CITTA' DI GIAVENO SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA TABELLE DIETETICHE E DELLE GRAMMATURE

ASILO NIDO "PIO ROLLA"

PRIMI PIATTI	<i>LATTANTI</i> Grammi	<i>DIVEZZI</i> Grammi	ADULTI Grammi
Riso asciutto	20	40	80
Pasta asciutta nei vari formati	20	40	90
Lasagne (pasta secca)	20	40	90
Pasta asciutta nei vari formati	20	40	90
Riso o pastina in brodo	20	25	50
Farina di mais per polenta	40	40	100
Crostini	10	20	40
Semola di riso o cous cous o mais in brodo	20	25	30
Semola	40	50	
PASTA O RISO AL POMODORO			
Pelati	20	30	65
Parmigiano Reggiano	5	5	10
Olio extravergine di oliva	5	5	5
Aromi: cipolla, sedano, carota	q.b	q.b	q.b
RISO, ORZO, COUS COUS ALLE VERDURE	<u>'</u>		1
Verdure miste di stagione: carote, zucchine, broccoli, fagiolini,		40	60
cipolle, sedano etc.			
Olio extravergine di oliva		5	5
Parmigiano Reggiano		5	10
Aromi e sale		q.b	q.b
RISOTTO ALLE MELANZANE		T	
Pomodori pelati		30	60
Melanzane		25	50
Olio extravergine d'oliva		5	5
Parmigiano		5	10
Aromi e sale		q.b	q.b.
RISOTTO ALLA ZUCCA - ZUCCHINE	20	1 20	
Zucca o zucchine	30	30	60
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Parmigiano	5	5	10
Aromi e sale RISOTTO AI PORRI	d.b	q.b	q.b.
		1 20	
Porri		30	60
Olio extravergine d'oliva		5	5
Parmigiano Reada ya ratala		5	10
Brodo vegetale Aromi e sale		q.b.	q.b.
RISO CON PISELLI		q.b	q.b.
		30	60
Pomodori pelati		15	50
Piselli freschi o surgelati Olio extravergine d'oliva		5	
Parmigiano		5	5 10
Aromi e sale			
PIZZA AL POMODORO – FOCACCIA AL ROSMARINO		q.b	q.b.
Farina		40	100
Lievito di birra		q.b	q.b.
Se pizza: pomodoro passato o a pezzi		30	50
Olio extravergine d'oliva		5	5
Sale e aromi (rosmarino)		q.b.	q.b
In alternativa si prevede la possibilità di utilizzare direttamente la pasta l	lievitata fornita dalla Ditta		
PASTA ALLA CARBONARA		1	1
Uovo		n. 1	n. 1
Prosciutto cotto		10	40

Parmigiano reggiano		5	10
Aromi e sale		q.b.	q.b
PASTA GRATINATA AL FORNO	1	20	00
Pomodori pelati Besciamella:		30	80
- Latte parzialmente scremato		10	25
- Farina		5	10
Parmigiano reggiano		5	10
Olio extravergine d'oliva		5	5
Aromi e sale		q.b.	q.b
LASAGNE AL POMODORO	,	1 - 1	1.
Pomodori pelati		30	110
Besciamella:			
- Latte parzialmente scremato		15	25
- Farina		10	10
Parmigiano reggiano		5	10
Olio extravergine d'oliva		.5	5
Aromi e sale		q.b.	q.b
PASTA O RISO OLIO E PARMIGIANO		-	
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Parmigiano Reggiano	7	5	10
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
RISO MANTECATO AL PARMIGIANO	1	r	r
Olio extravergine di oliva	3 7	5 5	5 10
Parmigiano Reggiano			
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi e sale RISOTTO ALLO ZAFFERANO	q.b	q.b	q.b
Olio extravergine di oliva	<u> </u>	5	5
Parmigiano Reggiano		5	10
Brodo vegetale		q.b.	q.b.
Aromi, zafferano e sale		q.b. q.b	q.b.
PASTA BURRO/OLIO E SALVIA/AGLI AROMI		q.b	ų.b
Burro		5	5
Parmigiano Reggiano		5	10
Salvia, aromi e sale			
		q.b	q.b
PASTA AL PESTO	1	40	00
Pesto		10	20
Olio extravergine di oliva		5	5
Parmigiano reggiano		5	10
Aromi e sale		q.b	q.b
POLENTA anche GRATINATA – CON PARMIGIANO REGGIANO	1		
Farina di mais	40	40	100
Se gratinata: parmigiano reggiano		5	10
Se gratinata: burro Parmigiano Reggiano	7	5 5	10 10
Aromi e sale	'	q.b.	q.b.
PASTINA/SEMOLINO/RISO IN BRODO VEGETALE		q. υ.]	4. υ.
Brodo vegetale: patate, carote, sedano, cipolla, zucchine	q.b	q.b	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	q.b 5	q.b. 5
Parmigiano Reggiano	7	5	10
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
RISO E PISELLI	, 1	1-1	1 * 1
Brodo vegetale: patate, carote, sedano, cipolla, zucchine		q.b	q.b.
Piselli freschi o surgelati		15	50
Olio extravergine di oliva		5	5
Parmigiano Reggiano		5	10
Aromi e sale		q.b	q.b
PASSATO O MINESTRA DI VERDURA		-	
Verdure miste di stagione: carote, zucchine, sedano, zucca	40	50	90
Patate	20	40	50
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Parmigiano Reggiano	5	5	10
		•	·

