

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 Settimana	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)	Riso alla parmigiana (3,7)	Pasta al ragu' vegetale* (1,3,7,9)
	Bocconcini di pollo al pangrattato (1)	Uova strapazzate al pomodoro (3,7)	Formaggio dolce sardo (7)	Merluzzo alla mugnaia* (1,4)	Spezzatino di manzo con carote* (9)
	Broccoli saltati*	Insalata verde	Purè di patate (7)	Cruditè di verdure	x
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
2 Settimana	Pasta e lenticchie (1,9)	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)	Ravioli burro e salsa* (1,3,7,8,9)	Pasta al pesto (1,3,7,8)	Risotto al pomodoro (3,7,9)
	Provolone dolce (7)	Spezzatino di manzo con patate* (9)	Platessa gratinata* (1,4)	Tortino di verdure* (1,3,7)	Scaloppine di pollo alla pizzaiola
	Spinaci all'olio*	x	Bieta ripassata*	Insalata verde	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
3 Settimana	Pasta al burro (1,3,7)	Riso alla bolognese (3,7,9)	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)	Vellutata di verdure con pastina* (1,3,7,9)	Riso olio e parmigiano (3,7)
	Platessa all'arancia* (4)	Mozzarella (7)	Frittata di verdure e formaggio* (3,7)	Bocconcini di pollo alle erbe (9)	Polpettone al sugo (1,3,7,9)
	Cruditè di verdure	Cavoli gratinati* (1)	Insalata mista	Patate croccanti*	Carote julienne
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
4 Settimana	Risotto alla contadina* (3,7,9)	Pasta alla pizzaiola (1)	Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)	Risotto al pomodoro (3,7,9)	Pizza margherita (1,7)
	Tortino di ricotta e spinaci* (1,3,7)	Scaloppine di pollo al limone (1)	Formaggio dolce sardo (7)	Merluzzo gratinato* (1,4)	Prosciutto cotto
	Insalata verde	Spinaci all'olio*	Patate al forno*	Fagiolini all'olio*	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
5 Settimana	Risotto allo zafferano (3,7,9)	Pastina in brodo vegetale (1,3,7,9)	Fregola al pesto (1,3,7,8)	Riso alla parmigiana (3,7)	Pasta al ragu' (1,3,7,9)
	Mozzarella (7)	Lonza di suino agli aromi (9)	Bocconcini di pollo alle verdure* (9)	Frittata di piselli* (3,7)	Platessa alle verdure* (4,9)
	Carote prezzemolate*	Patate croccanti*	Cruditè di verdure	Broccoli all'olio*	Insalata verde
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
6 Settimana	Pasta rosa (1,7,9)	Tortellini al pomodoro* (1,3,7,8,9)	Riso al latte (3,7)	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)	Mallorredus al pomodoro (1,3,7,9)
	Scaloppine di pollo alla pizzaiola	Merluzzo gratinato* (1,4)	Polpettone al forno (1,3,7)	Formaggio dolce sardo (7)	Frittata di verdure e formaggio* (3,7)
	Spinaci all'olio*	Insalata verde	Finocchi gratinati (1)	Purè di patate* (7)	Insalata mista
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
7 Settimana	Pasta al ragu' vegetale* (1,3,7,9)	Risotto alla crema di piselli* (3,7,9)	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)	Riso olio e parmigiano (3,7)	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)
	Provolone dolce (7)	Bocconcini di pollo al pangrattato (1)	Gateau di patate* (1,3,7)	Merluzzo alla pizzaiola* (4)	Spezzatino di manzo con patate* (9)
	Cavoli prezzemolati*	Broccoli all'olio*	Insalata verde	Cruditè di verdure	x
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione
8 Settimana	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)	Pasta al ragu' (1,3,7,9)	Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)	Pizza margherita (1,7)	Risotto al pomodoro (3,7,9)
	Prosciutto cotto	Platessa gratinata* (1,4)	Bocconcini di pollo alle erbe (9)	Mozzarella (7)	Tortino di ricotta e spinaci* (1,3,7)
	Bieta ripassata*	Insalata verde	Patate al forno*	Insalata mista	Carote all'olio*
	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione	Pane (1) e Frutta di stagione

* il prodotto potrebbe essere congelato

I numeri tra parentesi fanno riferimento alla tabella Allergeni Reg. Ue 1169/11

09 SET. 2012



ALLEGATO II del Regolamento UE 1169/2011

SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

1. Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:
 - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (1);
 - b) maltodestrine a base di grano (1);
 - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
 - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
 2. Crostacci e prodotti a base di crostacei.
 3. Uova e prodotti a base di uova.
 4. Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:
 - a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
 - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
 5. Arachidi e prodotti a base di arachidi.
 6. Soia e prodotti a base di soia, tranne:
 - a) olio e grasso di soia raffinato (1);
 - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
 - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
 - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.
 7. Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
 - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
 - b) lattio.
 8. Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
 9. Sedano e prodotti a base di sedano.
 10. Senape e prodotti a base di senape.
 11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.
 12. Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
 13. Lupini e prodotti a base di lupini.
 14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.
- (1) E i prodotti derivati, nella misura in cui la trasformazione che hanno subito non è suscettibile di elevare il livello di allergenicità valutato dall'Autorità per il prodotto di base da cui sono derivati.

09 SET 2014



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI																GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI SECONDARIA LIPIDI	GRAMMI SECONDARIA PROTEINE	GRAMMI SECONDARIA LIPIDI	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
1 Settimana; lunedì																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											

* 1 prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali foraggiati glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Sola e prodotti a base di sola
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Serrano e prodotti a base di serrano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA /ADULTI
1 Settimana; martedì																	
	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Uova strapazzate al pomodoro (3,7)																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		pelati	40	0,48	0,2	1,2	8,8	50	0,6	0,25	1,5	11	60	0,72	0,3	1,8	13,2
		formaggio (7)	5	1,04	1,08	0,03	24,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05	5	1,04	1,08	0,03	14,05
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Insalata verde																
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Saccaro e prodotti a base di saccaro
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

09 SET, 2022

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDAARIA	Kcal/porz SCONDAARIA /ADULTI
1 Settimana; mercoledì																	
	Zuppa di legumi con pastina (1,6,9)																
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	15,445	119,35
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Formaggio dolce sardo (7)																
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	2,4	1	172	60	12,6	16,8	1,2	206,4
	Purè di patate* (7)																
		*patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2
		latte (7)	10	0,35	0,15	0,5	4,6	20	0,7	0,3	1	9,2	20	0,7	0,3	1	9,2
		burro (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* Il prosciutto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Luomi e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

- (12) Anidride solforosa e solfati
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

- 12) Cereali contenenti glutine
- 13) Cristalline e prodotti a base di cristalline
- 14) Uova e prodotti a base di uova
- 15) Pesce e prodotti a base di pesce
- 16) Arancini e prodotti a base di arancini
- 17) Salsa e prodotti a base di salsa
- 18) Latte e prodotti a base di latte
- 19) Frutta a guscio
- 20) Senape e prodotti a base di senape
- 21) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- 22) Adesivi salicilici e salicili
- 23) Lupini e prodotti a base di lupini
- 24) Molluschi e prodotti a base di molluschi

