

RICETTARIO
RISTORAZIONE
COLLETTIVA
Mensa scolastica Polo
G.Miglio Adro (BS)

INDICE PIATTI

PREPARAZIONI VARIE	Pag. 6
BESCIAMELLA	Pag. 6
BRODO VEGETALE	Pag. 7
CROSTINI DI PANE	Pag. 7
PANE	Pag. 8
PASTA/RISO/ALTRI CEREALI BRODOSI	Pag. 9
CREMA DI PATATE E ORZO	Pag. 9
VELLUTATA DI PATATE E CANNELLINI	Pag. 10
MINESTRA D'ORZO	Pag. 11
PASSATO DI VERDURE	Pag. 12
MINISTRONE CON PATATE	Pag. 13
TORTELLINI IN BRODO VEGETALE	Pag. 14
VELLUTATA DI ZUCCHINE	Pag. 15
PASTA/RISO/ALTRI CEREALI ASCIUTTI	Pag. 16
GNOCCHI DI PATATE BURRO E SALVIA	Pag. 16
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO	Pag. 17
GNOCCHI DI PATATE IN BIANCO	Pag. 18
GNOCCHI DI PATATE AL RAGU' DI CARNE	Pag. 19
GNOCCHI AL RAGU' DI VERDURE	Pag. 20
ORZOTTO ALLE VERDURE	Pag. 21
PASTA AL RAGU' DI CARNE	Pag. 22
PASTA AL RAGU' DI LENTICCHIE	Pag. 23
PASTA AL RAGU' DI VERDURE	Pag. 24
PASTA ALL'OLIO	Pag. 25
PASTA TONNO E ZUCCHINE	Pag. 26
RAVIOLI DI CARNE AL BURRO E PARMIGIANO	Pag. 27
PASTA AL PESTO	Pag. 28

PASTA AL POMODORO	Pag. 29
PASTA ALLO ZAFFERANO	Pag. 30
RISO GIALLO	Pag. 31
RISO IN BIANCO	Pag. 32
RISO AL POMODORO	Pag. 33
RISOTTO ALLA ZUCCA	Pag. 34
RISOTTO AI CECI	Pag. 35
RISOTTO ALLA PARMIGIANA	Pag. 36
RISOTTO ZAFFERANO E CECI	Pag. 37
SECONDI PIATTI DI PESCE	Pag. 38
FILETTI DI SOGLIOLA AL FORNO	Pag. 38
FILETTO DI PLATESSA DORATA AL FORNO	Pag. 39
COTOLETTA DI PESCE	Pag. 40
SCALOPPINE DI PLATESSA	Pag. 41
TONNO	Pag. 42
TONNO E PISELLI	Pag. 43
SECONDI PIATTI DI CARNE BIANCA	Pag. 44
COSCE DI POLLO AL FORNO	Pag. 44
COTOLETTA DI POLLO	Pag. 45
PETTO DI POLLO ALLA GRIGLIA	Pag. 46
ROTOLO DI TACCHINO AL FORNO	Pag. 47
PETTO DI TACCHINO	Pag. 48
SCALOPPINA DI POLLO AL LIMONE	Pag. 49
SECONDI PIATTI DI CARNE ROSSA	Pag. 50
SALTIMBOCCA	Pag. 50
LONZA DI MAIALE ARROSTO	Pag. 51
PROSCIUTTO COTTO	Pag. 52
HAMBURGER	Pag. 52
SECONDI PIATTI DI UOVA	Pag. 53
FRITTATA AL FORNO	Pag. 53

FRITTATA AL FORNO CON VERDURE	Pag. 54
OMELETTE DI UOVA	Pag. 55
UOVA SODE	Pag. 56
UOVA STRAPAZZATE	Pag. 56
SECONDI PIATTI DI FORMAGGIO	Pag. 57
CAPRESE	Pag. 57
FORMAGGI	Pag. 58
POLPETTE DI PANE E FORMAGGIO	Pag. 59
SECONDI PIATTI DI LEGUMI	Pag. 60
FRITTATA DI CECI	Pag. 60
FRITTATA DI VERDURE E PISELLI	Pag. 61
FAGIOLI IN UMIDO CON POMODORO	Pag. 62
LENTICCHIE AL POMODORO	Pag. 63
CECI O PISELLI IN UMIDO	Pag. 64
PISELLI IN PADELLA	Pag. 65
PIATTI UNICI	Pag. 66
BOCCONCINI DI TACCHINO CON POLENTA, PISELLI	Pag. 66
FESA DI TACCHINO AL LATTE	Pag. 67
INSALATA DI RISO CON POLLO E PISELLI	Pag. 68
LASAGNE AL RAGU'-PASTA PASTICCATA	Pag. 69
PIZZA MARGHERITA	Pag. 70
PASTA PROSCIUTTO E PISELLI	Pag. 71
CONTORNI	Pag. 72
CAVOLFIORE GRATINATO AL FORNO	Pag. 72
FINOCCHIO ALL'ARANCIA	Pag. 73
PATATE AL FORNO	Pag. 74
PATATE LESSATE	Pag. 74
SPINACI	Pag. 75
MORBIDELLE DI VERDURA	Pag. 76
VERDURE COTTE	Pag. 77

VERDURE CRUDE	Pag. 78
ZUCCHINE GRATINATE	Pag. 79
ZUCCHINE TRIFOLATE	Pag. 80
FRUTTA	Pag.81

PREPARAZIONI VARIE

BESCIAMELLA			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Latte parz. scremato	30	50	50
Burro (latte)	3	5	5
Farina di frumento (glutine)	8	12	12
Sale iodato	0,2	0,3.	0,3
<p>MODALITA' DI PREPARAZIONE: In una casseruola far sciogliere il burro e aggiungere la farina setacciata a pioggia con un poco di sale; dopo aver amalgamato il tutto con la frusta, versare il latte caldo poco alla volta fino ad ottenere una besciamella omogenea, senza grumi e di consistenza cremosa.</p>			
<p>MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI</p> <p>Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.</p> <p>Esclusione di latte e derivati: sostituire il piatto con altra preparazione permessa.</p> <p>Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.</p> <p>Esclusione di fave: nessuna modifica.</p>			

BRODO VEGETALE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Carote	8	10	13
Cipolle	4	5	7
Sedano	2	2	3
Sale	0,2	0,3	0,4
Acqua	q.b.	q.b.	q.b.
MODALITA' DI PREPARAZIONE Mondare, sbucciare e lavare le verdure intere (carota, cipolla e sedano); cuocerle in acqua salata per circa un'ora. Eliminare le verdure e filtrare il brodo vegetale.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: nessuna modifica. Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

CROSTINI DI PANE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pane comune o integrale (glutine)	30	30	40
Salvia, rosmarino, timo, origano	q.b.	q.b.	q.b.
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Tagliare il pane fresco a cubetti piccoli; disporli in una placca, spolverizzarli con erbe aromatiche a piacere. Cuocere in forno a 180 °C per 10 minuti circa, fino alla doratura.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: sostituire i crostini con riso o utilizzare pane o pasta senza glutine notificati al Ministero della Salute o con la dicitura “senza glutine” in etichetta. Esclusione di latte e derivati: utilizzare pane senza glutine notificato al Ministero della Salute e/o inserito nel Portuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

