Menù estivo a.s. 2023/2024

SETTIMANA	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Passato di verdure con riso 006 Frittata semplice 109 Zucchine all'olio 214 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Gnocchetti sardi al pomodoro 001 Filetto di merluzzo panato 107 Fagiolini all'olio 204 Pane 300 Budino	Riso e piselli 019 Bocconcini di suino panati 104 Spinaci all'olio 213 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Lasagna al pesto 003 Ricotta 115 Finocchi julienne 205 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta con zucchine 010 Spezzatino di tacchino 116 Patate al forno 209 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301
2	Pizza margherita 017 Arrostino di tacchino (salume) 101 Carote julienne 202 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di legumi con pasta 024 Mozzarella 110 Insalata di pomodori 206 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al Pomodoro 008 Bastoncini di pesce 103 Fagiolini all'olio 204 Pane 300 Yogurt	Risotto primavera 023 Uova strapazzate 120 Purè di patate 212 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta burro e parmigiano 013 Straccetti di bovino 117 Piselli al tegame 211 Pane 300 Crostatina alla frutta
3	Pasta alla pizzaiola 012 Straccetti di pollo cremolati 118 Bieta al limone 200 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Riso allo zafferano 018 Frittata semplice 109 Zucchine gratinate 215 Pane 300 Budino	Pasta olio e parmigiano 016 Filetto di merluzzo panato 107 Patate all'olio 210 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Passato di verdura con farro 005 Asiago 102 Piselli al tegame 211 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta fredda mozzarella, pomodoro e basilico 014 Polpette di bovino 113 Insalata verde 208 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301
4	Pasta al Pomodoro 008 Uova strapazzate 120 Patate al forno 209 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di lenticchie con pasta 000 Formaggio Quick 108 Carote julienne 202 Pane 300 Plum-cake	Pasta burro e parmigiano 013 Nuggets di pesce 111 Fagiolini all'olio 204 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Lasagna al pomodoro 004 Arrostino di tacchino (salume)101 Insalata mista 207 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al pesto 007 Cotoletta di suino 105 Zucchine all'olio 214 Pane 300 Yogurt
5	Gnocchetti sardi al pomodoro 001 Fusi di pollo al forno 112 Spinaci all'olio 213 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Risotto con zucchine 022 Mozzarella 110 Carote julienne 202 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta in salsa rosa 015 Uova strapazzate 120 Zucchine gratinate 215 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di legumi con pasta 024 Filetto di merluzzo panato 107 Bieta al limone 200 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Insalata di riso 002 Arista di suino 100 Purè di patate 212 Pane 300 Yogurt
6	Pasta con zucchine 010 Fesa di tacchino al tegame 106 Patate all'olio 210 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pizza margherita 017 Prosciutto cotto 114 Insalata verde 208 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al pomodoro con tonno 009 Crescenza 119 Insalata di pomodori 206 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Risotto al pomodoro 020 Bastoncini di pesce 103 Piselli al tegame 211 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta fredda alla mediterranea 011 Frittata semplice 109 Fagiolini all'olio 204 Pane 300 Budino