09 SET. 2022

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDAARIA	Kcal/porz SCONDAARIA ADULTI
1 Settimana; venerdì																	
	Pasta al ragù vegetale*(1,3,7,9)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pepato	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		*carote, verza, zucca, zuccina	70	0,77	0,14	5,32	28,7	80	0,88	0,16	6,08	32,8	90	0,99	0,18	6,84	36,9
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,272	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Spezzatino di suino con carote*(9)																
		suino	50	11,4	3,78	0	79,8	60	13,68	4,536	0	95,76	70	15,96	5,292	0	112,72
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	205	2,2	0,4	15,2	82
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* Il prodotto potrebbe essere surgelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Androsifonifera e soffi
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

09 SET. 2022

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDAARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDAARIA	Kcal/porz SECONDAARIA /ADULTI
2 Settimana; lunedì																	
	Pasta e lenticchie (1,9)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		pelati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	25	0,3	0,125	0,75	5,5	30	0,36	0,15	0,9	6,6
		lenticchie	15	3,405	0,15	7,665	47,85	20	4,54	0,2	10,22	63,8	25	5,675	0,25	12,775	79,75
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Provolone dolce (7)															
			40	13,2	10,4	0,8	144	50	16,5	13	1	180	60	19,8	15,6	1,2	216
		Spinaci all'olio*															
			100	2,8	0	0	15	150	4,2	0	0	22,5	200	5,6	0	0	30
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Pane (1)															
			40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
		Frutta di stagione															
			150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104
		frutta di stagione															

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali convenienti glutine
 (2) Contorni e prodotti a base di pasta
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Sale e prodotti a base di sale
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Salsicce e prodotti a base di salsicce
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anchores e prodotti a base di anchores
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Mellicchi e prodotti a base di mellicchi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	ADULTI
2. Settimana; martedì	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)																	
		pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35						
		brodo di carne (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		5,4	0,48	29,08	136,4	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Spezzatino di manzo con patate*(9)																	
		manzo	50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,2	70	23,284	3,024	0	120,4	
		*patate	100	2	0,1	16	72	150	3	0,15	24	108	200	4	0,2	32	144	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Seme e prodotti a base di seme
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Almidide sifonosa e salici
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

09 SET. 2022

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	PROTEINE INFANZIA	GRAMMI INFANZIA LIPIDI	GRAMMI INFANZIA GLUCIDI	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA LIPIDI	GRAMMI PRIMAARIA GLUCIDI	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA LIPIDI	GRAMMI SCONDAARIA PROTEINE	GRAMMI SCONDAARIA LIPIDI	GRAMMI SCONDAARIA GLUCIDI	Kcal/porz SCONDAARIA	ADULTI
2 Settimana; mercoledì																	
		Ravioli di ricotta (1,3,7,8,9)	120	12,72	8,76	48,84	318	140	14,84	10,22	56,98	371	160	16,96	11,68	65,12	424
		burro (7)	30	0,08	8,34	0,11	75,8	15	0,12	12,51	0,165	113,7	20	0,16	16,68	0,22	151,6
		Grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		salvia	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Platessa gratinata* (1,4)															
		*platessa (4)	60	6,6	6,06	9	114,6	80	8,8	8,08	12	152,8	100	11	10,1	15	191
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,505	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,396	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Bietta ripassata*															
		*bietta	100	1,3	0,1	1,8	15	150	1,95	0,15	2,7	22,5	200	2,6	0,2	3,6	30
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Pane (1)															
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	25,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
		Frutta di stagione															
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* Il prodotto potrebbe essere surgelato.

(1) Cereali contenenti glutine

(2) Grassi, e prodotti a base di crostacei

(3) Uovo e prodotti a base di uova

(4) Pesce e prodotti a base di pesce

(5) Arachidi e prodotti a base di arachidi

(6) Soia e prodotti a base di soia

(7) Latte e prodotti a base di latte

(8) Frutta a glucio

(9) Selenio e prodotti a base di selenio

(10) Senape e prodotti a base di senape

(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo

(12) Andirice soforosa e saliti

(13) Lupini e prodotti a base di lupini

(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI INFANZIA PROTEINE	GRAMMI INFANZIA LIPIDI	GRAMMI INFANZIA GLUCIDI	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA PROTEINE	GRAMMI PRIMAARIA LIPIDI	GRAMMI PRIMAARIA GLUCIDI	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI SECONDAARIA PROTEINE	GRAMMI SECONDAARIA LIPIDI	GRAMMI SECONDAARIA GLUCIDI	Kcal/porz SECONDAARIA	ADULTI
2. Settimana; giovedì																			
	Pasta al pesto (1,3,7,8)																		
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,95	58,15	272,8		
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30	3,3	5,54	0,54	75		
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
	Tortino di verdure*(1,3,7)																		
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28		
		verdure di stagione	30	2,28	0,57	9,69	9,96	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,38	19,92		
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15		
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
	Insalata verde																		
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2		
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
	Pane (1)																		
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8		
	Frutta di stagione																		
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104		

* Il prosciutto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sulfanil e prodotti a base di sulfanil
 (10) Serrape e prodotti a base di serrape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Avidine sulfonate e solfiti
 (13) Lattine e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	ADULTI
2 Settimana; venerdì																		
	Risotto al pomodoro (3,7,9)																	
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Scaloppine di pollo alla pizzaiola																	
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,88	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70	
		pelati	20	0,24	0,1	0,6	4,4	30	0,36	0,15	0,9	6,6	30	0,36	0,15	0,9	6,6	
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Insalata mista																	
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1	
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	93,2	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Areechi e prodotti a base di areechi
 (6) Sali e prodotti a base di sale
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Serrape e prodotti a base di serrape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anice-ide sofforosa e soffi
 (13) lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Melluschi e prodotti a base di melluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECUNDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECUNDARIA	GRAMMI LIPIDI SECUNDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECUNDARIA	Kcal/porz SECUNDARIA /ADULTI
3 Settimana; lunedì																	
	Pasta al burro (1,3,7)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8
		burro (7)	10	0,08	8,34	0,11	75,8	15	0,12	12,51	0,165	113,7	20	0,16	16,68	0,22	151,6
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Platessa all'arancia* (4)																
		*platessa (4)	60	6,6	6,06	9	124,6	80	8,8	8,08	12	152,8	100	11	10,1	15	191
		arancia succo	q. b.	/	/	/	/	q. b.	/	/	/	/	q. b.	/	/	/	/
		aromi	q. b.	/	/	/	/	q. b.	/	/	/	/	q. b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Crudità di verdure																
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200	15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* / prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Contrasti e prodotti a base di crostacei
 (3) Uovo e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Aranci e prodotti a base di aranci
 (6) Sali e prodotti a base di sale
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Selenio e prodotti a base di selenio
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Amidi di salsiccia e salsiccia
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
 Dott.ssa Federica Atzei

11 di 40

Materiale 07/2022

09 SET. 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	ADULTI
3 Settimana; martedì																		
	Riso alla bolognese (3,7 g)																	
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		polati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8	
		carne vitello/ine	20	4,3	0,48	0	21,6	25	5,375	0,6	0	27	30	6,45	0,72	0	32,4	
		carota	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sala	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Mozzarella (7)																	
		mozzarella (7)	40	7,48	7,8	0,28	101,2	70	13,09	13,65	0,49	177,1	80	14,95	15,6	0,56	202,4	
	Cavoli gratinati* (1)																	
		*cavoli	100	3,2	0,2	2,7	30	150	4,8	0,3	4,05	45	200	6,4	0,4	5,4	60	
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sala	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali e contenitori glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta e frutta
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
 Dott.ssa Federica Atzei
 Matr. AA/074327