PANE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pane comune (glutine)	40	40	80
Pane integrale (glutine)	50	50	80-90
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Servire il pane intero o tagliato a fette (infanzia) preferibilmente insieme al secondo piatto.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: sostituire con pane senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura “senza glutine” in etichetta. Esclusione di latte e derivati: utilizzare pane senza glutine notificato al Ministero della Salute e/o inserito nel Portuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

PASTA/RISO/ALTRI CEREALI BRODOSI

CREMA DI PATATE E ORZO			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Crostini di pane (glutine)	15	20	25
Patate	40	40	50
Orzo	30	30	40
Carota	10	10	20
Cipolla	3	4	5
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	3	3	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE:			
Lavare e tagliare grossolanamente le patate, le carote e le cipolle emettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata frullare, aggiungere l'orzo portandolo a cottura, condire con olio, grana grattugiato e servire con crostini di pane a parte.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI			
Esclusione di glutine: sostituire i crostini con riso o utilizzare crostini o pasta senza glutine notificati al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.			
Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.			
Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.			
Esclusione di fave: nessuna modifica.			

VELLUTATA DI PATATE E CANNELLINI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
fagioli cannellini freschi	25/30	30/35	40/50
*oppure Legumi secchi	7/10	10/15	15/20
Carota	40	45	50
Cipolla	5	5	10
Olio EVO	5	5	7
Patate	30	35	40
Grana padano (latte, uova)	3	3	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: tutto l'anno			
<p>MODALITA' DI PREPARAZIONE: Tenere i fagioli in ammollo per almeno 12 ore in acqua abbondante. Mondare, sbucciare, lavare e tagliare a pezzi le verdure e cuocere in acqua. Aggiungere i fagioli. Lasciare cuocere per circa 1 ora. A fine cottura frullare il tutto e controllare la salatura. Condire con olio EVO a crudo di sale e frullare il tutto. Prima di servire aggiungere l'olio e il grana grattugiato.</p>			
<p>MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI</p> <p>Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.</p> <p>Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.</p> <p>Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.</p> <p>Esclusione di fave: nessuna modifica.</p>			

MINESTRA D'ORZO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Orzo (glutine)	30	40	40
Carota	40	50	50
Cipolla o Porro	5	10	10
Patate	40	50	50
Sedano	5	10	10
Olio EVO	5	7	7
Grana padano (latte, uova)	3	4	5
Sale iodato	0	0,1	0,1
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Mondare, sbucciare, lavare e tagliare a pezzi le verdure e cuocere in acqua. Aggiustare di sale e frullare il tutto. Portare a ebollizione la crema di verdure, aggiungere l'orzo e procedere alla sua cottura controllando il grado di salatura. Prima di servire aggiungere l'olio e il grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASSATO DI VERDURE

	INGREDIENTI	GRAMMATURE	
		PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Carota	15	15	20
Cipolla	5	5	7
Patate	40	40	50
Sedano	5	5	10
Altre verdure (zucca/coste* o zucchine/fagiolini**)	15	15	20
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	3	3	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: * autunno/inverno ** primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Mondare, sbucciare, lavare e tagliare a pezzi le verdure. Cuocerle in acqua salata. Frullare o passare le verdure al passaverdura e servire con grana e olio extravergine a crudo.

Se la ricetta prevede i crostini, lasciare una consistenza maggiore alla vellutata.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

	MINISTRONE CON PATATE		
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Carota	15	15	20
Cipolla	5	5	7
Patate	40	40	50
Sedano	5	5	10
Altre verdure (zucca/coste* o zucchine/fagiolini**)	15	15	20
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	3	3	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: * autunno/inverno ** primavera/estate			
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Mondare, sbucciare, lavare e tagliare a pezzi le verdure. Cuocerle in acqua salata. Frullare o passare le verdure al passaverdura e servire con grana e olio extravergine a crudo. Se la ricetta prevede i crostini, lasciare una consistenza maggiore alla vellutata.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine. Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana. Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

TORTELLINI IN BRODO VEGETALE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Tortellini ricotta e spinaci freschi (glutine)	50	60	60
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	2	3	4
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Cuocere i tortellini nel brodo di carne in ebollizione e servire con formaggio grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire con riso o utilizzare tortellini senza glutine notificati al Ministero della Salute e/o inseriti nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: controllare in etichetta "tortellini" presenza di latte e derivati ed eventualmente sostituire con pastina di semola di grano duro o riso. Eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: sostituire i tortellini con pastina di semola di grano duro o riso; utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo (controllare l'etichetta) o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: scheda tecnica ed etichetta prodotto "tortellini" devono garantire l'assenza di fave e derivati e qualsiasi contaminazione derivante da pratiche di lavorazione. In caso contrario sostituire con altra preparazione permessa.

VELLUTATA DI ZUCCHINE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Zucchine	60	70	70
Cipolla	5	10	10
Patate	40	60	60
Olio EVO	5	7	7
Grana padano (latte, uova)	3	4	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Mettere le verdure in acqua fredda dopo averle pulite, sbucciate, lavate e tagliate. Assemblare il tutto e cuocere aggiungendo il sale. A cottura ultimata frullare e verificare il raggiungimento di una consistenza cremosa. Eventualmente correggere aggiungendo brodo vegetale oppure addensare prolungando la cottura. Condire con olio extravergine d'oliva e formaggio grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA/RISO/ALTRI CEREALI ASCIUTTI

GNOCCHI DI PATATE BURRO E SALVIA			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Gnocchi di patate freschi (glutine)	140	180	200
Burro (latte)	5	7	7
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Stagionalità: primavera/estate			
*verificare scheda tecnica o etichetta del prodotto pronto “gnocchi” gli allergeni presenti			
MODALITA' DI PREPARAZIONE:			
Lessare gli gnocchi in acqua bollente, condire con il burro aromatizzato con qualche foglia di salvia e scaldato a bagnomaria e con formaggio grana.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI			
Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.			
Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.			
Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.			
Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.			
Esclusione di fave: nessuna modifica.			

GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Gnocchi di patate freschi (glutine)	140	180	200
Pomodori pelati	50	60	90
Carote	10	12	15
Cipolla	3	4	5
Olio EVO	5	5	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5

*verificare scheda tecnica o etichetta del prodotto pronto “gnocchi” gli allergeni presenti

Stagionalità: tutto l’anno

MODALITA’ DI PREPARAZIONE:

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle e le carote e stufare con acqua. Aggiungere i pomodori pelati e salare. A cottura ultimata frullare il tutto. Lessare gli gnocchi in acqua bollente, condire con la salsa, olio extravergine d’oliva e formaggio grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l’assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

GNOCCHI DI PATATE IN BIANCO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-9 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Gnocchi di patate freschi o surgelati* (glutine)	140	180	200
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5

*verificare scheda tecnica o etichetta del prodotto pronto “gnocchi” gli allergeni presenti

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Lessare gli gnocchi in acqua bollente, condire con olio extravergine e formaggio grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

GNOCCHI DI PATATE AL RAGU' DI CARNE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Gnocchi di patate freschi* (glutine)	140	180	200
Carne di Manzo	15	20	25
Pomodori pelati	40	50	60
Carote	7	10	15
Cipolla	3	4	5
Sedano	2	3	4
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

*verificare scheda tecnica o etichetta del prodotto pronto "gnocchi" gli allergeni presenti

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle, le carote il sedano e stufare con acqua. Macinare la carne, aggiungerla alle verdure insieme ai pomodori pelati e salare. A cottura ultimata frullare il tutto. Lessare gli gnocchi in acqua bollente, condire con la salsa, olio extravergine d'oliva e formaggio grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

GNOCCHI AL RAGU' DI VERDURE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Gnocchi di patate	140	180	200
Zucchine	25	35	40
Pomodori pelati	40	50	60
Carote	25	35	40
Cipolla	20	25	30
Brodo vegetale (Sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Mondare, lavare e tritare le verdure e stufarle in brodo vegetale. Aggiungere alle verdure i pomodori pelati e frullare. Cuocere i gnocchi in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro e verdure, olio extravergine d'oliva e formaggio grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

ORZOTTO ALLE VERDURE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Orzo (glutine)	60	70	100
Verdure di stagione	25	30	40
Carota	7	10	15
Cipolla	3	4	5
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Grana padano (latte, uova)	3	3	5

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle, le carote e le verdure e stufare con acqua. Salare e portare a cottura. Estrarre circa la metà del sugo, frullarlo ed unire i due composti aggiungendo olio extravergine di oliva a crudo. Nel frattempo lessare l'orzo in acqua salata, scolarlo e condire con il sugo ed il formaggio grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Sostituire l'orzo con il riso.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA AL RAGU' DI CARNE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola** (glutine)	60	70	100
Carne di Manzo	30*	40*	50*
Pomodori pelati	40	50	60
Carote	7	10	15
Cipolla	3	4	5
Sedano	2	3	4
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

* peso da raddoppiare se piatto unico

**in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle, le carote il sedano e stufare con acqua. Macinare la carne, aggiungerla alle verdure insieme ai pomodori pelati e salare. A cottura ultimata frullare il tutto.

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro, olio extravergine d'oliva e formaggio grana grattugiato.

Nel periodo estivo, se gradito, aggiungere al sugo di pomodoro del basilico fresco spezzettato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA AL RAGU' DI LENTICCHIE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	70	100
Lenticchie secche	25	30	40
^oppure lenticchie fresche/surgelate	60	70	90
Pomodori pelati	40	50	60
Carote	7	10	15
Cipolla	3	4	5
Brodo vegetale (Sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Mondare, lavare e tritare le verdure e stufarle in brodo vegetale. Aggiungere alle verdure i pomodori pelati e frullare. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro e lenticchie, olio extravergine d'oliva e formaggio grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA AL RAGU' DI VERDURE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	70	100
Zucchine	25	35	40
Pomodori pelati	40	50	60
Carote	25	35	40
Cipolla	20	25	30
Brodo vegetale (Sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Mondare, lavare e tritare le verdure e stufarle in brodo vegetale. Aggiungere alle verdure i pomodori pelati e frullare. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro e verdure, olio extravergine d'oliva e formaggio grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA ALL'OLIO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	90	100
Olio EVO	5	7	7
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata. Condire con olio extravergine di oliva. Nel periodo estivo, se gradito insaporire l'olio con prezzemolo o basilico freschi crudi tritati finemente, e nel periodo invernale con salvia tritata.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA TONNO E ZUCCHINE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	90	100
Cipolla	3	5	5
Tonno	20	25	30
Zucchine	40	50	60
Panna vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: primavera / estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

lavare e tritare le cipolle e le zucchine tagliate a cubetti.e stufare in un tegame con poco brodo vegetale. Aggiungere il tonno e frullare. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa ottenuta

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RAVIOLI DI CARNE AL BURRO E PARMIGIANO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Ravioli di carne	60	90	110
Burro	4	5	5
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Grana padano (latte, uova)	2-5	5-7	5-7

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Cuocere i ravioli in abbondante acqua salata, condirla con il burro aromatizzato con qualche foglia di salvia fresca mondata e lavata e scaldato a bagnomaria. Se gradito, servire con il grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con pasta all'olio EVO o altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA AL PESTO

INGREDIENTI	GRAMMATURE			
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-9 anni)	PRIMARIA (9-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	70	90	100
pesto top esselunga	15	17	18	19

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

Ingredienti pesto:

basilico genovese dop 17% olio extravergine d'oliva 20% formaggio grana padano 14% pinoli 9% noci, pecorino romano dop

Lessare la pasta e condirla con il pesto

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare pesto senza glutine

Esclusione di latte e derivati: pesto vegetale

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA AL POMODORO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	70	100
Pomodori pelati	50	60	90
Carote	10	12	15
Cipolla	3	4	5
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte,uova)	2-5	2-5	2-5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

sbucciare, lavare e tritare le cipolle e le carote.e stufare poco acqua. Aggiungere i pomodori pelati e salare. A cottura ultimata frullare il tutto. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro, l'olio e il grana grattugiato. Nel periodo estivo, se gradito, aggiungere al sugo di pomodoro del basilico fresco tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA ALLO ZAFFERANO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	70	100
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	5	7	10
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte,uova)	2-5	2-5	2-5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

sbucciare, lavare e tagliare finemente le cipolle e farla appassire con un poco d'acqua. Far bollire un po' d'acqua con un pizzico di sale e stemperare lo zafferano. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla e aggiungere lo zafferano sciolto, l'olio e il grana grattugiato e mescolare bene.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RISO GIALLO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	60	70	100
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla	2	2	3
Grana padano (latte,uova)	2-5	2-5	2-5

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

sbucciare, lavare e tagliare finemente le cipolle e farla appassire con un il brodo vegetale. Incorporare il riso e farlo tostare per alcuni minuti, aggiungendo il brodo vegetale fino alla cottura.

A cottura ultimata unire lo zafferano sciolto in un po' di brodo vegetale e portato brevemente a bollore . Per ultimo unire il grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine:

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RISO IN BIANCO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	60	70	100
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Lessare il riso in acqua bollente, condire con olio extravergine e formaggio grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RISO AL POMODORO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6- 11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	60	70	100
Pomodori pelati	50	70	90
Carote	7	10	15
Cipolla	3	4	5
Olio EVO	5	5	7
Grana padano (latte,uova)	2-5	2-5	2-5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

sbucciare, lavare e tritare le cipolle e le carote, aggiungere i pomodori pelati, salare e portare a cottura. Per ultimo frullare, aggiustare di sale e condire con olio extravergine di oliva. Lessare il riso, scolarlo e condirlo con la salsa di pomodoro e il grana grattugiato. Nel periodo estivo, se gradito, aggiungere al sugo di pomodoro del basilico fresco tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine:

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RISOTTO ALLA ZUCCA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6 - 11anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	60	70	100
Zucca	50	60	80
Cipolla	2	2	3
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	7	7
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Sbucciare, lavare e tagliare cipolla e carote; farle stufare in pentola con il brodo vegetale. Nel frattempo lavare le zucche intere e metterle in forno a 150° gradi per 20 minuti.