Menù invernale a.s. 2023-2024

SETTIMANA	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Pasta al ragù 008 Mozzarella 114 Insalata 205 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di verdure con pasta 003 Uova strapazzate 122 Piselli al tegame 209 Pane 300 Budino	Pasta infornata 013 Prosciutto cotto 117 Insalata di finocchi 206 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Risotto al pomodoro 018 Bastoncini di pesce 103 Patate all'olio 208 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta olio e parmigiano 014 Bocconcini di pollo scaloppato 119 Broccoli 201 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301
2	zuppa di lenticchie con pasta 002 Frittata 108 Patate al forno 207 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta pomodoro e basilico 015 Caciotta dolce 105 Insalata di finocchi 206 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta burro e parmigiano 011 Medaglioni di merluzzo 112 Carote al tegame 202 Pane 300 Yogurt	Raviolini al pomodoro 017 Straccetti di bovino 120 Cavolfiori gratinati 204 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Risotto allo zafferano 019 Polpette di carne mista al pomodoro 116 Bieta erbetta olio e limone 200 Pane 300 Crostatina alla frutta
3	Pasta e patate 012 Arrostino di tacchino (salume) 100 Insalata 205 Pane 300 Budino	Risotto con zucca 021 Arrosto di suino 101 Verza 212 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al pomodoro con tonno 007 Uova strapazzate 122 Spinaci al gratin 211 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	zuppa di fagioli con pasta 001 Formaggio quick 107 Carote julienne 203 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta olio e parmigiano 014 Nuggets di pesce 115 Purè di patate 210 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301
4	Pasta burro e parmigiano 011 Merluzzo panato 113 Patate all'olio 208 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta all'amatriciana 009 Fusi di pollo al forno 109 Carote al limone 202 Pane 300 Plum-cake	Risotto allo zafferano 019 Mozzarella 114 Insalata di finocchi 206 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al pomodoro 006 Frittata 108 Piselli al tegame 209 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di verdura con pasta 003 Cotoletta di suino 106 Broccoli 201 Pane 300 Yogurt
5	Risotto al pomodoro 018 Stracchino 121 Carote julienne 203 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta olio e parmigiano 014 Uova strapazzate 122 Bieta erbetta olio e limone 200 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di ceci con pasta 000 Arrosto di tacchino 102 Cavolfiori gratinati 204 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Lasagna al pomodoro 004 Prosciutto cotto 117 Insalata 205 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al pomodoro 010 Bastoncini di pesce 103 Patate al forno 207 Pane 300 Yogurt
6	Pasta in salsa rosa 016 Frittata 108 Spinaci al gratin 211 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Crema di verdura con pasta 003 Hamburger di bovino 110 Carote al limone 202 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Pasta al pomodoro 006 Medaglioni di nasello 112 Purè di patate 210 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Risotto con crema di piselli 020 Bocconcini di pollo panati 104 Verza 212 Pane 300 Frutta fresca di stagione 301	Tortellini burro e parmigiano 022 Caciotta dolce 105 Insalata di finocchi 206 Pane 300 Budino

PRIMI PIATTI

- **000 – CREMA DI LENTICCHIE CON PASTA**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Sciacquare le lenticchie e cuocerle in abbondante acqua con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Passare il tutto (se necessario allungare con acqua calda). Lessare a parte la pasta, scolarla e unire alla crema di lenticchie. Condire con olio.	Pasta	30	35	40
	Lenticchie secche	20	25	30
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Patate	5	10	15
	Pomodori pelati	10	12	14
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **001 – GNOCCHETTI SARDI AL POMODORO**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tritare gli odori finemente e farli cuocere nell'olio e poco brodo vegetale. Aggiungere i pomodori, salare e far addensare. A cottura ultimata, passare il sugo. Lessare gli gnocchetti in acqua salata e scolarla. Condire con la salsa ottenuta. Servire il parmigiano a tavola.	Gnocchetti sardi	60	80	85
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Pomodori pelati	30	40	50
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

002 – INSALATA DI RISO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Per il riso: Fare bollire l'acqua, aggiungere il sale, non appena riprende il bollore immergere il riso e lasciare cuocere per il tempo necessario. Al termine della cottura scolare il riso e raffreddare; versarlo in un contenitore, aggiungere dell'olio per tenerlo separato e condirlo con gli ingredienti che compongono il condimento. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.	Riso	50	70	75
	Tonno	10	15	20
	Pomodoro	20	20	25
	Formaggio	10	15	20
	Basilico	qb	qb	qb
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

003 – LASAGNA AL PESTO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Far bollire. **Lasagna**: Cospargere la teglia con un po di pesto. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di pesto e besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e pesto. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.	Pasta all'uovo surgelata	70	90	95
	Parmigiano	3	5	8
	Fior di latte	10	15	20
	Pesto	20	25	30
	Besciamella:			
	Latte UHT	90	120	120
	Farina	5	10	10
	Burro	5	10	10
	Sale	0,5	0,5	0,8

004 – LASAGNA AL POMODORO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Sugo di pomodoro: Tritare gli odori finemente e farli cuocere nell'olio e poco brodo vegetale. Aggiungere i pomodori, salare e far addensare. A cottura ultimata, passare il sugo. **Besciamella**: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Far bollire. **Lasagna**: Cospargere la teglia con un po' di sugo. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di sugo e besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e pesto. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.	Pasta all'uovo surgelata	70	90	95
	Parmigiano	3	5	8
	Fior di latte	10	15	20
	Sugo di pomodoro:			
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Pomodori pelati	30	40	50
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8
	Besciamella:			
	Latte UHT	90	120	120
	Farina	5	10	10
	Burro	5	10	10

