

RICETTARIO SCUOLE DI VALDELLATORRE/CASELETTE MENU' PRIMAVERA-ESTATE

ALLERGENI: Dall'analisi dei pericoli effettuata non si può escludere alcuna traccia di allergeni (rischio di tracce).

Rivolgersi al personale per informazioni più dettagliate.

Eventuali diete particolari vanno richieste a parte al personale

PRIMI PIATTI

PIATTO	GRAMMATURA INFANZIA		GRAMMATURA PRIMARIA		GRAMMATURA ADULTI	
	CRUDO	COTTO	CRUDO	COTTO	CRUDO	COTTO
PASTA/RISO AL POMODORO/ BASILICO/OLIVE						
Pasta di semola (glutine)	50-60	100-120	70-80	140-160	90-100	180-200
Riso	50-60	150-180	70-80	210-240	90-100	270-300
Pomodori pelati	40	40	60	60	80	80
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Sale, cipolla,basilico	qb		qb		qb	
olive	qb		qb		qb	
PASTA AL PESTO						
Pasta di semola (glutine)	50-60	100-120	70-80	140-160	90-100	180-200
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Pesto confezionato (glutine, frutta secca a guscio,latte)	qb		qb		qb	
PASTA/RISO OLIO/PARMIGIANO						
Pasta di semola (glutine)	50-60	100-120	70-80	140-160	90-100	180-200
Riso	50-60	150-180	70-80	210-240	90-100	270-300
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Parmigiano reggiano (latte)	5	5	5	5	10	10
PASTA AL RAGU' VEGETALE						
Pasta di semola (glutine)	50-60	100-120	70-80	140-160	90-100	180-200
Verdure miste (carote,cipolle,zucchine)	20	20	40	40	60	60
Pomodori pelati	40	40	60	60	80	80
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	

PASTA POMODORO E MELANZANE						
Pasta di semola (glutine)	50-60	100-120	70-80	140-160	90-100	180-200
Pomodori pelati	40	40	60	60	80	80
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
melanzane	30	30	40	40	50	50
sale	qb		qb		qb	
RISO ALLO ZAFFERANO						
Riso	50-60	150-180	70-80	210-240	90-100	180-200
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Zafferano	qb		qb		qb	
sale	qb		qb		qb	
RISO ALLE VERDURE						
riso	50-60	150-180	70-80	210-240	90-100	180-200
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Verdure (carote,cipolle,,piselli)	30	30	40	40	50	50
Pomodoro pelato	40	40	60	60	80	80
PASSATO DI VERUDRE CON PASTA/ORO/FARRO/RISO						
Pasta di semola (glutine)/riso/orzo/farro	30-35	60-70	35-40	70-80	40-50	80-100
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Verdure (carote,cipolle,patate,fagiolini o piselli)	30	30	40	40	50	50
PIZZA DA FORNITORE						
Farina (glutine,senape,soia), pomodori in polpa,sale,lievito,olio e.v.o	120-150			160-190		200-230
	NB: IN OGNI ABBINAMENTO AL PRIMO PIATTO CVALDO SARA' SERVITO PARMIGIANO REGIANO (latte) 5 gr per l'infanzia/primaria 10 gr per gli adulti					

SECONDI PIATTI DI CARNE						
SPEZZATINO DI BOVINO IN UMIDO						
Carne di bovino	50-70	40-60	70-90	60-80	90-100	80-90
Pomodori pelati	20	20	30	30	40	40
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Cipolla,sale,aromi naturali	qb		qb		qb	
ARROSTO DI LONZA						
Carne di suino	50-70	40-60	70-90	60-80	90-100	80-90
Brodo vegetale (carota,cipolla),sale	qb		qb		qb	
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Aromi naturali	qb		qb		qb	
POLLO AL LIMONE						
Carne di pollo	50-70	40-60	70-90	60-80	90-100	80-90
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Farina (glutine)	qb		qb		qb	
sale	qb		qb		qb	
		SECONDI PIATTI DI PESCE				
MERLUZZO AGLI AROMI						
Pesce gelo (pesce)	70-80	40-70	80-100	70-90	100-120	90-110
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Aromi naturali (salvia,rosmarino)	qb		qb		qb	
PLATESSA DORATA (IMPANATA)						
Pesce gelo (pesce)	70-80	60-70	80-100	70-90	100-120	90-110
Uova pastorizzate (uova)	5	5	5	5	5	5
Pane grattugiato (glutine, soia)	qb		qb		qb	
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
MERLUZZO OLIO E LIMONE						
Pesce gelo (pesce)	70-80	60-70	80-100	70-90	100-120	90-110
sale	qb		qb		qb	
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
Limone	qb		qb		qb	

		SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA				
TORTINO DI ZUCCHINE E MENTA						
Uova pastorizzate (uova)	N°1x10 porzioni (=5 gr)		N°1x10 porzioni (=5 gr)		N°1x10 porzioni (=5 gr)	
zucchine	30	30	40	40	50	50
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Parmigiano reggiano (latte)	qb		qb		qb	
UOVO SODO PASTORIZZATO						
Uovo sodo	1		1		1	
TORTINO ALLE VERDURE						
Uova pastorizzate (uova)	N°1x10 porzioni (=5 gr)		N°1x10 porzioni (=5 gr)		N°1x10 porzioni (=5 gr)	
Verdure (carote,patate,zucchine)	30	30	40	40	50	50
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Parmigiano reggiano (latte)	qb		qb		qb	
POLPETTE DI CECI/TORTINO DI LENTICCHIE						
Uova pastorizzate (uova)	N°1x10 porzioni (=5 gr)		N°1x10 porzioni (=5 gr)		N°1x10 porzioni (=5 gr)	
Legumi secchi ceci/lenticchie(glutine,soia)	20	40	30	60	40	80
patate	qb		qb		qb	
Parmigiano reggiano (latte)	5	5	5	5	5	5
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
Pangrattato (glutine,soia)	qb		qb		qb	
SECONDI DI LEGUMI						
INSALATA DI FAGIOLI						
Legumi freschi/scatola precotti	60-80		80-100		100-130	
Olio e.v.o	5		5		5	
sale	qb		qb		qb	
FARINATA DI CECI						
Farina di ceci	20		20		25	
acqua	qb		qb		qb	
sale	qb		qb		qb	
Olio e.v.o	5		5		5	

		FORMAGGI FRESCHI				
MOZZARELLA/CRESCENZA/ RICOTTA	50-60		70-90		100-120	
		AFFETTATI MISTI				
AFFETTATO DI TACCHINO	40-50		60-70		70-80	
		VERDURE COTTE				
PATATE AL FORNO						
Patate	110	130	140	170	160	190
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	Q b		qb		qb	
prezzemolo	qb		qb		qb	
CAROTE OLIO						
carote	80-120	40-60	100-130	50-65	130-150	65-75
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
rosmarino	qb		qb		qb	
FAGIOLINI OLIO						
Fagiolini gelo	80-120	40-60	100-130	50-65	130-150	65-75
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
SPIANCI OLIO						
Erbette/spinaci gelo	80-120	40-50	100-130	50-65	130-150	65-75
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
ZUCCHINE IN UMIDO						
zucchine	80-120	40-60	100-130	50-65	130-150	65-75
Pomodori pelati	20	20	30	30	40	40
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
PISELLI OLIO						
Piselli gelo	60-80	50-70	80-100	70-90	100-130	90-120
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	

PUREA DI PATATE						
Patate	100-130	120-156	130-150	156-180	150-200	180-240
Burro (latte)	5	5	5	5	10	10
Olio e.v.o	qb		qb		qb	
sale	qb		qb		qb	
ZUCCHINE AL VAPORE						
zucchine	80-120	40-60	100-130	50-65	130-150	65-75
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
		VERDURE CRUDE				
POMODORI IN INSALATA						
pomodori	80-120		100-130		130-150	
Olio e.v.o	5		5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
FINOCCHI IN INSALATA						
finocchi	80-120		100-130		130-150	
Olio e.v.o	5		5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
INSALATA VERDE						
Insalata verde	20-40		30-50		30-50	
Olio e.v.o	5		5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
INSALATA DI VERZA/CAVOLO						
verza	20-40		30-50		30-50	
Olio e.v.o	5	5	5	5	10	10
sale	qb		qb		qb	
INSALATA DI CAROTE						
carote	80-120		100-130		100-130	
Olio e.v.o	5		5	5	10	10
sale	qb	qb			qb	
		FRUTTA FRESCA DI STAGIONE				
FRUTTA FRESCA DI STAGIONE			MIN 120		MIN 150	

		VARIE				
PANE (glutine)			50-60		60-70	
YOGURT ALLA FRUTTA						
Yogurt (latte)			125		125	
BUDINO CIOCCOLATA/VANIGLIA						
latte			100		100	
GELATO (DA FORNITORE) PANNA E CIOCCOLATA	1 COPPA		1 COPPA		1 COPPA	
Latte,soia,frutta secca a guscio						