Toglierle dal fuoco, sbucciarle, privarle dei semi e tagliarle a pezzi. Unirle poi al trito di cipolla e carote e portarle a cottura aggiungendo il brodo vegetale. Aggiustare di sale e frullare il tutto.

Mondare il riso, aggiungere la crema di zucca e procedere alla sua cottura controllando il grado di salatura. Prima di servire aggiungere il grana grattugiato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine:

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RISOTTO AI CECI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6- 11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	60	70	100
Ceci secchi	25	35	40
^oppure surgelati			
Cipolla	2	2	3
Carota	3	4	6
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Stagionalità: tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE:			
<p>Sbucciare, lavare e tagliare cipolla e carote; farle stufare in pentola con il brodo vegetale. Aggiungere i ceci e proseguire la cottura aggiungendo brodo vegetale. A fine cottura aggiustare di sale e frullare.</p> <p>Mondare il riso, aggiungere la crema di ceci e procedere alla sua cottura allungando con brodo vegetale. A cottura ultimata aggiungere il grana.</p>			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI			
Esclusione di glutine:			
Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.			
Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.			
Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.			
Esclusione di fave: nessuna modifica.			

RISOTTO ALLA PARMIGIANA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	60	70	100
Olio EVO	5	5	7
Cipolla	5	8	8
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Stagionalità: tutto l'anno			
<p>MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare lavare e tagliare la cipolla, farla appassire con il brodo vegetale. Incorporare il riso e farlo tostare per alcuni minuti, aggiungere il brodo vegetale fino alla cottura. A cottura ultimata unire l'olio e il parmigiano e mantecare. Se gradito, aggiungere salvia e rosmarino tritati.</p>			

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con riso all'olio EVO o altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

RISOTTO ZAFFERANO E CECI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso (bianco o integrale)	60	70	100
Olio EVO	5	5	7
Ceci			
Zafferano			
Cipolla	5	8	8
Grana padano (latte, uova)	2-5	2-5	2-5
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbucciare lavare e tagliare la cipolla, farla appassire con il brodo vegetale. Aggiungere i ceci e proseguire la cottura aggiungendo brodo vegetale. A fine cottura aggiustare di sale e frullare.

Mondare il riso, aggiungere la crema di ceci e lo zafferano. Procedere alla sua cottura allungando con brodo vegetale. A cottura ultimata aggiungere il grana.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con riso all'olio EVO o altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

SECONDI PIATTI DI PESCE

FILETTO DI SOGLIOLA AL FORNO			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARI A (11-14 anni)
*Filetti di sogliola surgelati (pesce)	50	60	80
Olio EVO	7	8	10
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
farina di mais	2	3	3
Pane comune grattugiato (glutine)	2	3	3
Stagionalità: tutto l'anno			
*Prodotto abbattuto e surgelato			
MODALITA' DI PREPARAZIONE:			
In una terrina mescolare il pane grattugiato, la farina di mais e il sale aromatizzato e il prezzemolo. Con il composto così ottenuto impanare da entrambi i lati i filetti di sogliola, precedentemente scongelati, disporli su una placca oleata. Aggiungere un filo d'olio e cuocere in forno caldo a 180°C fino ad ottenere una doratura omogenea.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI			
Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.			
Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.			
Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.			
Esclusione di fave: nessuna modifica.			

FILETTO DI PLATESSA DORATA AL FORNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Platessa surgelata (pesce)	70	70	100
Pane comune grattugiato (glutine)	2	2	3
Farina di mais	2	2	3
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5

Stagionalità: tutto l'anno

***Prodotto abbattuto e surgelato**

MODALITA' DI PREPARAZIONE

In una terrina mescolare il pane grattugiato, la farina di mais, il sale aromatizzato e il prezzemolo. Con il composto così ottenuto impanare da entrambi i lati i filetti di platessa, precedentemente scongelati, disporli su una placca oleata. Aggiungere un filo d'olio e cuocere in forno caldo a 180°C fino ad ottenere una doratura omogenea.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: eliminare il pane grattugiato o utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare farina di mais inserita nel Prontuario AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

COTOLETTA DI PESCE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Cotoletta di pesce*	80	100	120

Stagionalità: tutto l'anno

*** prodotto surgelato a base di pesce. impanata, prefritta , surgelata come da scheda allegata**

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Disporre la cotoletta di pesce in una teglia da forno e cuocere a 180° fino a cottura ultimata.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: eliminare la farina di frumento o utilizzare farina senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare farina di mais inserita nel Prontuario AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

SCALOPPINA DI PLATESSA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Platessa surgelata (pesce)	70	80	100
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Olio EVO	5	5	5
farina (glutine)	q.b.	q.b.	q.b.
<p>Stagionalità: tutto l'anno</p> <p>*Prodotto abbattuto e surgelato</p>			
<p>MODALITA' DI PREPARAZIONE lavare sotto l'acqua corrente i filetti di platessa, farli sgocciolare e asciugarli con carta da cucina. Infarnarli e disporli in una teglia con un filo d'olio e sale.</p>			

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: eliminare la farina di frumento o utilizzare farina senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare farina di mais inserita nel Prontuario AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

TONNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Tonno sott'olio (pesce)	40-	50	60
Olio EVO	-	1	2
Stagionalità: tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sgocciolare accuratamente il tonno e condirlo con un filo d'olio extravergine di oliva.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: nessuna modifica. Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

TONNO E PISELLI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Tonno sott'olio (pesce)	25	35	45
Piselli freschi o surgelati	30	40	50
Olio EVO	-	1	2
Polpa di pomodoro	10	15	20
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Stagionalità: tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE Spezzettare grossolanamente il tonno dopo averlo ben sgocciolato. Stufare la cipolla con brodo vegetale. Aggiungere la polpa di pomodoro con i piselli. Cuocere a fuoco moderato fino a ridurre la salsa. Aggiungere il tonno e ultimare la cottura			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: nessuna modifica. Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

SECONDI PIATTI DI CARNE BIANCA

COSCE DI POLLO AL FORNO			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Pollo cosce	60	80	100
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Olio EVO	5	5	5
Stagionalità: tutto l'anno			
*Prodotto abbattuto e surgelato			
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Marinare le cosce con gli aromi e cuocere sulla griglia del forno.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI			
Esclusione di glutine: nessuna modifica			
Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica			
Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica			
Esclusione di fave: nessuna modifica.			

