

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

PREPARAZIONI VARIE

BESCIAMELLA		
INGREDIENTI	GRAMMATURE	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Latte parzialmente scremato	30	50
Burro (latte)	3	5
Farina di frumento (glutine)	8	12
Sale iodato	0.2	0.3
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 bene il tutto con la frusta, versare il latte caldo poco alla volta fino ad ottenere una besciamella omogenea, senza grumi e di consistenza cremosa.		
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. Esclusione di latte e derivati: sostituire il piatto con altra preparazione permessa.		

BRODO VEGETALE		
INGREDIENTI	GRAMMATURE	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carote	8	10
Cipolle	4	5
Sedano	2	2
Sale	0.2	0.3
Acqua	q.b.	q.b.
MODALITA' DI PREPARAZIONE Mondare, sbucciare e lavare le verdure intere (carota, cipolla, sedano), cuocete in acqua salata per circa un'ora. Eliminare le verdure e filtrare il brodo vegetale.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Nessuna modifica		

CROSTINI DI PANE		
INGREDIENTI	GRAMMATURE	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pane comune o integrale (glutine)	30	30
Salvia, rosmarino, timo, origano	Qb	qb
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 utilizzando pane senza glutine notificato dal Ministero della Salute e/o inserito nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta.		

PANE		
INGREDIENTI	GRAMMATURE	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pane comune (glutine)	40	40
Pane integrale (glutine)	50	50
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: utilizzare pane senza glutine notificato dal Ministero della Salute e/o inserito nel Prontuario degli Alimenti AIC o con la dicitura “senza glutine” in etichetta..		

PASTA / RISO / ALTRI CEREALI BRODOSI

CREMA DI CAROTE CON CROSTINI INTEGRALI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carote	40	50
Patate	30	40
Crostini integrali (glutine)	15	20
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE lavare e tagliare grossolanamente le patate e le carote e mettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata frullare, condire con olio, grana grattugiato e servire con crostini di pane a parte.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare crostini 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 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 dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

CREMA DI CAROTE CON RISO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carote	40	50
Patate	30	40
Riso	25	30
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE lavare e tagliare grossolanamente le patate e le carote e mettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata frullare, portare a ebollizione la crema, aggiungere il riso e procedere alla cottura. A cottura ultimata condire con olio e grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare crostini 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 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 dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

CREMA DI PATATE E CAROTE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carote	40	45
Patate	30	35
Olio EVO	5	5
Cipolla	3	5
Grana padano (latte, uova)	3	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità. Tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE: lavare e tagliare grossolanamente le patate, le cipolle e le carote e mettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata frullare e condire con olio e grana grattugiato		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: nessuna modifica.		
Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.		
Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

CREMA DI ZUCCA CON CROSTINI INTEGRALI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Zucca	40	40
Patate	30	30
Crostini integrali (glutine)	15	20
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	3	3
Sale iodato	0.2	0.3
Carote	8	10
Cipolle	4	5
Sedano	2	2
Stagionalità: autunno – inverno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE lavare e tagliare grossolanamente le patate e la zucca e mettere a cuocere in brodo vegetale. A cottura ultimata frullare, condire con olio, grana grattugiato e servire con crostini di pane a parte.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare crostini 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 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 dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

PASSATO DI VERDURE CON CROSTINI INTEGRALI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carota	40	50
Cipolla	5*****	10
Patate	40	40
Crostini integrali (glutine)	25	30
Sedano	5	10
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	3	4
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE lavare e tagliare grossolanamente tutte le verdure e mettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata frullare, condire con olio, grana grattugiato e servire con crostini di pane a parte.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare crostini 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 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 dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

PASSATO DI VERDURE CON RISO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carota	40	50
Cipolla	5	10
Patate	40	40
Riso	25	30
Sedano	5	10
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	3	4
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE: lavare e tagliare grossolanamente tutte le verdure e mettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata frullare, condire con olio, grana grattugiato e servire con crostini di pane a parte.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: nessuna modifica.		
Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.		
Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