09 SET. 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI
3 Settimana; mercoledì																				
	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)																			
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8			
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8			
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0	23,52	7	2,373	1,995	0	27,44	8	2,712	2,28	0	31,36			
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Frittata di verdure e formaggio* (3,7)																			
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28			
		*verdure di stagione	40	3,04	0,76	12,02	13,28	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,38	19,32			
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15			
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Carote all'olio*																			
		*carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82			
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Pane (1)																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
	Frutta di stagione																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali e prodotti di glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Sali e prodotti a base di sale
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guancia
 (9) Selenio e prodotti a base di selenio
 (10) Selenio e prodotti a base di selenio
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Andiride soforosa e saliti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SCONDARIA	GRAMMI /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDARIA	Kcal/porz SCONDARIA	ADULTI SCONDARIA	
3 Settimana; giovedì	Vellutata di verdure con pastina*(1,3,7,9)																			
		pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	45	6,075	0,54	32,715	153,45			
		*verdure di stagione	70	5,32	1,33	22,61	23,24	80	6,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84	1,71	29,07	29,88			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Bocconcini di pollo alle erbe (9)																			
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70			
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Patate croccanti**																			
		*patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2			
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Pane (1)																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
	Frutta di stagione																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uovo e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
(6) Soia e prodotti a base di soia
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a gusto
(9) Sedano e prodotti a base di sedano
(10) Senape e prodotti a base di senape
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anidride solforosa e solfiti
(13) Lupini e prodotti a base di lupini
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

09 SET 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI SECUNDARIA	GRAMMI ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECUNDARIA	GRAMMI LIPIDI SECUNDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECUNDARIA	Kcal/porz SECUNDARIA	ADULTI
3 Settimana; venerdì																				
	Riso olio e parmigiano (3,7)																			
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4			
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Polpettone al sugo (1,3,7,9)																			
		suino	25	5,7	1,89	0	39,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,646	0	55,86			
		manzo	25	8,28	1,08	0	43	30	9,936	1,296	0	51,6	35	11,592	1,512	0	60,2			
		uova (3)	10	1,24	0,87	0	12,8	15	1,86	1,305	0	19,2	20	2,48	1,74	0	25,6			
		pane (1)	10	0,81	0,05	5,95	26,8	15	1,215	0,075	8,925	40,2	20	1,62	0,1	11,9	53,6			
		grana padano (3,7)	3	1,017	0,855	0,111	12,18	5	1,695	1,425	0,185	20,3	5	1,695	1,425	0,185	20,3			
		latte (7)	5	0,175	0,075	0,25	2,3	10	0,35	0,15	0,5	4,6	10	0,35	0,15	0,5	4,6			
		patati	40	0,48	0,2	1,2	8,8	50	0,6	0,25	1,5	11	60	0,71	0,3	1,8	13,2			
		prezermola	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		ciolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Carote julienne																			
		carote	100	2,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Pane (1)																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
	Frutta di stagione																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta e prodotti a base di frutta
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Sempino e prodotti a base di sempino
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
 Dott.ssa Federica Atzei
 Numero Verde 800 132722

09 SET 2022

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	PROTEINE INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	LIPIDI INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	LIPIDI PRIMAARIA	GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	PROTEINE SECONDAARIA	GRAMMI SECONDAARIA	LIPIDI SECONDAARIA	GRAMMI SECONDAARIA	GLUCIDI SECONDAARIA	Kcal/porz SECONDAARIA	ADULTI
4 Settimana; lunedì																							
	Risotto alla contadina* (3,7,9)																						
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,28	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4						
		*verdure di stagione	70	5,32	1,93	22,61	23,24	80	5,08	1,52	25,84	26,56	90	6,84	1,71	29,07	29,88						
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		brodo vegetale (g)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		grana padano (3,7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	Tortino di ricotta e spinaci* (1,3,7)																						
		uova (3)	3	0,372	0,161	0	3,84	5	0,62	0,435	0	6,4	6	0,744	0,522	0	7,68						
		ricotta (7)	50	4,4	5,45	1,75	73	60	5,28	6,54	2,1	87,5	80	7,04	8,72	2,8	115,8						
		*spinaci	30	0,84	0	0	4,5	50	1,4	0	0	7,5	60	1,68	0	0	9						
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48						
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	Insalata verde																						
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	Pane (1)																						
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8						
	Frutta di stagione																						
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104						

* il prosciutto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta e prodotti a base di frutta
 (9) Sema e prodotti a base di seme
 (10) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (11) Anidride solforosa e solfiti
 (12) Lattini e prodotti a base di lattini
 (13) Molluschi e prodotti a base di molluschi

16 di 40

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	PROTEINE INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	LIPIDI INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDAARIA	PROTEINE SECONDAARIA	GRAMMI SECONDAARIA	LIPIDI SECONDAARIA	GRAMMI SECONDAARIA	GLUCIDI SECONDAARIA	Kcal/porz SECONDAARIA
4 Settimana; martedì																							
	Pasta alla pizzaioia (1)																						
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8						
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	39,8						
		olive nere	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		origano	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		prezemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	Scaloppine di pollo al limone (1)																						
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70						
		farina (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		limone succo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	Spinaci all'olio*																						
		*spinaci	100	2,8	0	0	15	150	4,2	0	0	22,5	200	5,6	0	0	30						
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54						
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0						
	Pane (1)																						
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8						
	Frutta di stagione																						
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104						

* il prodotto dovrebbe essere congelato.

- (1) Cereali senza glutine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uova e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Asciutti e prodotti a base di arachidi
(6) Sali e prodotti a base di sale
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a guscio
(9) Sali e prodotti a base di sale
(10) Sali e prodotti a base di sale
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Olii e prodotti a base di olii
(13) Lupini e prodotti a base di lupini
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA
4 Settimana; mercoledì																
		Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)														
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	104,75
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
		Formaggio dolce sardo (7)														
		formaggio dolce sardo (7)	40	8,4	11,2	0,8	137,6	50	10,5	14	1	172	60	12,6	16,8	1,2 206,4
		Patate al forno*														
		*patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	115,2
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
		Pane (1)														
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7 160,8
		Fruita di stagione														
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28 104

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- 121) Cereali e prodotti a base di cereali
122) Cristalli e prodotti a base di sale
123) Legumi e prodotti a base di uova
124) Pesce e prodotti a base di pesce
125) Arachidi e prodotti a base di arachidi
126) Sali e prodotti a base di sale
127) Latte e prodotti a base di latte
128) Frutta e succhi
129) Saponi e prodotti a base di sapone
130) Saponi e prodotti a base di sapone
131) Semi e saponi e prodotti a base di saponi
132) Arachidi soforosi e sapori
133) Lupini e prodotti a base di lupini
134) Mellicchi e prodotti a base di mellicchi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI												GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	INFANZIA	kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	PRIMAARIA	kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA PRIMAARIA	GRAMMI ADULTI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	kcal/porz SECONDARIA	ADULTI																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
4 Settimana; giovedì																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		

²⁰ il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutina
- (2) Crostacei e predatori a base di crostacei
- (3) Uova e prodotti a base di uova
- (4) Pesce e prodotti a base di pesce
- (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- (6) Soia e arachidi a base di soia
- (7) Latte e arachidi a base di latte
- (8) Fatta a gusto
- (9) Sostanze e prodotti a base di selenio
- (10) Senape e prodotti a base di senape
- (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
- (12) Arachide, soia e prodotti a base di soia
- (13) Lupini e prodotti a base di lupini
- (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