T	1 . 1		. 1
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
CREMA DI ZUCCA			
Zucca	30	50	90
Patate	20	40	50
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Parmigiano Reggiano	5	5	10
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
VELLUTATA DI CAROTE			
Carote	30	50	90
Patate	20	40	50
Olio extravergine d'oliva	5	5	5
Parmigiano Reggiano	5	5	10
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
PASSATO DI LEGUMI	T		
Patate		40	50
Legumi secchi (ceci, lenticchie, piselli tc)		20	40
Parmigiano Reggiano		5	10
Olio extravergine d'oliva		5	5
Aromi e sale		q.b	q.b
	LATTANTI	DIVEZZI	ADULTI
SECONDI PIATTI	Grammi	Grammi	Grammi
Carne (pollo, tacchino, bovino, suino)	40	50	110
Carne per polpette		40	
Pesce	40	60	130
Prosciutto cotto, prosciutto crudo, bresaola, manzo affumicato		50	80
Uova pastorizzate per tortini		n. 1 = 50gr	50
Uova pastorizzate per impasti o impanature		n.1x10 = 5gr.	10
PETTO DI POLLO O TACCHINO O LONZA IMPANATO			
Petto di tacchino o di pollo o lonza		50	110
Pangrattato, aromi e sale		q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva		5	5
Uova pastorizzate FESA DI TACCHINO AL VAPORE O ARROSTO DI TACCHINO		5	12
Carne	40	50	110
Olio extravergine di oliva	35	50 5	5
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
PETTO DI POLLO O TACCHINO AL VAPORE	9.61	4.∞	4.0
Carne	40	50	110
Olio extravergine di oliva	3	5	5
Brodo vegetale, aromi e sale	q.b	q.b	q.b
FUSO DI POLLO AL FORNO			
Carne (al netto di osso e pelle)		50	110
Olio extravergine di oliva		5	5
Aromi e sale		q.b	q.b
SCALOPPINE DI BOVINO AL LIMONE			440
	T		
Carne		50	110
Olio extravergine di oliva		5	5
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale			
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI		5 q.b	5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne		5 q.b	5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina		5 q.b	5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne		5 q.b	5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva		5 q.b 50 5 5	5 q.b 110 5 5
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale		5 q.b 50 5 5	5 q.b 110 5 5
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale FETTINA DI BOVINO IN UMIDO – ALLA PIZZAIOLA Carne di vitello Pomodori		5 q.b 50 5 5 q.b	5 q.b 110 5 5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale FETTINA DI BOVINO IN UMIDO – ALLA PIZZAIOLA Carne di vitello Pomodori Olio extravergine di oliva		5 q.b 50 5 q.b 5 30 5	5 q.b 110 5 5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale FETTINA DI BOVINO IN UMIDO – ALLA PIZZAIOLA Carne di vitello Pomodori Olio extravergine di oliva Farina, aromi e sale		5 q.b 50 5 q.b	5 q.b 110 5 5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale FETTINA DI BOVINO IN UMIDO – ALLA PIZZAIOLA Carne di vitello Pomodori Olio extravergine di oliva Farina, aromi e sale SOTTOFILETTO DI BOVINO O ARROSTO DI BOVINO		5 q.b 50 5 q.b 50 30 5 q.b	5 q.b 110 5 5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale FETTINA DI BOVINO IN UMIDO – ALLA PIZZAIOLA Carne di vitello Pomodori Olio extravergine di oliva Farina, aromi e sale SOTTOFILETTO DI BOVINO O ARROSTO DI BOVINO Carne	40	5 q.b 50 5 q.b 5 q.b	5 q.b 110 5 5 q.b
Olio extravergine di oliva Farina, succo di limone, sale PETTO DI POLLO O FESA DI TACCHINO AGLI AGRUMI Carne Farina Olio extravergine di oliva Limone o arancio, farina, aromi e sale FETTINA DI BOVINO IN UMIDO – ALLA PIZZAIOLA Carne di vitello Pomodori Olio extravergine di oliva Farina, aromi e sale SOTTOFILETTO DI BOVINO O ARROSTO DI BOVINO	40 3 q.b	5 q.b 50 5 q.b 50 30 5 q.b	5 q.b 110 5 5 q.b 110 40 5 q.b