MINISTRONE DI VERDURE CON PASTINA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carota	40	50
Cipolla	5	10
Patate	40	45
Sedano	5	5
Pastina di semola (glutine)	30	40
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	3	4
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE lavare e tagliare tutte le verdure e mettere a cuocere in acqua salata. A cottura ultimata aggiungere la pastina e portare a cottura poi condire con olio e grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare pastina 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 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 dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

RAVIOLI IN BRODO VEGETALE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Tortellini ricotta e spinaci (glutine)	50	60
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	2	3
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Stagionalità. Tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Cuocere i tortellini nel brodo di verdure 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 o con la dicitura "senza glutine" in etichetta. Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine.		
Esclusione di latte e derivati: sostituire con riso ed eliminare il formaggio grana.		
Esclusione di uova e derivati: sostituire con riso , utilizzare grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

PASTA / RISO / ALTRI CEREALI ASCIUTTI

GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Gnocchi di patate freschi (glutine)	140	180
Pomodori pelati	50	60
Carote	10	12
Cipolla	3	4
Olio EVO	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Grana padano (latte, uova)	5	5
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Sbucciare, lavate 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 EVO e formaggio grana.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine sostituire con riso o utilizzare gnocchi 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 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano.		
Esclusione d fave: nessuna modifica		

PASTA AL RAGU' DI CARNE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Carne di manzo	25	40
Pomodori pelati	40	50
Carote	7	10
Cipolla	3	4
Sedano	2	3
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
<p>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.</p> <p>Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con il ragù, l'olio EVO e formaggio grana grattugiato.</p>		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
<p>Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano.</p> <p>Esclusione di fave: nessuna modifica</p>		

PASTA AL RAGU' VERDURE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Zucchine	25	35
Pomodori pelati	40	50
Carote	25	35
Cipolla	20	25
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Olio EVO	5	5
Sale iodato	0.01	0.05
Grana padano (latte, uova)	5	5
Stagionalità: primavera/estate		
MODALITA' DI PREPARAZIONE mondare, lavare e tritare le verdure e stufarle in brodo vegetale. Aggiungere alle verdure i pomodori pelati, portare a cottura e frullare. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con il ragù vegetale, olio EVO e formaggio grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano.		
Esclusione d fave: nessuna modifica		

PASTA ALL'OLIO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Olio EVO	5	7
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con olio EVO.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano.		
Esclusione d fave: nessuna modifica		

PASTA AI FORMAGGI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Parmigiano reggiano	5	7
Fontina	5	7
Gorgonzola	5	7
Ricotta	5	7
Burro	3	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Tagliare a cubetti le varie tipologie di formaggi e creare una crema sbollentando con il burro. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata. Terminata la cottura amalgamare la pasta alla crema di formaggi e servire.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare 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 in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine. Esclusione di latte e derivati: sostituire la crema ai formaggi con olio EVO Esclusione di uova e derivati: utilizzare il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

PASTA AL PESTO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Salsa al Pesto	15	17
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Lessare la pasta e condirla con il pesto.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare pasta e sugo al pesto 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 in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine. Esclusione di latte e derivati: utilizzare pesto vegetale Esclusione di uova e derivati: utilizzare il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

PASTA AL POMODORO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Pomodori pelati	40	40
Carote	6	8
Cipolla	3	4
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tritare le cipolle e le carote e stufarle in acqua. Aggiungere i pomodori pelati, portare a cottura e frullare il tutto. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa al pomodoro, l'olio EVO ed il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione di fave: nessuna modifica		

PASTA AL POMODORO E RICOTTA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Pomodori pelati	30	40
Ricotta	20	25
Carote	10	10
Cipolla	3	3
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tritare le cipolle e le carote e stufarle in acqua. Aggiungere i pomodori pelati, portare a cottura, aggiungere la ricotta e frullare il tutto. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa al pomodoro, l'olio EVO ed il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare 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 in busta la cui scheda tecnica e/o etichetta garantiscano l'assenza di glutine. Esclusione di latte e derivati: utilizzare solo la base di sugo al pomodoro Esclusione di uova e derivati: utilizzare il formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano.		

