTIMANA	4a SETTIMANA
LUNEDI'	ravioli di magro al pomodoro tonno all'olio di oliva Pomodori in insalata Frutta di stagione MENU' PIZZA PER PRIMARIA	gnocchi al pomodoro mozzarella insalata ricca Budino MENU' PIZZA PER INFANZIA E SECONDARIA	pasta ricotta e zafferano hamburger di manzo con ketchup carote julienne Frutta di stagione	riso alla cantonese Provolone (1/2 porzione) Fagiolini all'olio Frutta di stagione
MARTEDI'	pasta agli aromi Rolle di frittata al prosciutto Carote julienne Frutta di stagione	Riso all'inglese bocconcini di pollo panati al rosmarino erbette olio e grana Frutta di stagione	risotto in crema di zuccchine Rolle di ceci pomodori in insalata Frutta di stagione	pasta al pesto arrosto di tacchino agli aromi zucchine al forno Frutta di stagione
MERCOLEDI'	pasta pasticciata -- insalata verde con carote e cetrioli Gelato	Pasta pomodoro fresco e basilico Arrosto di lonza alla pizzaiola Carote julienne Frutta di stagione	Pasta aglio, olio e grana cosce di pollo al forno* Insalata verde e mais Frutta di stagione	Pasta tonno e pomodoro Striscioline di totano gratinate pomodori all'origano Frutta di stagione
GIOVEDI'	Risotto allo zafferano spezzatino di vitello Piselli Frutta di stagione	pasta speck e zuccchine Cotoletta di merluzzo Pomodori in insalata Frutta di stagione	Bruschette al pomodoro** prosciutto cotto Patate Succo di frutta	crema di carote con orzo* arrosto di lonza al latte patate al forno Frutta di stagione
VENERDI'	vellutata di verdure con orzo Bocconcini di pollo curry patate al forno Frutta di stagione	Pasta al pesto Tortino di legumi Insalata verde Frutta di stagione	pasta integrale alla norma Filetto di pangasio panato insalata ricca Frutta di stagione	Pasta al ragu con piselli -- Insalata ricca Gelato

* Per infanzia: pasta al pomodoro fresco cubettato

** Per infanzia: bocconcini di pollo agli aromi

* Per Secondaria: con crostini

PANE Tipo 00 e Pane Integrale (pezzatura gr 50)

Frutta di stagione: pesche, albicocche, uva, prugne, mele, pere, banane (2 volte al mese)

Menù Pizza: Pizza Margherita, secondo (mezza porzione) e contorno di giornata

Prosciutto cotto senza polifosfati e glutammati. Budino Fresco, ottenuto con latte fresco pastorizzato di Alta Qualità

Prodotti BIO: pasta secca, yogurt, piselli, carote e fagiolini surgelati, minestrone surgelato, pomodori pelati, farina tipo "00"

PREGNANA_Menù invernale 2016-17

Primi Piatti con Pasta

Gnocchetti sardi ricotta e speck

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Gnocchetti sardi	75	85	95	110
Ricotta	20	25	30	40
Speck IGP	10	15	20	20
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Latte UHT p.s.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	65	75	80	100
Olio extravergine di oliva	7	8	9	10
Salvia e rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta al pesto

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	65	75	80	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Pesto confezionato	15	18	20	25
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta al pomodoro

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	65	75	80	100
Pomodori pelati	60	80	100	110
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta al ragù

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	70	80	90	100
Pomodori pelati	60	80	100	110
Vitellone (Reale)	20	25	30	35
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	1	2	2	3
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta alla mimosa

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	65	75	80	100
Zafferano	0,03	0,03	0,04	0,04
Besciamella preparata con:				
Latte UHT p.s.	50	60	70	70
Burro	5	7	8	10
Farina tipo "00"	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta in crema di broccoli

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	65	75	80	100
Broccoli	60	70	80	100
Olio extravergine di oliva	10	13	15	20
Aglione	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta integrale al ragù di verdure

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta integrale di semola di grano duro	65	75	80	100
Carote*	10	15	15	20
Piselli*	20	25	30	30
Zucchine*	20	25	30	30
Pomodori pelati	30	40	40	50
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Primi Piatti con Riso**Riso all'inglese**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	60	70	80	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6
Parmigiano Reggiano DOP	6	7	8	10