09 SET 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	ADULTI
4 Settimana; venerdì																		
	Pizza margherita (1,7)		80	5,08	5,28	32,56	198,4	100	7,6	6,6	40,7	248	120	9,12	7,92	48,84	297,6	
	Prosciutto cotto		30	5,61	5,85	0,21	75,9	40	7,48	7,8	0,28	102,2	60	11,22	11,7	0,42	151,8	
	Insalata mista		25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4	35	5,495	2,66	0,595	48,3	
	Insalata verde		20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1	
	verdure di stagione		50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	23,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2	
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
	Frutta di stagione		40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
			150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Anziani e prodotti a base di anziani
 (6) Seta e prodotti a base di seta
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Selenio e prodotti a base di selenio
 (10) Selenio e prodotti a base di selenio
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anziani e prodotti a base di anziani
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Mellicchi e prodotti a base di mellicchi

Biologa Nutrizionista
 Dott.ssa Federica Atzei
 Matr. AA 074927

09 SET 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA
5 Settimana; lunedì																	
	Risotto allo zafferano (3,7,9)																
	riso		50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6			0,24	65,04	270,4
	zafferano		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			/	/	/
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			/	/	/
	brodo vegetale (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			/	/	/
	grana padano (3,7)		6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Mozzarella (7)																
	mozzarella (7)		40	7,48	7,8	0,28	101,2	70	13,09	13,65	0,49	177,1	80	14,96	15,6	0,55	202,4
	Carote prezzemolate*																
	carote		100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82
	prezzemolo		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
	pane (1)		40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
	frutta di stagione		150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- [1] Cereali contenenti glutine
 [2] Crostacei e prodotti a base di crostacei
 [3] Uova e prodotti a base di uova
 [4] Pesce e prodotti a base di pesce
 [5] Aracidi e prodotti a base di aracidi
 [6] Soia e prodotti a base di soia
 [7] Latte e prodotti a base di latte
 [8] Frutta a guscio
 [9] Seldano e prodotti a base di sedano
 [10] Senape e prodotti a base di senape
 [11] Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 [12] Anidride solforosa e solfor
 [13] Lupini e prodotti a base di lupini
 [14] Mellichi e prodotti a base di mellichi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	/ADULTI
5 Settimana; martedì	Pastina in brodo vegetale (1,3,7,9)																		
		pastina (1)	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	40	5,4	0,48	29,08	136,4		
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48		
		olio evo	4	0	4	0	35	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
		Lonza di suino agli aromi (9)																	
		suino	50	11,4	3,78	0	79,8	60	13,68	4,336	0	95,76	70	15,96	5,292	0	111,72		
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
		Patate croccanti*																	
		*patate	200	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2		
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
		Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8		
		Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104		

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- 11) Cereali contenenti glutine
12) Crostacei e prodotti a base di crostacei
13) Uova e prodotti a base di uova
14) Pesce e prodotti a base di pesce
15) Arachidi e prodotti a base di arachidi
16) Soia e prodotti a base di soia
17) Latte e prodotti a base di latte
18) Frutta a guaina
19) Sema e prodotti a base di semina
10) Sema e prodotti a base di semina
11) Sema e prodotti a base di semina
12) Anidride solforosa e solfiti
13) Lupini e prodotti a base di lupini
14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMA PRIMA	GRAMMI PROTEINE PRIMA	GRAMMI LIPIDI PRIMA	GRAMMI GLUCIDI PRIMA	Kcal/porz PRIMA	GRAMMI SCONDA PRIMA	GRAMMI SCONDA ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDA	GRAMMI LIPIDI SCONDA	GRAMMI GLUCIDI SCONDA	Kcal/porz SCONDA ADULTI
5 Settimana; mercoledì																		
	Fregola al pesto (1,3,7,8)																	
		fregola (1)	50	7	1,05	32	172,5	70	9,8	1,47	44,8	241,5	80		11,2	1,68	51,2	276
		pesto confezionato (3,7,8)	20	2,2	4,36	0,36	50	25	2,75	5,45	0,45	62,5	30		3,3	6,54	0,54	75
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6		0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1		0	0	0	0
	Bocconcini di pollo alle verdure*(9)																	
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70		16,31	0,56	0	70
		*verdure di stagione	60	4,56	2,14	19,38	19,92	65	4,94	1,235	20,995	21,58	70		5,32	1,33	22,61	23,24
		carote	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.		/	/	/	/
		sedano (9)	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.		/	/	/	/
		cipolla	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.		/	/	/	/
		aromi	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.		/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6		0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1		0	0	0	0
	Crudità di verdure																	
		verdure di stagione	100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200		15,2	3,8	64,6	66,4
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6		0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1		0	0	0	0
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60		4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200		0,59	2,4	28	104

* Il prosciutto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutto e glucio
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anedride solforosa e soffi
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMA INFANZIA	GRAMMI PROTEINE PRIMA	GRAMMI LIPIDI PRIMA	GRAMMI GLUCIDI PRIMA	Kcal/porz PRIMA	GRAMMI SCONDA PRIMA	GRAMMI PROTEINE SCONDA	GRAMMI LIPIDI SCONDA	GRAMMI GLUCIDI SCONDA	Kcal/porz SCONDA	ADULTI
5 Settimane; giovedì																		
	Riso alla parmigiana (3,7)																	
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,5	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		burro (7)	10	0,08	8,34	0,11	75,8	15	0,12	12,51	0,165	113,7	20	0,16	16,68	0,22	151,6	
		grana padano (3,7)	5	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Frittata di piselli* (3,7)																	
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	2,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	
		*piselli	30	1,62	0,09	1,95	18,3	35	1,89	0,105	2,275	21,35	40	2,16	0,12	2,6	24,4	
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	20	4,16	4,32	0,12	56,2	25	5,2	5,4	0,15	70,25	
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Broccoli all'olio*																	
		*broccoli	100	3	0,4	3,1	33	150	4,5	0,6	4,65	49,5	200	6	0,8	6,2	66	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	25,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali con cereali glutine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uova e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Aranci e prodotti a base di aranci
(6) Sale e prodotti a base di sale
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a guscio
(9) Sedano e prodotti a base di sedano
(10) Senape e prodotti a base di senape
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anice/da salifera e soffi
(13) Lupini e prodotti a base di lupini
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
Dott.ssa Federica Atzei
-Mar. AA. 074327

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECUNDARIA	GRAMMI PROTEINE SECUNDARIA	GRAMMI LIPIDI SECUNDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECUNDARIA	Kcal/porz SECUNDARIA	ADULTI
5 Settimana; venerdì																		
	Pasta al ragù (1,3,7,9)																	
	pasta (1)		50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8	
	pelati		65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8	
	carne vitello/ne		20	4,3	0,48	0	21,6	25	5,375	0,6	0	27	30	6,45	0,72	0	32,4	
	carote		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	sedano (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	grana padano (3,7)		6	2,034	1,7	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Plattessa alle verdure* (4,9)																	
	*plattessa (4)		40	4,4	4,04	6	76,4	50	5,5	5,05	7,5	95,5	60	6,6	6,06	9	114,6	
	*verdure di stagione		60	4,36	1,14	19,38	19,92	65	4,94	1,235	20,985	21,58	70	5,32	1,33	22,61	23,24	
	carote		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	sedano (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	aromi		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Insalata verde																	
	insalata verde		40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2	
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
	pane (1)		40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	25,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
	frutta di stagione		150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Carnelli contenenti glucine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uova e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
(6) Soia e prodotti a base di soia
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a glucio
(9) Sedano e prodotti a base di sedano
(10) Serrano e prodotti a base di serrano
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anidride solforosa e sali
(13) Lupini e prodotti a base di lupini
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

* il prodotto potrebbe essere correlato.