- ## 005 – PASSATO DI VERDURA CON FARRO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliare in grossi pezzi ed immergere in acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Passare il tutto. Lessare a parte il farro, scolarlo e unirlo alla crema di verdure. Condire con olio. Servire il parmigiano a tavola.	Farro	20	30	35
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Patate	20	30	40
	Pomodori pelati	15	20	25
	Lattuga	10	10	10
	Bieta	25	30	35
	Cavolfiore	15	20	25
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 006 – PASSATO DI VERDURA CON RISO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliare in grossi pezzi ed immergere in acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Passare il tutto. Lessare a parte il riso, scolarlo e unirlo alla crema di verdure. Condire con olio. Servire il parmigiano a tavola.	Riso	20	30	35
	Carote	10	12	14
	Cipolla	5	6	7
	Sedano	5	6	7
	Patate	30	40	50
	Pomodori pelati	15	20	30
	Lattuga	10	12	14
	Bieta	10	12	14
	Cavolfiore	10	12	14
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

007 – PASTA AL PESTO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lessare la pasta in acqua salata e scolarla. Condire con il pesto e aggiungere, se necessario, un po' di acqua di cottura	Pasta di semola	60	80	85
	Pesto	20	25	30
	Sale	0,5	0,5	0,8

008 – PASTA AL POMODORO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tritare gli odori finemente e farli cuocere nell'olio e poco brodo vegetale. Aggiungere i pomodori, salare e far addensare. A cottura ultimata, passare il sugo. Lessare la pasta in acqua salata e scolarla. Condire con la salsa ottenuta. Servire il parmigiano a tavola.	Pasta	60	80	85
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Pomodori pelati	30	40	50
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

009 – PASTA AL POMODORO CON TONNO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Preparare una salsa con i pomodori passati, l'olio, l'aglio intero e il tonno sbriciolato. Far addensare e a fine cottura togliere l'aglio. Lessare la pasta scolarla e condirla con la salsa.	Pasta	60	80	85
	Pomodori pelati	30	40	50
	Tonno all'olio di oliva	10	20	30
	Aglio	qb	qb	qb
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

010 – PASTA CON ZUCCHINE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le zucchine. Tagliare a dadini e lasciare stufare con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale. Portare a cottura aggiungendo man mano, se necessario, brodo vegetale bollente. Lessare la pasta, scolarla e condirla con il condimento di zucchine e il parmigiano	Pasta	60	80	85
	Zucchine	30	30	35
	Cipolla	4	5	6
	Brodo vegetale	Qb	Qb	Qb
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

011 – PASTA FREDDA ALLA MEDITERRANEA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Per la pasta: Fare bollire l'acqua, aggiungere il sale e, non appena riprende il bollore, immergere la pasta secca; mescolare di tanto in tanto per mantenerla separata. Al termine della cottura scolare la pasta e raffreddare; versarla in un contenitore, aggiungere dell'olio per tenerla separata e condirla con gli ingredienti che compongono il condimento. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.	Pasta	60	80	85
	Olive	10	10	15
	Pomodoro	20	20	25
	Mozzarella	10	15	20
	Olio evo	4	4	6
	Basilico	qb	qb	qb
	Sale	0,5	0,5	0,8

012 – PASTA ALLA PIZZAIOLA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Preparare una salsa con i pomodori passati, l'olio, l'aglio intero e far addensare. A fine cottura togliere l'aglio. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa precedentemente preparata.	Pasta	60	80	85
	Pomodori pelati	30	40	50
	Aglio	qb	qb	qb
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

013 – PASTA BURRO E PARMIGIANO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lessare la pasta in acqua salata, scolarla e condirla con il burro aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. Aggiungere il parmigiano.	Pasta di semola	60	80	85
	Burro	8	8	10
	Parmigiano	10	15	20
	Sale	0,5	0,5	0,8

014 – PASTA FREDDA MOZZARELLA, POMODORO E BASILICO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Per la pasta: Fare bollire l'acqua, aggiungere il sale e, non appena riprende il bollore, immergere la pasta secca. Al termine della cottura scolare la pasta e raffreddare; versarla in un contenitore, aggiungere dell'olio per tenerla separata e condirla con gli ingredienti che compongono il condimento. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.	Pasta secca	60	80	85
	Pomodoro	20	30	40
	Mozzarella	10	15	20
	Olio evo	4	4	6
	Basilico	qb	qb	qb
	Sale	0,5	0,5	0,8