PASTA AL POMODORO E BASILICO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Pomodori pelati	40	40
Carote	6	8
Cipolla	3	4
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Basilico	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tritare le cipolle e le carote e stufarle in acqua. Aggiungere i pomodori pelati, portare a cottura e frullare il tutto. Aggiungere il basilico fresco tritato. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa al pomodoro, l'olio EVO ed il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione di fave: nessuna modifica		

PASTA ALLA PIZZAIOLA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Pomodori pelati	40	40
Carote	6	8
Cipolla	3	4
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Origano fresco tritato	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tritare le cipolle e le carote e stufarle in acqua. Aggiungere i pomodori pelati, portare a cottura e frullare il tutto. Aggiungere l'origano fresco tritato. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa al pomodoro, l'olio EVO ed il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione di fave: nessuna modifica		

PASTA ALLO ZAFFERANO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta di semola (glutine)	60	70
Zafferano	qb	qb
Cipolla	5	7
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tagliare finemente le cipolle e farle appassire con un poco d'acqua. Far bollire un poco 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 EVO e il grana grattugiato e mescolare bene.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: utilizzare 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 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 il formaggio grana senza lisozima dell'uovo o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

POLENTA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Farina di mais	50	65
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: autunno/inverno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Far bollire una adeguata quantità di acqua salata 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 di mais senza glutine notificati 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 Esclusione d fave: nessuna modifica		

RISOTTO ALLO ZAFFERANO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	60	70
Zafferano	qb	qb
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Cipolla	2	2
Grana padano (latte, uova)	5	7
Stagionalità. Tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tagliare finemente la cipolla e farla appassire con 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 poi unire il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

RISO ALL'OLIO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	60	70
Olio EVO	5	7
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
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 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

RISOTTO ALLA CREMA DI CAROTE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	60	70
Carote	25	30
Grana padano (latte, uova)	5	5
Cipolla	2	2
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Sbucciare, lavare e tagliare finemente la carota quindi cuocerla in brodo vegetale. A cottura ultimata frullarla a consistenza cremosa. Sbucciare, lavare e tagliare finemente la cipolla e farla appassire con il brodo vegetale. Incorporare il riso e farlo tostare per alcuni minuti, aggiungendo il brodo vegetale fino alla cottura. A cottura ultimata unire la crema di carote poi il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

RISO AL POMODORO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	60	70
Pomodori pelati	40	50
Carote	7	8
Cipolla	3	4
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.01	0.05
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. Frullare e condire con olio EVO. Lessare il riso, scolarlo e condirlo con la salsa di pomodoro e il grana grattugiato.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: Utilizzare grana grattugiato con grattugia dedicata o sostituire con grana 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 il formaggio grana senza lisozima o sostituire con parmigiano reggiano. Esclusione d fave: nessuna modifica		

RISOTTO ALLA ZUCCA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	60	70
Zucca	25	30
Cipolla	2	2
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Olio EVO	5	7
Grana padano (latte, uova)	5	5
Stagionalità		
MODALITA' DI PREPARAZIONE:		
<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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</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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	60	70
Olio EVO	5	5
Cipolla	5	8
Parmigiano reggiano	8	10
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
<p>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.</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		

RISO INTEGRALE ZAFFERANO E CECI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso integrale	60	70
Olio EVO	5	5
Ceci secchi	25	30
Zafferano	qb	qb
Cipolla	5	8
Grana padano (latte, uova)	5	5
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
<p>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.</p> <p>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</p>		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
<p>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.</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>		

SECONDI PIATTI DI PESCE

FILETTO DI SOGLIOLA AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Filetti di sogliola surgelati (pesce)	70	90
Olio EVO	7	8
Prezzemolo	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Farina di mais	2	3
Pane comune grattugiato (glutine)	2	3
Stagionalità: tutto l'anno		
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 e pangrattato 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		
Esclusione di fave: nessuna modifica.		