- 21 Cereali contenenti glutina
- 22 Cacciagole e prodotti a base di crostacei
- 23 Cava e prodotti a base di uva
- 24 Corno e prodotti a base di carne
- 25 Pesce e prodotti a base di pesce
- 26 Arachidi e prodotti a base di arachidi
- 27 Soia e prodotti a base di soia
- 28 Latte e prodotti a base di latte
- 29 Frutta a guscio
- 30 Seme e prodotti a base di semente
- 31 Saponi e prodotti a base di sapone
- 32 Semi e prodotti a base di semi
- 33 Amidi e prodotti a base di amidi
- 34 Amidi e prodotti a base di amidi
- 35 Amidi e prodotti a base di amidi
- 36 Amidi e prodotti a base di amidi
- 37 Amidi e prodotti a base di amidi
- 38 Amidi e prodotti a base di amidi
- 39 Amidi e prodotti a base di amidi
- 40 Amidi e prodotti a base di amidi
- 41 Amidi e prodotti a base di amidi
- 42 Amidi e prodotti a base di amidi
- 43 Amidi e prodotti a base di amidi
- 44 Amidi e prodotti a base di amidi
- 45 Amidi e prodotti a base di amidi
- 46 Amidi e prodotti a base di amidi
- 47 Amidi e prodotti a base di amidi
- 48 Amidi e prodotti a base di amidi
- 49 Amidi e prodotti a base di amidi
- 50 Amidi e prodotti a base di amidi
- 51 Amidi e prodotti a base di amidi
- 52 Amidi e prodotti a base di amidi
- 53 Amidi e prodotti a base di amidi
- 54 Amidi e prodotti a base di amidi
- 55 Amidi e prodotti a base di amidi
- 56 Amidi e prodotti a base di amidi
- 57 Amidi e prodotti a base di amidi
- 58 Amidi e prodotti a base di amidi
- 59 Amidi e prodotti a base di amidi
- 60 Amidi e prodotti a base di amidi
- 61 Amidi e prodotti a base di amidi
- 62 Amidi e prodotti a base di amidi
- 63 Amidi e prodotti a base di amidi
- 64 Amidi e prodotti a base di amidi
- 65 Amidi e prodotti a base di amidi
- 66 Amidi e prodotti a base di amidi
- 67 Amidi e prodotti a base di amidi
- 68 Amidi e prodotti a base di amidi
- 69 Amidi e prodotti a base di amidi
- 70 Amidi e prodotti a base di amidi
- 71 Amidi e prodotti a base di amidi
- 72 Amidi e prodotti a base di amidi
- 73 Amidi e prodotti a base di amidi
- 74 Amidi e prodotti a base di amidi
- 75 Amidi e prodotti a base di amidi
- 76 Amidi e prodotti a base di amidi
- 77 Amidi e prodotti a base di amidi
- 78 Amidi e prodotti a base di amidi
- 79 Amidi e prodotti a base di amidi
- 80 Amidi e prodotti a base di amidi
- 81 Amidi e prodotti a base di amidi
- 82 Amidi e prodotti a base di amidi
- 83 Amidi e prodotti a base di amidi
- 84 Amidi e prodotti a base di amidi
- 85 Amidi e prodotti a base di amidi
- 86 Amidi e prodotti a base di amidi
- 87 Amidi e prodotti a base di amidi
- 88 Amidi e prodotti a base di amidi
- 89 Amidi e prodotti a base di amidi
- 90 Amidi e prodotti a base di amidi
- 91 Amidi e prodotti a base di amidi
- 92 Amidi e prodotti a base di amidi
- 93 Amidi e prodotti a base di amidi
- 94 Amidi e prodotti a base di amidi
- 95 Amidi e prodotti a base di amidi
- 96 Amidi e prodotti a base di amidi
- 97 Amidi e prodotti a base di amidi
- 98 Amidi e prodotti a base di amidi
- 99 Amidi e prodotti a base di amidi
- 100 Amidi e prodotti a base di amidi

11) Cereali contenenti glutine
12) Crustacei e prodotti a base di crostacei
13) Uova e prodotti a base di uova
14) Pesce e prodotti a base di pesce
15) Archi di e prodotti a base di arachidi
16) Sola e prodotti a base di sola
17) Latte e prodotti a base di latte
18) Frutta a nocciolo
19) Sedano e prodotti a base di sedano
20) Sempino e prodotti a base di sempino
21) Semi di anisone e prodotti a base di semi di anisone
22) Anidride solforosa e solfiti
134) Lupini e prodotti a base di lupini
135) Molluschi e prodotti a base di molluschi

00 SET 2022

SETTIMANE: GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	ADULTI
6 Settimana: mercoledì																		
	Riso al latte (3,7)																	
		riso	50	3,7	1,89	0	39,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,646	0	55,86	
		latte (7)	10	0,35	0,15	0,5	4,5	20	0,7	0,3	1	9,2	20	0,7	0,3	1	9,2	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Polpettone al forno (3,3,7)																	
		suino	25	5,7	1,89	0	39,9	30	6,84	2,268	0	47,88	35	7,98	2,646	0	55,86	
		manzo	25	8,28	1,08	0	43	30	9,336	1,256	0	51,6	35	11,592	1,512	0	60,2	
		uova (3)	10	1,24	0,87	0	12,8	15	1,86	1,305	0	19,2	20	2,48	1,74	0	25,6	
		pane (1)	10	0,81	0,05	5,95	26,8	15	1,215	0,075	8,925	40,1	20	1,62	0,1	11,9	53,6	
		grana padano (3,7)	3	1,017	0,855	0,111	12,18	3	1,017	0,855	0,111	12,18	5	1,695	1,425	0,185	20,3	
		latte (7)	5	0,175	0,075	0,25	2,3	10	0,35	0,15	0,5	4,5	10	0,35	0,15	0,5	4,5	
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Finocchi gratinati (1)																	
		finocchi	100	1,2	0	1	9	150	1,8	0	1,5	13,5	200	3,6	0	3	27	
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* il prosciutto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacci e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta e guai
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

07 ip 52

* il prodotto potrebbe essere cancellato.