COTOLETTA DI POLLO			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
cotoletta di pollo precotta	60	80	100
Stagionalità: tutto l'anno			
Prodotto utilizzato: SUPREMA DI FILETTO DI POLLO prodotto a base di carne costituito da parti di carne, panato, precotto e congelato. Allegato specifiche prodotto			
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Disporre i petti di pollo nelle placche, passarle con un filo d'olio e cuocerle in forno caldo a 180° per circa 20 minuti fino a quando saranno ben dorate.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: eliminare il pane grattugiato o utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare farina di mais inserita nel Prontuario AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica Esclusione di fave: nessuna modifica.			

PETTO DI POLLO ALLA GRIGLIA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Petti di pollo	60	80	100
Salvia, maggiorana	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Olio EVO	5	5	5

Stagionalità: tutto l'anno

***Prodotto abbattuto e surgelato**

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Salare e disporre i petti di pollo su una griglia da forno dopo averli abbattuti.

Condirle con poco olio e gli aromi. Infornare a forno caldo a 170° per circa 10-15minuti fino a quando saranno ben dorate.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica.

ROTOLO DI TACCHINO AL FORNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Fesa di tacchino	60	80	100
Latte	10	15	20
Salvia, rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Olio EVO	5	5	5

Stagionalità: tutto l'anno

***Prodotto abbattuto e surgelato**

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Legare la fesa di tacchino e posizionarla su una pentola con olio, un trito di rosmarino e salvia e un pizzico di sale.

Farla rosolare per pochi minuti.

Aggiungere il latte fino a coprire il tacchino facendo cuocere a fuoco basso e lento.

Quando il sugo si sarà ritirato, lasciare riposare, tagliare e servire a fettine.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: eliminare il latte

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PETTO DI TACCHINO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Petti di tacchino*	60	80	100
Salvia, maggiorana	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Olio EVO	5	5	5

Stagionalità: tutto l'anno

***Prodotto abbattuto e surgelato**

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Salare e disporre i petti di tacchino su una griglia da forno dopo averli abbattuti.
 Condirle con poco olio e gli aromi. Infornare a forno caldo a 170° per circa 10-15minuti fino a quando saranno ben dorate.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** nessuna modifica
- Esclusione di latte e derivati:** nessuna modifica
- Esclusione di uova e derivati:** nessuna modifica
- Esclusione di fave:** nessuna modifica.

SCALOPPINE DI POLLO AL LIMONE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Carne di pollo	60	80	100
Farina di frumento (glutine)	2	4	4
Limone	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5
Sale aromatizzato	0,2	0,3	0,4
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
<p>Stagionalità: tutto l'anno *Prodotto abbattuto e surgelato</p>			

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Tagliare la carne di pollo a fettine (o a bocconcini per infanzia) e infarinarli leggermente. Sistemarli in una placca precedentemente oliata, salare con sale aromatizzato e irrorare con il brodo vegetale. Cuocere in forno caldo a 180° C per circa 20 minuti. Spremere i limoni, aggiungere alla carne il succo di limone e completare la cottura per altri 5 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica, salvo diversa prescrizione medica che preveda l'esclusione di carne di tacchino, in tal caso sostituire con carne di manzo o di maiale o di coniglio.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

SECONDI PIATTI DI CARNE ROSSA

SALTIMBOCCA			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Fette di lonza	50	70	80
Prosciutto	8	8	12
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Burro (latte)			
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Olio EVO	5	5	5
Stagionalità: tutto l'anno			
*Prodotto abbattuto e surgelato			
MODALITA' DI PREPARAZIONE:			
Tagliare la carne a fettine. Tagliare il prosciutto a fettine e disporle sulla fette di lonza con una fogliolina di salvia. Cuocere in brasiera con burro e olio EVO.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI			
Esclusione di glutine: nessuna modifica			
Esclusione di latte e derivati: Sostituire la parte del burro con olio EVO. Se nel certificato medico è prevista l'esclusione della carne di maiale, sostituire con carne di pollo, tacchino			
Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica			
Esclusione di fave: nessuna modifica.			

LONZA DI MAIALE ARROSTO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
* lonza di maiale	50	60	100
Carote	8	8	10
Sedano	2	2	3
Cipolla	5	5	7
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Succo di limone	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0	0.05	0.1
Olio EVO	5	5	5

Stagionalità: tutto l'anno

***Prodotto abbattuto e surgelato**

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Stufare i sapori in poco olio e rosolare la carne e spruzzare di limone. Continuare la cottura aggiungendo brodo vegetale fino a doratura. Passare il fondo di cottura al passaverdura e guarnire

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. Se nel certificato medico è prevista l'esclusione della carne di maiale, sostituire con carne di pollo, tacchino

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PROSCIUTTO COTTO			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Prosciutto cotto	40	50	60
Stagionalità: tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Eliminare il grasso, affettare finemente e presentare le fettine di prosciutto ripiegate			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare prosciutto cotto con la dicitura "senza glutine" in etichetta o inserito nel Prontuario degli Alimenti AIC Esclusione di latte e derivati: utilizzare prosciutto cotto senza lattosio, caseinati e derivati del latte. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica Esclusione di fave: nessuna modifica.			

HAMBURGER			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Hamburger di manzo	60	80	100
Stagionalità: tutto l'anno *Prodotto abbattuto e surgelato			
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Disporre gli hamburger su di una griglia e infornare a forno caldo fino a cottura ultimata..			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica Esclusione di fave: nessuna modifica.			

SECONDI PIATTI DI UOVA

FRITTATA AL FORNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova	n. 1	n. 1	n. 1
Latte	10	10	15
Grana padano	3	3	4

(latte, uova)			
Olio EVO	5	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

***Stagionalità: tutto l'anno**

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mescolare con la frusta le uova, il latte, il sale e il grana grattugiato. Ungere una placca da forno con poco olio extra vergine di oliva, riscaldarla e versarvi il composto. Infornare a 180°C per circa 15 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine

Esclusione di latte e derivati: eliminare dalla ricetta latte e formaggio oppure sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

FRITTATA AL FORNO CON VERDURE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova	n. 1	n. 1	n. 1
Biete/spinaci* o zucchine /fagiolini**	30	40	50
Latte	10	15	15
Grana padano (latte, uova)	3	4	4
Olio EVO	5	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: *autunno/inverno; **primavera/estate			
<p>MODALITA' DI PREPARAZIONE Mescolare con la frusta le uova, il latte, il sale e il grana grattugiato. Aggiungere le zucchine, lavate e tagliate a julienne e il prezzemolo tritato. Ungere una placca da forno con poco olio extra vergine di oliva, riscaldarla e versarvi il composto. Infornare a 180°C per circa 15 minuti.</p>			
<p>MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine Esclusione di latte e derivati: eliminare dalla ricetta latte e formaggio oppure sostituire con altra preparazione permessa. Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa. Esclusione di fave: nessuna modifica.</p>			

OMELETTE DI UOVA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova pastorizzate	60	60	90
Grana padano (latte, uova)	3	4	4
Latte	10	15	15
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbattere con una frusta le uova con il latte, il sale e il formaggio grana. Versare il composto in una teglia rivestita con carta forno, Infornare a 180° per circa 15 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare dalla ricetta latte e formaggio oppure sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

UOVA SODE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova	n. 1	n. 1	n. 1,5
Olio EVO	5	5	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE Mettere le uova in acqua fredda e portare a ebollizione. Cuocere per circa 10 minuti. Sgusciare le uova e porzionare tagliandole a metà. Condire con un filo di olio extravergine di oliva e un pizzico di sale. Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.			