Risotto ai formaggi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	55	65	75	90
Italice	10	12	15	17
Edamer	10	12	15	17
Olio extravergine di oliva	1	2	2	3
Burro	3	4	5	5
Latte UHT p.s.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Risotto alla zucca

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	55	65	75	90
Zucca gialla	40	45	50	50

Olio extravergine di oliva	2	2	2	3
Burro	2	3	4	4
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Risotto allo zafferano

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	60	70	80	100
Zafferano	0,03	0,03	0,04	0,04
Burro	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	2	2	3	4
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Risotto carote e porri

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	55	65	75	90
Carote	30	35	40	45
Porri	10	12	15	20
Olio extravergine di oliva	1	2	2	2
Burro	3	3	4	4
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Risotto pomodoro e lenticchie

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	4	5	5	6
Lenticchie secche	15	15	20	25
Pomodori pelati	20	20	30	30
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Primi Piatti In Brodo

Crema di patate, carote e ceci con pasta

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	30	40	50	55
Ceci	10	15	20	25
Patate	45	50	55	60
Carote*	30	30	35	35
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Crema di piselli e patate con pasta

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
--------------------	-----------------	------------------	-----------------	-------------------

Pasta di semola di grano duro	25	30	35	45
Patate	60	65	70	75
Piselli*	40	40	45	45
Olio extravergine di oliva	4	5	6	6
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pastina in brodo

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	40	50	55	60
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Vellutata di verdure con orzo

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Orzo perlato	20	25	30	35
Patate	20	25	30	35
Verdure miste*	70	90	115	120
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	4	4	6
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Primi Piatti Speciali

Gnocchi in salsa aurora

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Gnocchi con patate	150	180	220	250
Pomodori pelati	40	60	80	90
Olio extravergine di oliva	1	2	2	3
Besciamella preparata con:				
Latte UHT p.s.	30	40	45	50
Burro	3	4	4	5
Noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Farina tipo "00"	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Ravioli di magro olio e grana

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Ravioli di magro	100	120	160	200
Olio extravergine di oliva	6	8	10	15
Parmigiano Reggiano DOP	6	7	8	10

Secondi Piatti a base di Uova

Frittata al formaggio

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Misto d'uovo pastorizzato	55	75	95	105
Parmigiano Reggiano DOP	2	3	3	5
Asiago DOP	15	20	20	25

Olio extravergine di oliva	3	4	4	5
Latte UHT p.s.	6	7	9	9

Frittata alle erbe

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Misto d'uovo pastorizzato	50	70	90	100
Parmigiano Reggiano DOP	2	3	3	5
Erbette (biete)*	15	20	20	25
Olio extravergine di oliva	3	4	4	5
Latte UHT p.s.	6	7	9	9
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti con Formaggi

Mozzarella

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Mozzarella	65	80	90	130

Primo sale

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Primo Sale	60	75	80	120

Provolone

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Provolone	55	60	80	90

Secondi Piatti con Salumi

Affettato di tacchino

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Affettato di tacchino	50	60	80	90

prosciutto cotto

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Prosciutto cotto	50	60	80	90

Secondi Piatti di Carne (Avicoli)

Arrosto di tacchino all'arancia

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Fesa di tacchino	70	80	100	140
Olio extravergine di oliva	4	5	7	7
Succo di arancia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Bocconcini di pollo al curry

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Petto di pollo	70	80	100	140
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8
Curry in polvere	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Farina tipo "00"	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Cosce di pollo al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Cosce di pollo (peso lordo)	130	150	230	260
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti di Carne (Bovino)

Bocconcini di vitello

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Vitellone (Reale o Fesa)	90	100	120	140
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Hamburger di vitellone

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Vitellone (Fesa)	70	90	100	120
Olio extravergine di oliva	4	5	6	6
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti di Carne (Maiale)**Arrosto di lonza all'aceto balsamico**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Lonza di suino	80	90	100	140
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Aceto balsamico IGP	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Cotoletta di lonza impanata