- 11) Cereali e derivati: glutine
- 12) Grassi e oli: prodotti a base di crostacei
- 13) Uova e prodotti a base d'uovo
- 14) Pesci e prodotti a base di pesce
- 15) Arachidi e prodotti a base di arachidi
- 16) Soia e prodotti a base di soia
- 17) Latte e prodotti a base di latte
- 18) Frutta e vegetali
- 19) Sali e prodotti a base di sodio
- 20) Semplici e prodotti a base di semola
- 21) Semi e prodotti a base di semi
- 22) Semi e prodotti a base di semi
- 23) Semi e prodotti a base di semi
- 24) Semi e prodotti a base di semi
- 25) Semi e prodotti a base di semi
- 26) Semi e prodotti a base di semi
- 27) Semi e prodotti a base di semi
- 28) Semi e prodotti a base di semi
- 29) Semi e prodotti a base di semi
- 30) Semi e prodotti a base di semi
- 31) Semi e prodotti a base di semi
- 32) Semi e prodotti a base di semi
- 33) Semi e prodotti a base di semi
- 34) Semi e prodotti a base di semi
- 35) Semi e prodotti a base di semi
- 36) Semi e prodotti a base di semi
- 37) Semi e prodotti a base di semi
- 38) Semi e prodotti a base di semi
- 39) Semi e prodotti a base di semi
- 40) Semi e prodotti a base di semi
- 41) Semi e prodotti a base di semi
- 42) Semi e prodotti a base di semi
- 43) Semi e prodotti a base di semi
- 44) Semi e prodotti a base di semi
- 45) Semi e prodotti a base di semi
- 46) Semi e prodotti a base di semi
- 47) Semi e prodotti a base di semi
- 48) Semi e prodotti a base di semi
- 49) Semi e prodotti a base di semi
- 50) Semi e prodotti a base di semi
- 51) Semi e prodotti a base di semi
- 52) Semi e prodotti a base di semi
- 53) Semi e prodotti a base di semi
- 54) Semi e prodotti a base di semi
- 55) Semi e prodotti a base di semi
- 56) Semi e prodotti a base di semi
- 57) Semi e prodotti a base di semi
- 58) Semi e prodotti a base di semi
- 59) Semi e prodotti a base di semi
- 60) Semi e prodotti a base di semi
- 61) Semi e prodotti a base di semi
- 62) Semi e prodotti a base di semi
- 63) Semi e prodotti a base di semi
- 64) Semi e prodotti a base di semi
- 65) Semi e prodotti a base di semi
- 66) Semi e prodotti a base di semi
- 67) Semi e prodotti a base di semi
- 68) Semi e prodotti a base di semi
- 69) Semi e prodotti a base di semi
- 70) Semi e prodotti a base di semi
- 71) Semi e prodotti a base di semi
- 72) Semi e prodotti a base di semi
- 73) Semi e prodotti a base di semi
- 74) Semi e prodotti a base di semi
- 75) Semi e prodotti a base di semi
- 76) Semi e prodotti a base di semi
- 77) Semi e prodotti a base di semi
- 78) Semi e prodotti a base di semi
- 79) Semi e prodotti a base di semi
- 80) Semi e prodotti a base di semi
- 81) Semi e prodotti a base di semi
- 82) Semi e prodotti a base di semi
- 83) Semi e prodotti a base di semi
- 84) Semi e prodotti a base di semi
- 85) Semi e prodotti a base di semi
- 86) Semi e prodotti a base di semi
- 87) Semi e prodotti a base di semi
- 88) Semi e prodotti a base di semi
- 89) Semi e prodotti a base di semi
- 90) Semi e prodotti a base di semi
- 91) Semi e prodotti a base di semi
- 92) Semi e prodotti a base di semi
- 93) Semi e prodotti a base di semi
- 94) Semi e prodotti a base di semi
- 95) Semi e prodotti a base di semi
- 96) Semi e prodotti a base di semi
- 97) Semi e prodotti a base di semi
- 98) Semi e prodotti a base di semi
- 99) Semi e prodotti a base di semi
- 100) Semi e prodotti a base di semi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDAARIA	Kcal/porz SCONDAARIA /ADULTI
6 Settimana; venerdì																	
	Mallorredus al pomodoro (1,3,7,9)																
		mallorredus (1)	50	5,75	0,65	36,75	17,7	70	9,45	0,91	51,45	247,8	80	10,8	1,04	58,8	283,2
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	90	1,08	0,45	2,7	19,8
		carota	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		basilico	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Frittata di verdure e formaggio* (3,7)																
		uova (3) numero	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28
		*verdure di stagione	40	3,04	0,76	12,92	13,28	50	3,8	0,95	16,15	16,6	60	4,56	1,14	19,38	19,92
		formaggio (7)	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15	15	3,12	3,24	0,09	42,15
		latte (7)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Insalata mista																
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
	Pane (1)																
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- 11) Cereali contenenti glutine
12) Crostacei e prodotti a base di crostacei
13) Uova e prodotti a base di uova
14) Pesce e prodotti a base di pesce
15) Arachidi e prodotti a base di arachidi
16) Soia e prodotti a base di soia
17) Latte e prodotti a base di latte
18) Frutta a guscio
19) Sedano e prodotti a base di sedano
10) Sempino e prodotti a base di sempino
11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
12) Anidride solforosa e solfiti
13) Lupini e prodotti a base di lupini
14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI SCONDA ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDA	GRAMMI LIPIDI SCONDA	GRAMMI GLUCIDI SCONDA	Kcal/porz SCONDA	ADULTI
7 Settimana; lunedì																				
	Pasta al ragù vegetale* (1,3,7,9)																			
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8			
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8			
		*carote, verza, zucca, zuccina	70	0,77	0,14	5,32	28,7	80	0,88	0,16	6,08	32,8	90	0,99	0,18	6,84	36,9			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Provolone dolce (7)																			
		provvolone dolce (7)	40	13,2	10,4	0,8	144	50	16,5	13	1	280	60	19,8	15,6	1,2	216			
	Cavoli prezzemolati*																			
		*cavoli	100	3,2	0,2	2,7	30	150	4,8	0,3	4,05	45	200	6,4	0,4	5,4	60			
		prezzemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/			
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54			
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0			
	Pane (1)																			
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8			
	Frutta di stagione																			
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104			

* Il prosciutto potrebbe essere surgelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
(2) Cristallini e prodotti a base di crostacei
(3) Uova e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Ancho e prodotti a base di anchori
(6) Salse e prodotti a base di salse
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta e verdure
(9) Sedano e prodotti a base di sedano
(10) Semplici e prodotti a base di semole
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anidride solforosa e additivi
(13) Luoli e prodotti a base di lupini
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
Dott.ssa Federica Atzel
Mestr. Asl 074327

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA
7 Settimana; martedì																	
		Risotto alla crema di piselli* [3,7,9]															
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4
		*piselli in crema	60	3,24	0,18	3,9	36,6	70	3,78	0,71	4,55	42,7	80	4,32	0,24	5,2	48,8
		*verdure miste per brodo veg (9)	70	3,7	0,75	15,7	78	80	5,8	1,2	24,6	122	90	6,6	1,35	28,2	140
		grana padano [3,7]	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		cipolla	c.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.	/	/	/	/
		prezemolo	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.	/	/	/	/
		basilico	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	c.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Bocconcini di pollo al pangrattato (1)															
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Broccoli all'olio*															
		*broccoli	100	3	0,4	3,1	33	150	4,5	0,6	4,65	49,5	200	6	0,8	6,2	66
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Pane (1)															
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
		Frutta di stagione															
		frutta di stagione	150	0,4025	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

de il prodotto dovrebbe essere congelato,

- (1) Cereali seminati; glutine
(2) Contatti e prodotti a base di cretaceo
(3) Uovo e prodotti; a base di uova
(4) Pesce e prodotti; a base di pesce
(5) Avvicini le predetti a base di avicini
(6) Seta e prodotti; a base di seta
(7) Latte e prodotti; a base di latte
(8) Frutta a uccello
(9) Sedano e prodotti; a base di sedano
(10) Senape e prodotti; a base di senape
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anici-de-solfiorosa e soffici
(13) Lupini e prodotti; a base di lupini
(14) Mellucchi e prodotti a base di mollicchi