015 – PASTA IN SALSA ROSA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tritare gli odori e farli appassire nell'olio con i pomodori passati. Salare e far addensare. Lessare la pasta in acqua salata. Nel frattempo, a fuoco spento, aggiungere la besciamella* precedentemente preparata, nel sugo. Scolare la pasta e condirla con la salsa mescolando con cura.	Pasta di semola	60	80	85
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Pomodori pelati	30	40	50
	Olio evo	4	4	6
***Besciamella**:	**Besciamella:**			
Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.	Latte UHT	90	120	120
	Farina	5	10	10
	Burro	5	10	10
	Sale	0,5	0,5	0,8

016 – PASTA OLIO E PARMIGIANO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lessare la pasta in acqua salata, scolarla e condirla con il burro aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. Aggiungere il parmigiano.	Pasta di semola	60	80	85
	Olio	6	8	10
	Parmigiano	10	15	20
	Sale	0,5	0,5	0,8

017 – PIZZA MARGHERITA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Porzionare la teglia di pizza in pezzi a seconda della grammatura. Disporre la mozzarella precedentemente tritata. Infornare.	Pizza rossa	60	80	100
	Mozzarella	10	15	20

018 – RISO ALLO ZAFFERANO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti G
Far appassire la cipolla finemente tritata nell'olio. Unire il riso. Mescolare accuratamente e portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. A cottura ultimata sciogliere lo zafferano in poco brodo vegetale, unire al riso e amalgamare bene. Togliere dal fuoco e aggiungere il parmigiano.	Riso	50	70	75
	Brodo vegetale	qb	qb	qb
	Cipolla	4	5	6
	Zafferano	qb	qb	Qb
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo Sale	4 0,5	4 0,5	6 0,8

019 – RISO E PISELLI

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Stufare i piselli con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale. Passarli in modo da ottenere una crema omogenea ed unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. Togliere dal fuoco e aggiungere il parmigiano.	Riso	20	30	35
	Piselli surgelati	45	60	75
	Cipolla	4	5	6
	Brodo vegetale	qb	qb	qb
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

020 – RISOTTO AL POMODORO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tritare gli odori finemente e farli appassire nell'olio ed aggiungere i pomodori passati. Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento e portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. Togliere dal fuoco ed aggiungere il parmigiano.	Riso	60	80	85
	Carote	4	5	6
	Cipolla	3	5	7
	Sedano	2	2	3
	Brodo vegetale	qb	qb	qb
	Pomodori pelati	30	40	50
	Parmigiano	5	5	10
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

022 – RISOTTO CON ZUCCHINE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le zucchine. Tagliarle e stufarle con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale. Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Riso	50	70	75
	Brodo vegetale	100	100	100
	Zucchine	30	40	50
	Cipolla	3	5	7
	Parmigiano	10	10	15
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

023 – RISOTTO PRIMAVERA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le verdure. Cuocerle e poi frullarle aggiungendo brodo vegetale fino ad ottenere la consistenza ottimale. Cuocere il riso nel brodo con passato.	Riso	50	70	75
	Brodo vegetale	100	100	100
	Fagiolini	10	10	15
	Piselli	10	10	15
	Pomodorini	10	10	15
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **024 – CREMA DI LEGUMI CON PASTA**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Cuocere in abbondante acqua i fagioli e i ceci (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati). Sciacquare le lenticchie e cuocerle in abbondante acqua con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Passare il tutto (se necessario allungare con acqua calda) e salare. Lessare a parte la pasta in acqua salata, scolarla e unirla alla crema di legumi. Condire con olio.	Pasta di semola	20	30	35
	Lenticchie secche	5	7	9
	Ceci secchi	5	7	9
	Fagioli secchi	5	7	9
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Patate	30	40	50
	Pomodori pelati	15	20	25
	Olio evo	4	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