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Lonza di suino	70	80	100	140
Olio extravergine di oliva	7	7	9	10
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Misto d'uovo pastorizzato	3	5	6	6

Secondi Piatti di Pesce**Bastoncini di merluzzo**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Bastoncini di merluzzo*	75	125	125	150
Olio extravergine di oliva	5	6	6	7

Filetto di merluzzo alla livornese

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Filetto di merluzzo*	85	95	120	140
Pomodori pelati	20	20	25	30
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olive nere	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Filetto di pangasio panato

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Filetto di pangasio*	85	95	120	140
Olio extravergine di oliva	5	6	7	7
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Misto d'uovo pastorizzato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Striscioline di totano gratinate

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
--------------------	-----------------	------------------	-----------------	-------------------

Fettuccine di totano*	130	150	200	300
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	4	4	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti Insoliti

Gateau di patate

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Patate	160	180	200	230
Prosciutto cotto Alta Qualità	20	30	40	40
Misto d'uovo pastorizzato	10	15	15	20
Edamer	10	15	15	20
Burro	4	5	5	6
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	5	6
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Latte UHT p.s.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Contorni Cotti (Patate)

Patate al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Patate	130	150	180	200
Olio extravergine di oliva	6	7	9	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Purè di patate

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Patate	140	150	180	200
Latte UHT p.s.	20	20	25	25
Burro	4	5	6	6
Parmigiano Reggiano DOP	2	2	3	3

Contorni Cotti e Legumi

Carote all'olio

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Carote*	80	100	120	150
Olio extravergine di oliva	5	6	7	10

Carote e fagiolini brasati

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Fagiolini*	35	40	50	60
Carote*	50	55	65	75
Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8

Cavolfiore gratinato

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Cavolfiore*	100	125	135	200
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	5	7	8	9

Erbette olio e grana

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
--------------------	-----------------	------------------	-----------------	-------------------

Erbette (biete)*	100	120	130	200
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Parmigiano Reggiano DOP	3	4	5	6

Fagiolini all'olio

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Fagiolini*	80	100	110	120
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8

piselli agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Piselli*	70	80	95	110
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8
Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Tris di verdure (patate, carote, piselli)

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Piselli*	20	20	30	40
Patate	40	45	45	80
Carote*	40	45	45	80
Olio extravergine di oliva	5	6	7	10
Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Contorni Crudi

Carote julienne

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Carote	60	70	80	150
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Cavolo cappuccio in insalata

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Cavolo cappuccio	50	70	100	130
Olio extravergine di oliva	5	6	7	10

Finocchi in insalata

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Finocchi	80	90	100	150
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Insalata mista invernale

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata rossa (Chioggia)	10	15	15	15
Insalata verde	15	20	20	30
Carote	20	25	30	40
Finocchi	20	20	30	40
Olio extravergine di oliva	5	6	8	9

Insalata ricca invernale

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	15	20	20	30
Insalata rossa (Chioggia)	10	15	15	20
Carote	10	20	20	30
Finocchi	20	20	30	40

Olive verdi	10	15	20	25
Mais	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	6	7	8	10

Insalata verde

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	40	50	60	70
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Insalata verde e mais

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	20	25	30	35
Mais	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Frutta, Dessert e Merende

Budino fresco

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Budino al cioccolato o alla vaniglia	130	130	130	130

Frutta di stagione

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Frutta di stagione	140	140	140	140

Succo e polpa di frutta

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Succo e polpa di frutta	200	200	200	200

Yogurt alla frutta

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Yogurt alla frutta	125	125	125	125

PREGNANA _menù estivo 16-17

Primi Piatti con Pasta

Pasta agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Olio extravergine di oliva	7	8	9	10
Salvia e rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta aglio, olio e grana

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Olio extravergine di oliva	8	10	12	14
Parmigiano Reggiano DOP	6	7	8	10
Aglione	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta al pesto

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Pesto confezionato	15	18	20	25
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

pasta al pomodoro fresco cubettato

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Pomodori	14	16	18	20
Olio extravergine di oliva	8	10	12	14

pasta al pomodoro fresco e basilico

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Pomodori	14	16	18	20
Olio extravergine di oliva	8	10	12	14
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta al ragù con piselli