UOVA STRAPAZZATE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova pastorizzate	60	60	90
Grana padano (latte, uova)	3	4	4
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: *autunno/inverno; **primavera/estate
MODALITA' DI PREPARAZIONE Unire le uova con il grana grattugiato. Ungere una padella con poco olio EVO e versarvi il composto, cuocere a fuoco basso continuando a mescolare.
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine. Esclusione di latte e derivati: eliminare dalla ricetta il grana. Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa. Esclusione di fave: nessuna modifica.

SECONDI PIATTI DI FORMAGGIO

CAPRESE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Mozzarella (latte)	50	70	100
Pomodori da insalata	50	60	100
Basilico o origano	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: primavera/estate			
MODALITA' DI PREPARAZIONE Scolare e tagliare la mozzarella a fette o a dadini. Mondare, lavare e tagliare i pomodori facendoli scolare dall'acqua di vegetazione. Servire separatamente la mozzarella ed i pomodori, dopo aver condito quest'ultimi con un pizzico di sale, olio EVO e basilico fresco tritato oppure origano.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: nessuna modifica. Esclusione di latte e derivati: sostituire la mozzarella con altra preparazione permessa. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modific			

FORMAGGI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Ricotta di mucca (latte)	50	70	100
*Mozzarella (latte)	50	70	100
*Robiola, Scamorza, Stracchino, Caciotta (latte)	50	70	100
*Asiago, Monte Veronese, Grana, Parmigiano (latte, uova)	30	40	50

*le quantità indicate sono singola porzione scegliendo un solo tipo di formaggio
Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Porzionare il formaggio secondo la grammatura prevista e refrigerare fino al momento della somministrazione.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: verificare in etichetta Asiago, Monte Veronese e Grana l'eventuale presenza di lisozima da uovo (E1105). Se presente, sostituire con altra pietanza permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

POLPETTE DI PANE E FORMAGGIO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Fontina	20	25	30
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
latte	5	5	5
Uova	6	8	10
Grana padano (latte, uova)	5	10	15
Pane comune grattugiato (glutine)	5	7	8
Sale iodato	0	0.05	0.1

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Unire al pane grattugiato ammorbidito con brodo vegetale e poco latte, l'uovo, il prezzemolo, il sale la fontina tritata e il grana. Formare delle polpette avendo cura di rotolarle nel pane grattugiato per cospargerle su tutta la superficie, disporle in una teglia da forno e infornarle a 160°C fino a doratura.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra preparazione permessa (es. crocchette di patate e verdure).

Esclusione di uova e derivati: eliminare l'uovo dalla preparazione, utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

SECONDI PIATTI DI LEGUMI

FRITTATA DI CECI			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova	30	40	45
Ceci secchi	20	30	35
oppure ceci surgelati	50	70	80
Latte	10	15	15
Grana padano (latte, uova)	3	4	4
Olio EVO	5	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4
Stagionalità: *autunno/inverno; **primavera/estate			
MODALITA' DI PREPARAZIONE Bollire i ceci in abbondante acqua salata e una volta cotti ridurre in purea. Mescolare con la frusta le uova, il latte, il sale e il grana grattugiato e la purea di ceci. Ungere una placca da forno con poco olio extra vergine di oliva, riscaldarla e versarvi il composto. Infornare a 180°C per circa 15 minuti.			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine Esclusione di latte e derivati: eliminare dalla ricetta latte e formaggio oppure sostituire con altra preparazione permessa. Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa. Esclusione di fave: nessuna modifica.			

FRITTATA DI VERDURE E PISELLI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Uova	30	40	45
Biete/spinaci* o zucchine /fagiolini**	30	40	50
Piselli surgelati o freschi	50	70	80
Latte	10	15	15
Grana padano (latte, uova)	3	4	4
Olio EVO	5	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: *autunno/inverno; **primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Bollire i piselli in abbondante acqua salata e una volta cotti ridurre in purea. Mescolare con la frusta le uova, il latte, il sale e il grana grattugiato. Aggiungere le zucchine, lavate e tagliate a julienne e il prezzemolo tritato. Ungere una placca da forno con poco olio extra vergine di oliva, riscaldarla e versarvi il composto. Infornare a 180°C per circa 15 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine
Esclusione di latte e derivati: eliminare dalla ricetta latte e formaggio oppure sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

FAGIOLI IN UMIDO CON POMODORO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Fagioli secchi o surgelati*	40/80	50/100	50/100
oppure fagioli surgelati			
Cipolla	8	10	10
Pomodori pelati	15	20	20
Olio EVO	5	5	5
Prezzemolo e salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
NOTA: *fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati			
Stagionalità: tutto l'anno			

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mettere a bagno i fagioli il giorno precedente. Tritare la cipolla e farla appassire in una casseruola con un po' di brodo vegetale. Aggiungere i fagioli e, all'occorrenza, bagnare con brodo vegetale. Unire i pomodori pelati precedentemente frullati, la salvia e il sale e portare a cottura. A fine cottura aggiungere poco prezzemolo finemente tritato e l'olio extravergine d'oliva a crudo.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica

LENTICCHIE AL POMODORO			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
*Lenticchie secche	20/30	30/40	40/50
*oppure Lenticchie surgelate	60/80	80/100	100/130
Cipolla	8	10	10
Pomodori pelati	15	20	20
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5

NOTA:

*fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbucciare, lavare e tritare la cipolla, farla appassire con un poco di brodo vegetale. Unire le lenticchie, regolare di sale ed aggiungere i pelati precedentemente frullati e altro brodo vegetale, se necessario. Cuocere fino a cottura ultimata. Prima di servire aggiungere l'olio extravergine d'oliva e, nel periodo estivo, del prezzemolo fresco tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica (salvo diversa prescrizione medica, ovvero esclusione di fave e piselli).

CECI O PISELLI IN UMIDO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Ceci secchi oppure	20/30	30/40	40/50
Ceci surgelati o piselli	60/80	80/100	100/130
Cipolla	8	10	10
Pomodori pelati	15	20	20
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5

NOTA:

*fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbucciare, lavare e tritare la cipolla, farla appassire con un poco di brodo vegetale. Unire i ceci, regolare di sale ed aggiungere i pelati precedentemente frullati e altro brodo vegetale, se necessario. Cuocere fino a cottura ultimata. Prima di servire aggiungere l'olio extravergine d'oliva e, nel periodo estivo, del prezzemolo fresco tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica (salvo diversa prescrizione medica, ovvero esclusione di fave e piselli).