FILETTO DI PLATESSA DORATA AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Filetto di platessa surgelata (pesce)	70	90
Pane comune grattugiato (glutine)	2	3
Farina di mais	2	3
Prezzemolo	qb	qb
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
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.		

BURGER DI MERLUZZO AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Burger di merluzzo surgelato (pesce)	70	90
Uovo intero	30	40
Olio EVO	5	5
Pane comune grattugiato (glutine)	3	5
Sale iodato	0.2	0.3
Prezzemolo	qb	qb
Stagionalità		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
In una terrina mescolare il pane grattugiato, e il prezzemolo. Con il composto così ottenuto impanare da entrambi i lati i burger di merluzzo 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.		
Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.		
Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.		
Esclusione di fave: nessuna modifica.		

FILETTO DI MERLUZZO AL PANE AROMATICO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Filetto di merluzzo surgelato (pesce)	70	90
Pane comune grattugiato (glutine)	10	15
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	3	5
Succo di limone	1	1
Pepe nero	qb	qb
Origano fresco tritato	qb	qb
Basilico fresco tritato	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
In una terrina mescolare il pane grattugiato con il grana grattugiato, pepe nero, origano e basilico.. Con il composto così ottenuto impanare da un lato i filetti di merluzzo 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. Al termine della cottura condire con succo di limone.		
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.		

FILETTO DI PLATESSA AL POMODORO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Filetto di platessa surgelato (pesce)	70	90
Pomodori pelati	10	15
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.2	0.3
Cipolla	4	5
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Sbucciare, lavare e tritare le cipolle e farle appassire in poca acqua, aggiungere i pomodori pelati, salare e portare a cottura. Frullare e condire con olio EVO. Condire con la salsa di pomodoro i filetti di platessa precedentemente scongelati e cuocere in forno caldo a 180°C.		
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 d fave: nessuna modifica		

FILETTO DI SOGLIOLA AL POMODORO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Filetto di sogliola surgelato (pesce)	70	90
Pomodori pelati	20	30
Olio EVO	5	7
Cipolla	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Sbucciare, lavare e tritare le cipolle e farle appassire in poca acqua, aggiungere i pomodori pelati, salare e portare a cottura. Frullare e condire con olio EVO. Condire con la salsa di pomodoro i filetti di sogliola precedentemente scongelati e cuocere in forno caldo a 180°C.		
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 d fave: nessuna modifica		

FILETTO DI SOGLIOLA GRATINATO AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Filetto di sogliola surgelato (pesce)	70	90
Pane comune grattugiato (glutine)	10	15
Olio EVO	7	8
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Prezzemolo	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE:		
In una terrina mescolare il pane grattugiato con il grana ed il prezzemolo. Con il composto così ottenuto ricoprite un lato del filetto di sogliola, precedentemente scongelato, 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 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.		

SECONDI PIATTI DI CARNE

BIANCA / ROSSA / SALUMI

COSCE DI POLLO AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pollo cosce	60	80
Aromi	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Olio EVO	5	5
Stagionalità: tutto l'anno		
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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Cotoletta di pollo precotta e surgelata	60	80
Olio EVO	5	5
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE: Disponere 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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Petti di pollo surgelati	60	80
Salvia, maggiorana	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Olio EVO	5	5
Stagionalità: tutto l'anno		
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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Fesa di tacchino surgelata	60	80
Latte intero UHT	10	15
Salvia, rosmarino	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Olio EVO	5	5
Stagionalità: tutto l'anno		
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.		