SECONDI

- **100 – ARISTA DI SUINO**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Condire la carne con rosmarino, salvia e salare. Mettere la carne in un tegame con olio, aglio a spicchi interi e un trito di sedano, carote e cipolle. Far rosolare. Cuocere aggiungendo man mano brodo vegetale bollente. A cottura quasi ultimata bagnare con il vino e lasciare evaporare. Regolare di sale. Affettare la carne e cospargerla con la salsa di cottura.	Arista maiale	60	80	100
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Rosmarino	qb	qb	qb
	Salvia	qb	qb	qb
	Aglio	qb	qb	qb
	Olio evo	3	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **101 – ARROSTINO DI TACCHINO (SALUME)**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Arrostino di tacchino	40	60	80

- **102 – ASIAGO**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tagliato a tocchetti	Formaggio	40	50	85

- **103 – BASTONCINI DI PESCE**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Porre i bastoncini debitamente scongelati in una teglia oliata. Dopodiché infornare e cuocere.	Pesce *(bastoncini)	50	75	100
	Olio evo Per oliare la teglia	qb	qb	qb

***Merluzzo, nasello**

- **104 – BOCCONCINI DI SUINO PANATI**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tagliare la carne a dadini e passarla nel pangrattato. Disporre in una teglia oliata e infornare.	Maiale	60	80	100
	Pangrattato	6	8	10
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **105 – COTOLETTA DI SUINO**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Passare ciascuna fetta di carne nel pangrattato. Disporre in una teglia oliata e infornare. (Alle scuole dell'infanzia la carne sarà comunque tagliata a bocconcini)	Maiale	60	80	100
	Pangrattato	6	8	10
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

106 – FESA DI TACCHINO AL TEGAME

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Disporre le fettine di fesa di tacchino in un tegame con l'olio e far cuocere. Girare con cura e terminare la cottura.	Fesa di tacchino	60	80	100
	Olio evo	3	4	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

107 – FILETTO DI MERLUZZO PANATO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Porre i filetti di merluzzo (correttamente scongelati) in una teglia oliata, panare con pangrattato e infornare.	Filetto di merluzzo surg.	70	100	120
	Pangrattato	6	9	11
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

108 – FORMAGGIO QUICK

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Formaggio quick	50	50	100

- ## 109 – FRITTATA SEMPLICE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Sbattere le uova con il sale. Oliare una teglia ed infornare.	Uova n°	1	1	2
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 110 - MOZZARELLA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Formaggio	50	75	100

- ## 111 – NUGGETS DI PESCE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Porre i nuggets in una teglia oliata. Dopodiché infornare e cuocere.	Pesce *(nuggets)	75	100	150
	Olio evo per teglia	qb	qb	qb

- ## 112 – FUSI DI POLLO AL FORNO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Toelettare e disporre le cosce di pollo nelle teglie destinate alla cottura. Oliare ed infornare a 180/200 gradi con dei rametti di rosmarino. Durante la cottura, aggiungere del brodo se necessario e al termine della cottura aggiungere il sale. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.	Fusi di pollo	100	130	160
	Rosmarino	qb	qb	qb
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 113 – POLPETTE DI BOVINO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco, lavato e tritato finemente ed il pane raffermo precedentemente ammollato. Formare le polpette. Di porle in una teglia oliata e informare.	Spalla di bovino	50	70	100
	Uova	5	5	6
	Patate	20	30	40
	Grana grattugiato	5	5	8
	Pane grattugiato	5	5	8
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 114 – PROSCIUTTO COTTO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Prosciutto cotto	40	60	80

115 – RICOTTA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Formaggio	50	70	100

116 – SPEZZATINO DI TACCHINO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tagliare la carne a tocchetti. Metterla in un tegame con l'olio e un trito di sedano, carota, cipolla e cuocere. Al termine della cottura servire ad una temperatura idonea.	Tacchino	60	80	100
	Carote	4	5	6
	Cipolla	4	5	6
	Sedano	4	5	6
	Olio evo Sale	3 0,5	4 0,5	5 0,8

117 – STRACCETTI DI BOVINO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tagliare la carne a striscioline molto sottili. Disporle in un tegame con olio, girando spesso fino a cottura ultimata e ponendo molta attenzione affinché non risultino asciutte.	Bovino	60	80	100
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

118 – STRACCETTI DI POLLO CREMOLATI

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Tagliare la carne a striscioline, infarinarle, adagiarle in un tegame con olio e far cuocere con poco brodo vegetale. Mescolare con cura e far ridurre il liquido.	Pollo	60	80	100
	Farina	3	4,5	6
	Brodo vegetale	qb	qb	qb
	Olio evo	3	4	5
	Sale	0,5	0,5	0,8