PISELLI IN PADELLA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (9-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Piselli freschi o surgelati*	80	80	100
Cipolla	8	8	10
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.

NOTA:

*fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbucciare, lavare e tritare la cipolla, farla appassire con un poco di brodo vegetale. Unire i piselli, regolare di sale ed aggiungere altro brodo vegetale, se necessario. Cuocere fino a cottura ultimata. Prima di servire aggiungere l'olio extravergine d'oliva e, nel periodo estivo, del prezzemolo fresco tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica (salvo diversa prescrizione medica, ovvero esclusione di fave e piselli).

PIATTI UNICI

BOCCONCINI DI TACCHINO CON POLENTA E PISELLI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Tacchino	30	40	50
Carote	8	10	10
Sedano	4	6	6
Cipolla	4	6	6
Farina di frumento (glutine)	2	3	4
Succo di limone	15	20	25
Sale aromatizzato	0	0.05	0.1
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Farina di mais*	30	50	60
Piselli surgelati	20	20	30
Olio EVO	7	10	10

Stagionalità: *autunno/inverno, **primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare le verdure, sbucciarle, lavarle, tritarle e farle appassire con brodo vegetale. Aggiungere la carne di vitello a dadini (o macinata per il nido) e infarinata, aggiungere succo di limone e cuocere a fuoco lento. A fine cottura aggiungere l'olio extra vergine di oliva crudo. Servire il piatto accompagnato da polenta e piselli..

Per la polenta: far bollire l'acqua con un po' di sale e versare a pioggia la farina di mais fino ad una consistenza morbida. Cucinare per circa 45 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta o eliminare la farina dagli ingredienti. Utilizzare farina di mais inserita nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica (salvo diversa prescrizione medica che preveda l'esclusione della carne di tacchino; in tal caso sostituire con carne di manzo o maiale o coniglio).

Esclusione di fave: nessuna modifica.

FESA DI TACCHINO AL LATTE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
fesa di tacchino	60	80	100
latte	180	200	200
farina (glutine)	q.b.	q.b.	q.b.
prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	5	5
Sale aromatizzato	0,2	0,3	0,4

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Tagliare la carne di pollo a fettine (o a bocconcini per infanzia) e infarinarli leggermente. Fare rosolare la carne su entrambi i lati. Quando saranno dorati unire il latte, mescolando bene per distribuirlo uniformemente e proseguire la cottura finché il latte non si sarà addensato e si sarà formata una crema.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica, salvo diversa prescrizione medica che preveda l'esclusione di carne di tacchino, in tal caso sostituire con carne di manzo o di maiale o di coniglio.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

INSALATA DI RISO CON POLLO E PISELLI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Riso	70	90	90
Petto di pollo	15	25	25
Piselli surgelati	15	25	25
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	5	7	7
Basilico e/o prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0	0.05	0.1

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Stufare con un pizzico di sale, a tegame coperto per qualche minuto i piselli, poi aggiungere i bocconcini di pollo e farli cuocere con il brodo vegetale. Cuocere il riso in abbondante acqua salata; scolarlo e unire al sugo di piselli e bocconcini di pollo. Condire con un filo d'olio a crudo.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: se nel certificato medico è vietata la carne di pollo, sostituirla con carne di manzo o maiale o sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

LASAGNE AL RAGU' - PASTA PASTICCIATA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola (glutine) <u>oppure:</u> Pasta all'uovo secca (glutine, uova)	50	80	90
	40	70	80
Carne di manzo	20	50	50
Pomodori pelati	50	80	80
Grana padano (latte, uova)	5	7	10
Sedano	2	3	3
Carote	3	4	4
Cipolle	3	5	5
Olio EVO	5	7	7
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.
Besciamella (glutine, latte)	40	60	60

Stagionalità: autunno/inverno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Pulire tritare le verdure e stufarle con brodo vegetale. Sgrassare, tagliare e tritare la carne, aggiungerla alle verdure e salare con sale aromatizzato. Quando la carne si è rosolata aggiungere i pelati frullati. A cottura ultimata condire con l'olio extravergine d'oliva.

A parte preparare la besciamella: stemperare la farina a freddo con un po' di latte fino ad ottenere una crema omogenea; fare bollire il rimanente latte con il sale, aggiungere il composto avendo cura di cuocere mescolando per almeno cinque minuti. A fine cottura togliere dal fuoco la besciamella così preparata, aggiungere il burro e unirla al ragù di carne.

Preparare la teglia del pasticcio alternando uno strato di lasagne ad uno strato di sugo, spolverizzando con grana. Infornare a 180° per circa 30 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta e farina senza glutine notificati al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana padano / parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine

Esclusione di latte e derivati: sostituire il piatto con altra preparazione permessa

Esclusione di uova e derivati: eliminare la pasta fresca all'uovo e sostituire con pasta di semola di grano duro o altra preparazione permessa; utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo (controllare l'etichetta) o sostituire con

parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: scheda tecnica ed etichetta prodotto "pasta all'uovo" devono garantire l'assenza di fave e derivati e qualsiasi contaminazione derivante da pratiche di lavorazione. In caso contrario sostituire con altra preparazione permessa.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta e farina senza glutine notificati al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana padano / parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine

Esclusione di latte e derivati: sostituire il piatto con altra preparazione permessa

Esclusione di uova e derivati: eliminare la pasta fresca all'uovo e sostituire con pasta di semola di grano duro o altra preparazione permessa; utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo (controllare l'etichetta) o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: scheda tecnica ed etichetta prodotto "pasta all'uovo" devono garantire l'assenza di fave e derivati e qualsiasi contaminazione derivante da pratiche di lavorazione. In caso contrario sostituire con altra preparazione permessa.

PIZZA MARGHERITA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Base per pizza(glutine)	70	90	100
Mozzarella (latte)	30	40	50
Olio EVO	5	8	10

NOTA: *se si utilizza il prodotto pronto "base pizza", verificare in etichetta presenza allergeni

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Distribuire la mozzarella tagliata a dadini e sulla base della pizza e infornare a 180°C fino a doratura.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine notificata al Ministero della Salute e/o inserita nel Prontuario AIC o con la dicitura "senza glutine" in etichetta.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con "focaccia al pomodoro" o altra preparazione permessa.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

PASTA PROSCIUTTO E PISELLI

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Pasta di semola* (glutine)	60	90	100
Piselli freschi o surgelati	60	35	100
Prosciutto Cotto	15	20	25
Cipolla	3	5	5
Olio EVO	5	7	7
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.

*in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale

Stagionalità: primavera / estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE:

Lessare i piselli con brodo vegetale. Affettare e stufate le cipolle con brodo. Unire il prosciutto a listarelle infine i piselli. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa ottenuta

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.

Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

CONTORNI

CAVOLFIORE GRATINATO AL FORNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Cavolfiore (cimette)	80	120	150
Grana Padano (latte, uova)	3	4	5
Pane comune grattugiato (glutine)	3	4	5
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,1	0,2	0,2
Stagionalità: autunno/inverno			

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare, lavare e separare il cavolfiore in cimette. Disporlo nella placca, aggiungere un po' d'acqua, olio EVO e sale. Infornare a 160° per 15 minuti, quindi mescolare e spolverizzare con il grana e il pane grattugiato. Terminare la cottura a forno fino a doratura della superficie.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano

Esclusione di fave: nessuna modifica.

FINOCCHIO ALL'ARANCIA

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Finocchio	80	120	150
Spremuta d'arancia	60	80	80
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,1	0,2	0,2

Stagionalità: autunno/inverno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare, lavare e tagliare a pezzetti il finocchio. Disporlo nelle placche, aggiungere un po' d'acqua, olio e sale. Infornare a 160° per 15 minuti, spremere l'arancia, cospargerne il succo sul finocchio, mescolare e far andare a fuoco medio per altri cinque minuti o fino a doratura della superficie.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. **Esclusione di uova e derivati:**

nessuna modifica. **Esclusione di fave:**

nessuna modifica.

PATATE AL FORNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Patate	120	200	250
Olio EVO	5	7	7
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	0,1	0,2	0,2

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbucciare, lavare le patate e tagliarle a pezzi, profumare con il rosmarino tritato e condire con un filo di olio extravergine di oliva ed un pizzico di sale. Infornare a 180°C mescolando all'occorrenza.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. **Esclusione di uova e derivati:**

nessuna modifica. **Esclusione di fave:** nessuna modifica.

PATATE LESSATE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Patate	120	200	250
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,1	0,2	0,2

Stagionalità: tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare, lavare e cuocere le patate in abbondante acqua salata. Scolarle, sbucciarle e tagliarle a pezzi. Condirle con olio EVO. Nel periodo estivo, se gradito, spolverizzare le patate con prezzemolo fresco tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica. **Esclusione di latte e**

derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. **Esclusione di fave:** nessuna modifica.

SPINACI GRATINATI AL FORNO

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Spinaci	80	120	150
Grana Padano (latte, uova)	2	3	4
Pane comune	2	3	4

grattugiato (glutine)			
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,1	0,2	0,2

ALLERGENI PRESENTI (Reg. UE 1169/2011): GLUTINE, LATTE E DERIVATI, UOVA E DERIVATI

Stagionalità: autunno/inverno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

lUngete la teglia da forno con l'olio e disporre sopra gli spinaci. Cospargerli uniformemente con pangrattato, grana, un pizzico di sale e l'olio. Infornate in forno preriscaldato a 180 °C per circa 30 minuti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano

Esclusione di fave: nessuna modifica.

MORBIDELLE DI VERDURE			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Patate	40	50	60
Biete* o zucchine**	15	20	25
Carote	15	20	25
Uova	10	12	12
Grana Padano (latte, uova)	2	3	4

Pane comune grattugiato (glutine)	2	3	3
Olio EVO	5	5	5
Sale iodato	0,1	0,2	0,2

Stagionalità: *autunno/inverno; **primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Sbucciare, lavare e tagliare le patate, le carote e le zucchine. Cuocerle in acqua salata, scolarle bene e passarle al tritacarne. Unire alle verdure le uova, il grana, il sale e il pane grattugiato fino a raggiungere una consistenza che permetta la manipolazione dell'impasto. Formare delle polpette schiacciate avendo cura di rotolarle nel pane grattugiato per cospargerle su tutta la superficie, disporle in una teglia precedentemente unta e passarle con un filo d'olio. Infornarle a 160°C fino a doratura.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: eliminare l'uovo dalla preparazione e utilizzare formaggio senza lisozima da uovo o sostituire con altra pietanza permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

VERDURE COTTE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Carota*** Bieta* Spinaci* Verza* Zucca* Cavolfiori* Finocchio* Asparagi** Carciofi** Fagiolini** Melanzane** Peperoni** Zucchine**	80-100	120-150	150-200
Olio EVO	5	7	7
Sale iodato	0,1	0,2	0,2

Stagionalità: *autunno/inverno, **primavera/estate, *** tutto l'anno

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare la verdura e lavarla accuratamente sotto l'acqua corrente. Cuocerla al vapore o lessarla in acqua salata,

sminuzzare a seconda della tipologia e condirla con olio EVO e sale iodato. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

VERDURE CRUDE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Insalata*** Radicchio*	15	20	30
Carota*** Cappuccio*** Finocchio* Peperoni ** Pomodoro** Cetrioli** Zucchine**	30-60	50-100	100-150
Olio EVO	5	7	7
Aceto	q.b.*	q.b.*	q.b.*
Sale iodato	0,1	0,2	0,2
Basilico, prezzemolo, origano, timo	q.b.	q.b.	q.b.

Stagionalità: *autunno/inverno, **primavera/estate, *** tutto l'anno

NOTA: *l'aggiunta di aceto è facoltativa

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare la verdura e lavarla accuratamente sotto l'acqua corrente. Sminuzzarla a seconda della tipologia (a cubetti, listarelle, grattugiata o a julienne), condirla con olio EVO, sale iodato e, a piacere, erbe aromatiche tritate. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna

modifica. **Esclusione di uova e derivati:**

nessuna modifica. **Esclusione di fave:**

nessuna modifica.

ZUCCHINE GRATINATE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Zucchine	80	120	150
Grana Padano (latte, uova)	4	6	7
Pane comune grattugiato (glutine)	5	7	8
Olio EVO	5	7	7
Prezzemolo fresco	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Cuocere al vapore al dente le zucchine. Condirle con poco olio, riporle in una teglia e cospargerle con un velo di pane e grana grattugiati. Farle gratinare in forno fino a doratura e aggiungere prezzemolo tritato.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine notificato al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana/parmigiano reggiano in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il Grana Padano.

Esclusione di uova e derivati: eliminare l'uovo e utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano o sostituire con altra preparazione permessa.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

ZUCCHINE TRIFOLATE

INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Zucchine	80	120	150
Cipolla	6	8	10
Olio EVO	5	7	7
Prezzemolo fresco	q.b.	q.b.	q.b.
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	q.b.

Stagionalità: primavera/estate

MODALITA' DI PREPARAZIONE

Mondare, lavare la cipolla, affettarla e farla appassire con brodo vegetale. Unire le zucchine lavate e tagliate a rondelle. Portare a cottura ed aggiungere alla fine il prezzemolo tritato e l'olio extravergine d'oliva.

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

FRUTTA

FRUTTA FRESCA			
INGREDIENTI	GRAMMATURE		
	INFANZIA (3-6 anni)	PRIMARIA (6-11 anni)	SECONDARIA (11-14 anni)
Kiwi* Arance* Banane*** Uva* Ciliegie** Pesche** Fragole** Albicocche** Anguria** Melone** Susine** Pere*Mandarini* Mele*	150	200	200
Stagionalità: *autunno/inverno, **primavera/estate, *** tutto l'anno			
MODALITA' DI PREPARAZIONE Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire,			
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: nessuna modifica. Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica. Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica. Esclusione di fave: nessuna modifica.			