BOCCONCINI DI TACCHINO AL LATTE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Fesa di tacchino surgelata	60	80
Latte intero UHT	180	200
Olio EVO	5	5
Farina tipo 00	3	4
Prezzemolo	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
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 finchè 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		
Esclusione di fave: nessuna modifica		

MANZO ALL'OLIO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)80522	PRIMARIA (6-11)
Bovino adulto	60	80
Olio EVO	5	5
Carote	1	2
Sedano	1	2
Cipolla	1	2
Acciughe sott'olio	1	2
Capperi sott'aceto	1	2
Grana padano (latte, uova)	1	2
Pane comune grattugiato (glutine)	1	2
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Lavate e tagliate a tocchetti le verdure quindi rosolatele in una pentola capiente. Nel frattempo, rosolate anche la carne. Aggiungete la carne alle verdure e procedete con la cottura. Togliete la carne ed aggiungete alle verdure i capperi, le acciughe, il grana e il pangrattato. tagliate la carne a fette e ricoprirla con la salsa di accompagnamento.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine utilizzare pangrattato senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta		
Esclusione di latte e derivati escludete il grana padano		
Esclusione di uova e derivati escludete il grana padano		
Esclusione d fave nessuna modifica		

SCALOPPINA DI MAIALE AL LIMONE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Lonza di maiale surgelata	60	80
Olio EVO	5	5
Farina tipo 00	2	4
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Succo di limone	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE:		
Affettare la carne e provvedere a passarla nella farina su entrambi i lati. Rosolare la carne e spruzzare di limone. Continuare la cottura aggiungendo brodo vegetale fino a doratura.		
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		
Esclusione di fave: nessuna modifica.		

AFFETTATO DI TACCHINO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Fesa di tacchino arrosto	30	40
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE Presentare le fettine di affettato di tacchino ripiegate.		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI Esclusione di glutine: : utilizzare affettato di tacchino 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 Esclusione d fave: nessuna modifica		

PROSCIUTTO COTTO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Prosciutto cotto	30	40
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 senza glutine notificata al Ministero della Salute o con la dicitura "senza glutine" in etichetta Esclusione di latte e derivati: : utilizzare prosciutto cotto con la dicitura "senza latte o lattosio" in etichetta Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica Esclusione d fave: nessuna modifica		

SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA

FRITTATA AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Uova intero	60	60
Latte	10	12
Grana padano (latte, uova)	3	5
Olio EVO	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
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: sostituire con altra preparazione permessa.		
Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.		
Esclusione di fave: nessuna modifica.		

FRITTATA DI CAROTE E PISELLI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Piselli surgelati	50	70
Carote	30	40
Uovo intero	30	40
Latte	10	15
Olio EVO	5	5
Grana padano	3	4
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Lessate in acqua salata i piselli surgelati e le carote a tocchetti fino a cottura. Mescolare con la frusta le uova, il latte, le verdure 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: sostituire con altra preparazione permessa.		
Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa.		
Esclusione di fave: nessuna modifica.		

FRITTATA ALLE ZUCCHINE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Uova	60	60
Zucchine	30	40
Latte	10	15
Grana padano (latte, uova)	3	4
Olio EVO	5	5
Prezzemolo	qb	qb
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: primavera/estate		
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		
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 AI FORMAGGI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Uova	60	60
Stracchino	30	40
Latte	10	15
Olio EVO	5	5
Grana padano (latte, uova)	3	3
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Mescolare con la frusta le uova, il latte, il sale e il grana grattugiato. Aggiungere lo stracchino 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		

OMELETTE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Uova	60	60
Grana padano (latte,uova)	3	4
Latte	10	15
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.2	0.3
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.		

OMELETTE CON VEDURE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Uova	60	60
Biete erbette	30	40
Latte	10	15
Olio EVO	5	7
Grana padano (latte, uova)	3	4
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Lessate in acqua salata le erbette fino a cottura quindi frullatele. Sbattere con una frusta le uova con il latte, il sale e il formaggio grana. Unite la crema di verdure. 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.		

SECONDI PIATTI DI FORMAGGIO

FORMAGGI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Ricotta di mucca (latte)	50	70
Mozzarella (latte)	50	70
Robiola, scamorza, stracchino, caciotta (latte)	50	70
Formaggella semi stagionata	40	60
Asiago, grana padano, parmigiano reggiano	30	40
Primo sale	30	60
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 se Grana l'eventuale presenza di lisozima da uovo (E1105). Se presente, sostituire con altra pietanza permessa.		
Esclusione di fave: nessuna modifica.		