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI INFANZIA PROTEINE	GRAMMI INFANZIA LIPIDI	GRAMMI INFANZIA GLUCIDI	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA PROTEINE	GRAMMI PRIMAARIA LIPIDI	GRAMMI PRIMAARIA GLUCIDI	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI SECONDAARIA	GRAMMI SECONDAARIA LIPIDI	GRAMMI SECONDAARIA GLUCIDI	Kcal/porz SECONDAARIA	ADULTI
7 Settimana; mercoledì																			
	Pasta al pomodoro (1,3,7,9)																		
	pasta (1)		50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8		
	pelati		65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,5	50	1,08	0,45	2,7	19,8		
	carote		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	sedano (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	grana padano (3,7)		6	2,034	1,71	0	23,52	7	2,373	1,995	0	27,44	8	2,712	2,28	0	31,36		
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
	Gateau di patate*(1,3,7)																		
	uova (3) numero		1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28	1	0,124	0,087	0	1,28		
	*patate		20	0,4	0,02	3,2	34,4	40	0,8	0,04	6,4	28,8	50	1	0,05	8	36		
	formaggio (7)		10	2,08	2,16	0,06	28,1	10	2,08	2,16	0,06	28,1	10	2,08	2,16	0,06	28,1		
	latte (7)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	aromi		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	pane grattugiato (1)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/		
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
	Insalata verde																		
	insalata verde		40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2		
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54		
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0		
	Pane (1)																		
	pane (1)		40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8		
	Frutta di stagione																		
	frutta di stagione		150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104		

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Aranci e prodotti a base di aranci
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a gusto
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anelli di soia e prodotti a base di soia
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

00 SET. 2021



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDAARIA	Kcal/porz SCONDAARIA
7 Settimana; giovedì																		
	Riso olio e parmigiano (3,7)																	
	riso		50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,31	236,6	80		5,92	0,24	65,04	270,4
	grana padano (3,7)		6	2,034	1,71	0,221	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8		2,712	2,28	0,296	32,48
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6		0	6	0	54
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1		0	0	0	0
	Merluzzo alla pizzaiola *(4)																	
	* merluzzo (4)		60	10,2	0,18	0	177,6	80	13,6	0,24	0	236,8	100		17	0,3	0	296
	pelati		20	0,24	0,1	0,6	4,4	30	0,36	0,15	0,9	6,6	30		0,36	0,15	0,9	6,6
	olive nere		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.		/	/	/	/
	origano		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.		/	/	/	/
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.		/	/	/	/
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6		0	6	0	54
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1		0	0	0	0
	Crudité di verdure																	
	verdure di stagione		100	7,6	1,9	32,3	33,2	150	11,4	2,85	48,45	49,8	200		15,2	3,8	64,6	66,4
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6		0	6	0	54
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1		0	0	0	0
	Pane (1)																	
	pane (1)		40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60		4,86	0,3	35,7	160,8
	Frutta di stagione																	
	frutta di stagione		150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200		0,59	2,4	28	104

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- 11) Cereali contenenti glutine
 12) Cristacce e prodotti a base di crostacei
 13) Uova e prodotti a base di uova
 14) Pesce e prodotti a base di pesce
 15) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 16) Soia e prodotti a base di soia
 17) Latte e prodotti a base di latte
 18) Frutta a buccia
 19) Sedano e prodotti a base di sedano
 110) Serrape e prodotti a base di serrape
 111) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 112) Andricio soforosa e salifiti
 113) Lupini e prodotti a base di lupini
 114) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
 Dott.ssa Federica Attuel
 Matr. AA_074327

09 SET 2022



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMA PRIMA	GRAMMI PROTEINE PRIMA	GRAMMI LIPIDI PRIMA	GRAMMI GLUCIDI PRIMA	Kcal/porz PRIMA	GRAMMI PRIMA	GRAMMI SECONDARIA	GRAMMI ADULTI	GRAMMI PROTEINE SECONDARIA	GRAMMI LIPIDI SECONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECONDARIA	Kcal/porz SECONDARIA	ADULTI
7 Settimana; venerdì	Pastina in brodo di carne (1,3,7,9)																				
	pastina (1)		25	3,375	0,3	38,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	40	5,4	0,48	29,08	136,4				
	brodo di carne (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	carote		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	sedano (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	grana padano (3,7)		6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48				
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54				
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0				
	Spezzatino di manzo con patate*(9)																				
	manzo		50	16,56	2,16	0	86	60	19,872	2,592	0	103,2	70	23,184	3,024	0	120,4				
	*patate		100	2	0,1	16	72	150	3	0,15	24	108	200	4	0,2	32	144				
	sedano (9)		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	aromi		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	cipolla		q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	/	/	/	/
	olio evo		4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54				
	sale		1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0				
	Pane (1)																				
	pane (1)		40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8				
	Frutta di stagione																				
	frutta di stagione		150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104				

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Arachidi e prodotti a base di arachidi
 (6) Soia e prodotti a base di soia
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a buccia
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Serrano e prodotti a base di serrano
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e sali
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

06 SET 2012



SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI SECUNDARIA	GRAMMI LIPIDI SECUNDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECUNDARIA	Kcal/porz SECUNDARIA	ADULTI	GRAMMI SECUNDARIA	GRAMMI PROTEINE SECUNDARIA	GRAMMI LIPIDI SECUNDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECUNDARIA	Kcal/porz SECUNDARIA	ADULTI
8 Settimana; Lunedì																									
	Pasta olio e parmigiano (1,3,7)																								
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	58,16	272,8								
		grana padano (3,7)	6	2,094	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48								
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54								
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0								
	Prosciutto cotto																								
		prosciutto cotto	25	3,925	1,9	0,425	34,5	30	4,71	2,28	0,51	41,4	35	5,495	2,66	0,595	48,3								
	Bietta ripassata*																								
		*bietta	100	1,3	0,1	1,8	15	150	1,95	0,15	2,7	22,5	200	2,6	0,2	3,6	30								
		aglio	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/								
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/								
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54								
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0								
	Pane (1)																								
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8								
	Frutta di stagione																								
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104								

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uova e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Anziché i prodotti a base di pesce
(6) Sola e prodotti a base di sola
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a guscio
(9) Serrano e prodotti a base di serrano
(10) Serrano e prodotti a base di serrano
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Avena sifforata e soia
(13) Urtica e prodotti a base di urtica
(14) Meluschi e prodotti a base di meluschi

Biologa Nutrizionista
Dott.ssa Federica Atzel
50745292

08 SET 2022



SETTIMANE: GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDAARIA	Kcal/porz SCONDAARIA /ADULTI
8 Settimana; martedì	Pasta al ragù (1,3,7,9)																
		pasta (1)	50	6,75	0,6	36,35	170,5	70	9,45	0,84	50,89	238,7	80	10,8	0,96	50,16	272,8
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	39,8
		carne vitello/ma	20	4,3	0,48	0	21,6	25	5,375	0,5	0	27	30	6,45	0,72	0	32,4
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Platessa gratinata*(1,4)															
		*platessa (4)	60	6,6	5,06	9	124,6	80	8,8	8,08	12	152,8	100	11	10,1	15	191
		pane grattugiato (1)	5	0,505	0,105	3,89	17,85	10	1,01	0,21	7,78	35,7	12	1,212	0,252	9,336	42,84
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/
		cio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Insalata verde															
		insalata verde	40	0,44	0,04	0,88	6,8	50	0,55	0,05	1,1	8,5	60	0,66	0,06	1,32	10,2
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
		Pane (1)															
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8
		Frutta di stagione															
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104