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Pomodori pelati	60	80	100	110
Carne di vitellone (Reale)	40	50	60	70
Carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	1	2	2	3
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8
Piselli*	15	20	25	30

Pasta integrale alla Norma

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta integrale di semola di grano duro	60	70	90	100
Pomodori pelati	40	50	60	80
Melanzane	20	25	30	30
Olio extravergine di oliva	10	12	13	15
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Pasta ricotta e zafferano

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Ricotta	20	25	30	40
Zafferano	0,03	0,03	0,04	0,04
Olio extravergine di oliva	15	20	20	25
Latte UHT p.s.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta speck e zucchine

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Speck IGP	10	15	20	20
Zucchine*	30	40	50	60
Olio extravergine di oliva	7	8	9	10
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta tonno e pomodoro

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	60	70	90	100
Pomodori pelati	60	80	100	100
Tonno sott'olio	20	25	30	30
Olio extravergine di oliva	3	4	4	5
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Primi Piatti con Riso

Riso alla cantonese

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	50	60	70	80
Piselli*	10	13	15	18
Prosciutto cotto	20	25	30	35
Misto d'uovo pastorizzato	20	25	30	35
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6

Riso all'olio

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	60	70	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6
Parmigiano Reggiano DOP	6	7	8	10

Risotto allo zafferano

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
--------------------	-----------------	------------------	-----------------	-------------------

Riso parboiled	60	70	90	100
Zafferano	0,03	0,03	0,04	0,04
Burro	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	2	2	3	4
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Risotto in crema di zucchini

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Riso parboiled	60	70	90	100
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6
Burro	1	1	2	2
Zucchini	40	45	50	50
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Primi Piatti In Brodo

Crema di carote con crostini

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Crostini di pane	35	40	45	50
Patate	50	55	60	65
Carote*	40	40	45	45
Olio extravergine di oliva	4	5	6	6
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Crema di carote con orzo

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Orzo perlato	30	40	50	60
Patate	50	55	60	65
Carote*	40	40	45	45
Olio extravergine di oliva	4	5	6	6
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Vellutata di verdure con orzo

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Orzo perlato	30	40	50	60
Patate	20	25	30	35
Verdure miste*	70	90	115	120
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	4	4	6
Estratto per brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Primi Piatti Speciali

Bruschette al pomodoro

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pane tipo "00"	50	80	80	80
Pomodori	80	110	110	110
Olio extravergine di oliva	6	9	10	10
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Gnocchi al pomodoro

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Gnocchi con patate	150	180	220	250
Pomodori pelati	60	80	100	110
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pasta pasticciata

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di semola di grano duro	70	80	90	100
Pomodori pelati	80	90	100	110
Carne di vitellone (Reale)	30	35	40	55
Prosciutto cotto Alta Qualità	10	15	20	25
Mozzarella per pizza	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	8	9	10	11
Sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Pizza margherita

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pasta di pane cotta	110	140	210	210
Mozzarella per pizza	50	65	75	75
Pomodori pelati	70	80	90	90
Olio extravergine di oliva	10	12	16	16
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Ravioli di magro al pomodoro

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Ravioli di magro	100	120	160	200
Pomodori pelati	60	80	100	110
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6
Parmigiano Reggiano DOP	4	5	6	8

Secondi Piatti a base di Uova

Rollè di ceci

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Misto d'uovo pastorizzato	40	55	80	90
Ceci	15	20	20	25
Parmigiano Reggiano DOP	3	4	4	6
Latte UHT p.s.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Rollè di frittata al prosciutto

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Misto d'uovo pastorizzato	40	55	80	90
Parmigiano Reggiano DOP	2	3	3	5
Prosciutto cotto Alta Qualità	15	20	20	25
Olio extravergine di oliva	3	4	4	5
Latte UHT p.s.	6	7	9	9

Secondi Piatti con Formaggi**Mozzarella**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Mozzarella	60	60	90	90

Provolone Valpadana DOP

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Provolone Valpadana DOP	40	50	60	70

Secondi Piatti con Salumi**Prosciutto cotto**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Prosciutto cotto	45	55	70	80