SECONDI PIATTI DI LEGUMI

TORTINO DI CECI AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Uovo	60	60
Pane comune grattugiato (glutine)	20	30
Ceci	20	30
Ricotta	10	15
Olio EVO	5	7
Grana padano (latte, uova)	5	5
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
<p>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</p>		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
<p>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>		

POLPETTE DI LEGUMI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Farina di ceci	60	80
Uovo	6	8
Pane comune grattugiato (glutine)	5	7
Grana padano (latte, uova)	3	4
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
<p>Unire alla farina di ceci il pane grattugiato, l'uovo, il sale e il grana. Formare delle polpette, disporle in una teglia da forno e infornarle a 160°C fino a doratura</p>		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
<p>Esclusione di glutine: : utilizzare pane grattugiato 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: 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>		

PISELLI IN PADELLA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Piselli freschi o surgelati	60	80
Cipolla	6	8
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Olio EVO	3	5
Prezzemolo	qb	qb
Sale iodato	0.01	0.05
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)		

FARINATA DI CECI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Farina di ceci	60	90
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.2	0.3
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Versate in una ciotola la farina di ceci con sufficiente acqua ottenendo una pastella omogenea. Aggiungete olio e sale. Ponete la pastella in teglia e cuocete in forno a 250°C per 20-25 minuti.		
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

INSALATA DI RISO CON POLLO E PISELLI		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Riso	70	90
Petto di pollo	15	25
Piselli surgelati	15	25
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Olio EVO	5	7
Basilico e/o prezzemolo	qb	qb
Sale iodato	0.01	00.5
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 nessuna modifica.		
Esclusione di fave: nessuna modifica		

PIZZA MARGHERITA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pizza margherita	180	210
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZION		
Infornare a 180°C fino a doratura		
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI		
Esclusione di glutine: utilizzare pizza 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		

LASAGNE AL RAGU'		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Pasta fresca (glutine)	50	80
Carne di manzo	20	50
Pomodori pelati	50	80
Grana padano (latte, uova)	5	7
Sedano	2	3
Carota	3	4
Cipolla	3	5
Olio EVO	5	7
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Besciamella (glutine, latte)	40	70
Stagionalità: tutto l'anno		
<p>MODALITA' DI PREPARAZIONE</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>		
<p>MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI</p> <p>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</p> <p>Esclusione di latte e derivati: sostituire il piatto con altra preparazione permessa</p> <p>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</p> <p>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</p>		

CONTORNI

PATATE AL FORNO		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Patate	80	120
Olio EVO	5	7
Rosmarino	qb	qb
Sale iodato	0.1	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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Patate	80	120
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.1	0.2
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Mondare, lavare e cuocere le patate in abbondante acqua salata. Scolarle, sbuciarle e tagliarle a pezzi. Condirle con olio EVO.		
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 PREZZEMOLATE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Patate	80	120
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.1	0.2
Prezzemolo fresco tritato	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Mondare, lavare e cuocere le patate in abbondante acqua salata. Scolarle, sbuciarle e tagliarle a pezzi. Condirle con olio EVO e polverizzare 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.		

BIETE ERBETTE GRATINATE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Biete erbette	100	120
Olio EVO	5	7
Grana padano	3	4
Pane comune grattugiato (glutine)	3	4
Sale iodato	0.1	0.2
Stagionalità: autunno / inverno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Ungete la teglia da forno con l'olio e disporre sopra le erbette. Cospargerle 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		

CAROTE AL VAPORE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Carote	80	120
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.1	0.2
Stagionalità: tutto l'anno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Mondare, lavare e cuocere le carote in forno a vapore. Scolarle, sbucciarle e tagliarle a pezzi. Condirle con olio EVO.		
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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Spinaci	100	120
Grana padano (latte, uovo)	2	3
Pane comune grattugiato (glutine)	2	3
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.1	0.2
Stagionalità: autunno / inverno		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Ungete 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		