119 – CRESCENZA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Formaggio	50	70	100

120 – UOVA STRAPAZZATE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Sbattere le uova con il sale. Far sciogliere il burro in una padella e versarvi il composto mescolando in continuazione. Quando le uova divengono simili ad una crema, togliere dal fuoco.	Uova n°	1	1	2
	Burro	8	10	12
	Sale	0,5	0,5	0,8

CONTORNI

- **200 – BIETA AL LIMONE**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti G
Lessare la bieta e, dopo averla scolata bene, metterla in un tegame con olio e limone. Regolare di sale, far insaporire mescolando con cura.	Bieta	80	100	150
	Limone (succo)	qb	qb	qb
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **202 – CAROTE JULIENNE**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Pulire le carote e lavarle. Tagliarle a julienne e condirle con olio. Limone a richiesta.	Carote	70	80	130
	Limone (succo)	qb	qb	qb
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

204 – FAGIOLINI ALL'OLIO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lessare i fagiolini in acqua salata. Scolarli bene e condirli con olio. Nella ricetta dei fagiolini all' agro aggiungere succo di limone.	Fagiolini surg	80	100	150
	Olio evo	4	5	6
	Limone (succo)	qb	qb	Qb
	Sale	0,5	0,5	0,8

205 – FINOCCHI JULIENNE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Mondare e lavare i finocchi. Tagliarli finemente e condirli con olio e sale. .	Finocchi	70	80	130
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

206 – INSALATA DI POMODORI

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare i pomodori, privarli dei piccioli affettarli e condirli con olio e sale.	Pomodori	70	80	130
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

207 – INSALATA MISTA

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Mondare e lavare l'insalata e le carote. Tagliare finemente l'insalata, a julienne le carote e condire con sale e olio.	Cappuccina	35	43	51
	Carote	5	7	9
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

208 - INSALTA VERDE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Mondare e lavare l'insalata. Tagliarla finemente e condirla con sale e olio.	Insalata	40	50	60
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

209 – PATATE AL FORNO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Condirle con olio e rosmarino e metterle in una teglia. Infornare.	Patate	100	130	150
	Rosmarino	qb	qb	qb
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 210 – PATATE ALL'OLIO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e sbucciare le patate. Lessarle. Sbucciarle e tagliarle a dadini. Condire con olio e sale.	Patate	100	130	150
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 211 – PISELLI AL TEGAME

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Far appassire la cipolla tritata nell' olio, aggiungere i piselli, salare e aggiungere poco brodo vegetale. Coprire il tegame e far cuocere. Durante la cottura, se necessario, aggiungere altro brodo vegetale bollente. A fine cottura il brodo deve essere tutto consumato.	Piselli surg	60	100	140
	Cipolla	4	5	6
	Brodo vegetale	qb	qb	Qb
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 212 – PURE' DI PATATE

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	Patate	120	180	200
	Latte UHT	35	50	60
	Parmigiano	3,5	5	6
	Burro	4	5,5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- ## 213 – SPINACI ALL'OLIO

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
lessare gli spinaci in poca acqua, scolarli e strizzarli bene. Condirli con olio e sale. Limone a richiesta.	Spinaci gelo	80	100	150
	Limone	qb	qb	Qb
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **214 – ZUCCHINE ALL'OLIO**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le zucchine. Tagliarle a rondelle. Disporle in una teglia oliata. Condirle con olio e sale. Infornare.	Zucchine	80	100	150
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

- **215 – ZUCCHINE GRATINATE**

Ricetta	Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Lavare e mondare le zucchine. Tagliarle a rondelle. Disporle in una teglia oliata. Condirle con pangrattato, olio e sale. Infornare.	Zucchine	80	100	150
	Pangrattato	3	5	6
	Olio evo	4	5	6
	Sale	0,5	0,5	0,8

PANE, FRUTTA e ALTRO

- **300 - PANE**

Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	40	50	50

- **301 - FRUTTA**

Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
	130	150	150

- **400 – BRODO VEGETALE da utilizzare per le preparazioni**

Ingredienti	Infanzia g	Primaria g	Adulti g
Cipolla	2	2	2
Sedano	2	2	2
Carote	2	2	2