Secondi Piatti di Carne (Avicoli)**Arrosto di tacchino agli aromi**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Fesa di tacchino	65	80	100	120
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	4	5	7	7

Bocconcini di pollo agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Petto di pollo	65	80	100	120
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8
Salvia e rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Bocconcini di pollo al curry

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Petto di pollo	65	80	100	120
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8
Curry in polvere	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Farina tipo "00"	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Bocconcini di pollo panati al rosmarino

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Petto di pollo	65	80	100	120
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Cosce di pollo al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Cosce di pollo (peso lordo)	130	150	230	260
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti di Carne (Bovino)

Hamburger di manzo

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Carne di vitellone (Fesa)	70	90	100	120
Olio extravergine di oliva	4	5	6	6
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Spezzatino di vitello

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Carne di vitello (Fesa o Sottofesa)	80	90	110	120
Olio extravergine di oliva	3	3	4	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti di Carne (Maiale)

Arrostato di lonza al latte

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Lonza di suino	70	80	100	120
Latte UHT p.s.	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	4	5	7	7

Arrostato di lonza alla pizzaiola

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Lonza di suino	70	80	100	120
Pomodori pelati	20	20	25	30
Olio extravergine di oliva	2	2	3	5
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Secondi Piatti di Pesce

Cotoletta di merluzzo*

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Cotoletta di merluzzo*	80	100	120	130

Filetto di pangasio panato

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Filetto di pangasio*	80	100	120	130
Olio extravergine di oliva	5	6	7	7
Misto d'uovo pastorizzato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Striscioline di totano agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Fettuccine di totano*	110	140	170	180
Olio extravergine di oliva	3	4	4	5
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Tonno all'olio di oliva

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Peso sgocciolato				
Tonno sott'olio	50	60	70	80

Secondi Piatti Insoliti

Tortino di legumi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
--------------------	-----------------	------------------	-----------------	-------------------

Legumi secchi	25	35	45	55
Patate	40	45	50	60
Ricotta	20	25	30	35
Parmigiano Reggiano DOP	10	15	20	25
Misto d'uovo pastorizzato	10	12	15	18
Olio extravergine di oliva	4	5	6	7
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Contorni Cotti (Patate)

Patate al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Patate	100	120	130	140
Olio extravergine di oliva	6	7	9	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Patate all'olio

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Patate	100	120	130	140
Olio extravergine di oliva	7	8	10	12

Contorni Cotti e Legumi

Erbette olio e grana

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Erbette (biete)*	100	120	150	160
Olio extravergine di oliva	2	3	3	5
Parmigiano Reggiano DOP	3	4	5	6

Fagiolini all'olio

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Fagiolini*	80	100	110	120
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8

piselli agli aromi

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Piselli*	80	100	120	130
Olio extravergine di oliva	4	5	7	8
Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Zucchine al forno

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Zucchine	100	120	150	160
Olio extravergine di oliva	5	6	7	10
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Contorni Crudi

Carote julienne

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Carote	50	60	70	80
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Insalata ricca

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	10	15	20	25
Pomodori	20	25	30	35
Carote	15	20	25	25
Olive verdi a rondelle	10	15	20	25
Mais	10	15	20	25
Olio extravergine di oliva	4	5	5	6

Insalata verde

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	30	50	70	80
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Insalata verde con carote e cetrioli

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	20	25	30	35
Carote	20	25	30	35
Cetrioli	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Insalata verde e mais

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Insalata verde	20	25	30	35
Mais	15	20	25	30
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Pomodori all'origano

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pomodori	80	100	120	130
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Pomodori in insalata

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Pomodori	80	100	120	130
Olio extravergine di oliva	4	5	6	8

Frutta, Dessert e Merende**Budino**

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Budino al cioccolato o alla vaniglia	130	130	130	130

Frutta di stagione

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Frutta di stagione	140	140	140	140

Gelato in coppetta

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
Gelato in coppetta	50	50	50	50

Succo e polpa di frutta

<i>Ingredienti</i>	<i>Inf. (g)</i>	<i>Prim. (g)</i>	<i>Sec. (g)</i>	<i>Adulti (g)</i>
	200	200	200	200