FAGIOLINI AL VAPORE		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Fagiolini surgelati	100	120
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.1	0.2
Stagionalità: primavera / estate		
MODALITA' DI PREPARAZIONE		
Mondare, lavare e cuocere le carote in forno a vapore. Scolarle, sbucciarle e tagliarle a pezzi. Condirle con olio EVO		
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 (porzione singola)		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Insalata Radicchio	30	40
Carote	80	120
Finocchio	60	100
Olio EVO	5	7
Sale iodato	0.1	0.2
Basilico, prezzemolo, origano, timo	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
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	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Zucchine	80	120
Grana padano (latte, uova)	4	6
Pane comune grattugiato (glutine)	5	7
Olio EVO	5	7
Prezzemolo fresco	qb	qb
Brodo vegetale (sedano)	qb	qb
Stagionalità: tutto l'anno		
<p>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.</p>		
<p>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: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano reggiano o sostituire con altra preparazione permessa. Esclusione di fave: nessuna modifica.</p>		

FRUTTA FRESCA

FRUTTA FRESCA		
INGREDIENTI	GRAMMATURA	
	INFANZIA (3-6)	PRIMARIA (6-11)
Banana Mela Pesca Albicocca Susina Prugna *	150	200
Banana Mela Pera Arancia Mandarino Kiwi **	150	200
Stagionalità: *primavera / estate **autunno / inverno		
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		

INDICE DELLE RICETTE

PREPARAZIONI VARIE	Pagina
Besciamella	2
Brodo vegetale	2
Crostini di pane	3
Pane	3
PRIMI	
Crema di carote con crostini integrali	4
Crema di carote con riso	4
Crema di patate e carote	5
Crema di zucca con crostini integrali	5
Passato di verdure con crostini integrali	6
Passato di verdure con riso integrale	6
Minestrone di verdure con pastina	7
Raviolini di magro in brodo vegetale	7
Gnocchi di patate al pomodoro	8
Pasta al ragù di carne	9
Pasta al ragù di verdure	10
Pasta all'olio	10
Pasta ai formaggi	11

Pasta al pesto	11
Pasta al pomodoro	12
Pasta al pomodoro e ricotta	12
Pasta pomodoro e basilico	13
Pasta alla pizzaiola	13
Pasta allo zafferano	14
Polenta	14
Risotto allo zafferano	15
Riso all'olio	15
Risotto alla crema di carote	16
Riso al pomodoro	16
Risotto alla zucca	17
Risotto alla parmigiana	17
Riso integrale zafferano e ceci	18
SECONDI	
Filetto di sogliola al forno	19
Filetto di platessa dorata al forno	19
Burger di merluzzo al forno	20
Filetto di merluzzo al pane aromatico	20
Filetto di platessa al pomodoro	21

Filetto di sogliola al pomodoro	21
Filetto di sogliola gratinata al forno	22
Coscia di pollo al forno	23
Cotoletta di pollo	23
Petto di pollo alla griglia	24
Rotolo di tacchino al forno	24
Bocconcini di tacchino al latte	25
Manzo all'olio	25
Scaloppina di maiale al limone	26
Affettato di tacchino	27
Prosciutto cotto	27
Frittata al forno	28
Frittata di carote e piselli	28
Frittata alle zucchine	29
Frittata ai formaggi	29
Omelette	30
Omelette con verdure	30
Primo sale	31
Formagella	31
Tortino di ceci al forno	32

Polpette di legumi	32
Piselli in padella	33
Farinata di ceci	33
PIATTO UNICO	
Insalata di riso con pollo e piselli	34
Pizza margherita	34
Lasagne al ragù	35
CONTORNI	
Patate al forno	36
Patate lessate	36
Patate prezzemolate	37
Biete erbette gratinate	37
Carote al vapore	38
Spinaci gratinati al forno	38
Fagiolini al vapore	39
Verdure crude	39
Zucchine gratinate	40
FRUTTA	
Frutta fresca	41