* Il prodotto dovrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
(2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
(3) Uova e prodotti a base di uova
(4) Pesce e prodotti a base di pesce
(5) Anziché i prodotti a base di pesce
(6) Salsa e prodotti a base di salsa
(7) Latte e prodotti a base di latte
(8) Frutta a guscio
(9) Salsame e prodotti a base di salsame
(10) Salsame e prodotti a base di salsame
(11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
(12) Anziché i prodotti a base di sesamo
(13) Lattini e prodotti a base di lattini
(14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Federica Atzei
Biologa Nutrizionista
Dott.ssa Federica Atzei
Mater. AA_074327

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SCONDARIA	GRAMMI PROTEINE SCONDARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDARIA	Kcal/porz SCONDARIA	ADULTI
8 Settimana; mercoledì	Vellutata di legumi con pastina (1,6,9)																	
		pastina (1)	20	2,7	0,24	14,54	68,2	25	3,375	0,3	18,175	85,25	35	4,725	0,42	25,445	119,35	
		legumi (6)	25	5,6	2,32	12,12	74,82	30	6,72	2,79	14,55	89,79	35	7,84	3,25	14,55	104,75	
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Bocconcini di pollo alle erbe (9)																	
		pollo	50	11,65	0,4	0	50	60	13,98	0,48	0	60	70	16,31	0,56	0	70	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Patate al forno*																	
		* patate	100	2	0,1	16	72	140	2,8	0,14	22,4	100,8	160	3,2	0,16	25,6	115,2	
		rosmarino	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* Il prodotto potrebbe essere congelato.

- 11) Cereali contenenti glutine
12) Cristacce e prodotti a base di crostacei
13) Uova e prodotti a base di uova
14) Pesce e prodotti a base di pesce
15) Arachidi e prodotti a base di arachidi
16) Soia e prodotti a base di soia
17) Latte e prodotti a base di latte
18) Frutta e guancie
19) Selenio e prodotti a base di selenio
20) Senape e prodotti a base di senape
21) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
22) Anidride solforosa e solfiti
23) Lupini e prodotti a base di lupini
24) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
Dott.ssa Federica Atzei
06421-06422

06 SET 2022

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI PROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMARIA	Kcal/porz PRIMARIA	GRAMMI SECUNDARIA	GRAMMI PROTEINE SECUNDARIA	GRAMMI LIPIDI SECUNDARIA	GRAMMI GLUCIDI SECUNDARIA	Kcal/porz SECUNDARIA	GRAMMI SECUNDARIA /ADULTI
8 Settimana; giovedì																		
	Pizza margherita (1,7)																	
		pizza rossa (1)	80	6,08	5,28	32,56	158,4	100	7,6	6,6	40,7	248	120	9,12	7,92	48,84	297,6	
		mozzarella (7)	30	5,61	5,85	0,21	75,9	40	7,48	7,8	0,28	104,2	60	11,22	11,7	0,42	151,8	
	Mozzarella (7)																	
		mozzarella (7)	40	7,48	7,8	0,28	101,2	70	13,09	13,65	0,49	177,1	80	14,96	15,6	0,56	202,4	
	Insalata mista																	
		insalata verde	20	0,22	0,02	0,44	3,4	25	0,275	0,025	0,55	4,25	30	0,33	0,03	0,66	5,1	
		verdure di stagione	50	3,8	0,95	16,15	16,6	80	6,08	1,52	25,84	26,56	100	7,6	1,9	32,3	33,2	
		olio eva	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	6	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	50	4,86	0,3	35,7	160,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4425	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* il prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Cristalleri e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Avanzi e prodotti a base di arachidi
 (6) Sali e prodotti a base di sale
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a guscio
 (9) Sali e prodotti a base di sodio
 (10) Sali e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Anidride solforosa e solfiti
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Molluschi e prodotti a base di molluschi

Biologa Nutrizionista
 Dott.ssa Federica Azzei
 Matr. AA_074927

SETTIMANE; GIORNI	PIATTI	INGREDIENTI	GRAMMI INFANZIA	GRAMMI ROTEINE INFANZIA	GRAMMI LIPIDI INFANZIA	GRAMMI GLUCIDI INFANZIA	Kcal/porz INFANZIA	GRAMMI PRIMAARIA	GRAMMI PROTEINE PRIMAARIA	GRAMMI LIPIDI PRIMAARIA	GRAMMI GLUCIDI PRIMAARIA	Kcal/porz PRIMAARIA	GRAMMI SCONDAARIA /ADULTI	GRAMMI PROTEINE SCONDAARIA	GRAMMI LIPIDI SCONDAARIA	GRAMMI GLUCIDI SCONDAARIA	Kcal/porz SCONDAARIA	/ADULTI
8 Settimana; venerdì	Risotto al pomodoro (3,7,9)																	
		riso	50	3,7	0,15	40,65	169	70	5,18	0,21	56,91	236,6	80	5,92	0,24	65,04	270,4	
		pelati	65	0,78	0,325	1,95	14,3	80	0,96	0,4	2,4	17,6	90	1,08	0,45	2,7	19,8	
		carote	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		sedano (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		brodo vegetale (9)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		grana padano (3,7)	6	2,034	2,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	5	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Tortino di ricotta e spinaci*(1,3,7)																	
		uova (3)	3	0,372	0,261	0	3,84	5	0,62	0,435	0	5,4	6	0,744	0,522	0	7,68	
		ricotta (7)	50	4,4	5,45	1,75	73	60	5,28	6,54	2,1	87,6	80	7,04	8,72	2,8	116,8	
		*spinaci	30	0,84	0	0	4,5	50	1,4	0	0	7,5	60	1,68	0	0	9	
		grana padano (3,7)	6	2,034	1,71	0,222	24,36	7	2,373	1,995	0,259	28,42	8	2,712	2,28	0,296	32,48	
		aromi	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		cipolla	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		pane grattugiato (1)	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	q.b.	/	/	/	/	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	5	0	54	
		sale	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Carote all'olio*																	
		*Carote	100	1,1	0,2	7,6	41	150	1,65	0,3	11,4	61,5	200	2,2	0,4	15,2	82	
		olio evo	4	0	4	0	36	5	0	5	0	45	6	0	5	0	54	
		sali	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	
	Pane (1)																	
		pane (1)	40	3,24	0,2	23,8	107,2	50	4,05	0,25	29,75	134	60	4,96	0,3	35,7	150,8	
	Frutta di stagione																	
		frutta di stagione	150	0,4125	1,8	21	78	150	0,4425	1,8	21	78	200	0,59	2,4	28	104	

* : prodotto potrebbe essere congelato.

- (1) Cereali contenenti glutine
 (2) Crostacei e prodotti a base di crostacei
 (3) Uova e prodotti a base di uova
 (4) Pesce e prodotti a base di pesce
 (5) Aranci e prodotti a base di aranci
 (6) Sale e prodotti a base di sale
 (7) Latte e prodotti a base di latte
 (8) Frutta a gusto
 (9) Sedano e prodotti a base di sedano
 (10) Senape e prodotti a base di senape
 (11) Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo
 (12) Amidi di farina e sale
 (13) Lupini e prodotti a base di lupini
 (14) Meluschi e prodotti a base di meluschi