POLPETTE DI BOVINO IN UMIDO

POLPETTE DI BOVINO IN UMIDO	,		
Carne di vitello		40	110
Uova pastorizzate		5	12
Pomodori pelati		20	40
Verdure miste		15	20
Latte parzialmente scremato		10	10
Parmigiano Reggiano		5	10
Olio extravergine d'oliva		5	5
Pangrattato o mollica di pane, sale, aromi		q.b	q.b
POLPETTE DI RICOTTA	ı		
Patate		30	80
Ricotta		50	120
Uova		5	12
Parmigiano Reggiano		5	10
Olio extravergine d'oliva		5	5
Pangrattato, aromi, sale		q.b	q.b
SFORMATO DI PATATE AL GRATIN		q.b	4. υ
		00	100
Patate		60	100
Uova		50	50
Parmigiano Reggiano		5	10
Olio extravergine d'oliva		5	5
Pangrattato, aromi, sale		q.b	q.b
POLPETTE DI PLATESSA E SOGLIOLA	1	٧.٠	۷.۵
Merluzzo, platessa		60	130
Uova pastorizzate		5	12
Olio extravergine di oliva		5	5
Pangrattato, aromi e sale		q.b.	q.b.
PLATESSA O SOGLIOLA IMPANATO			
Platessa, halibut, merluzzo		60	130
Uova pastorizzate		5	12
Olio extravergine di oliva		5	5
Pangrattato, aromi e sale		q.b.	q.b.
PLATESSA O SOGLIOLA GRATINATO ALLE ERBE AROMATICHE	ı		
Platessa, halibut, merluzzo		60	130
Olio extravergine di oliva		5	5
Pangrattato, erbe aromatiche e sale		q.b.	q.b.
PLATESSA O SOGLIOLA OLIO E LIMONE		•	'
Platessa, halibut, merluzzo		60	130
Olio extravergine di oliva		5	5
Farina, aromi, limone e sale		q.b.	q.b.
PLATESSA O SOGLIOLA AL VAPORE			
Platessa, halibut, merluzzo	40	60	130
Olio extravergine di oliva			5
	3	5	0
	3	5	a h
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
Aromi e sale se con limone			q.b q.b
Aromi e sale	q.b	q.b	
Aromi e sale se con limone	q.b	q.b	
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo	q.b	q.b q.b	q.b 130
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati	q.b	q.b q.b	q.b 130 40
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva	q.b	q.b q.b	q.b 130 40 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale	q.b	q.b q.b	q.b 130 40 5 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO	q.b	q.b q.b	q.b 130 40 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale	q.b	q.b q.b	q.b 130 40 5 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80 100 60 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80 100 60 5 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80 100 60 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80 100 60 5 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva Aromi, sale	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80 100 60 5 5
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva Aromi, sale FRITTATA DI PATATE E ZUCCHINE	q.b	q.b q.b 60 30 5 q.b	q.b 130 40 5 q.b 80 100 60 5 5 10 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva Aromi, sale FRITTATA DI PATATE E ZUCCHINE Uova	q.b	9.b 9.b 60 30 5 9.b 50 30 5 5 5 5 9.b	130 40 5 q.b 80 100 60 5 5 10 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva Aromi, sale FRITTATA DI PATATE E ZUCCHINE Uova Patate	q.b	9.b 9.b 60 30 5 9.b 50 30 5 5 5 9.b	130 40 5 q.b 80 100 60 5 5 5 10 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva Aromi, sale FRITTATA DI PATATE E ZUCCHINE Uova Patate Jucchine	q.b	9.b 9.b 60 30 5 9.b 50 30 5 5 5 9.b	130 40 5 q.b 80 100 60 5 5 10 q.b
Aromi e sale se con limone PLATESSA O SOGLIOLA AL POMODORO/IN UMIDO Platessa, halibut, merluzzo Pomodori pelati Olio extravergine di oliva Aromi e sale TONNO SOTT'OLIO FRITTATA DI PATATE Uova Patate Parmigiano reggiano Latte Olio extravergine di oliva Aromi, sale FRITTATA DI PATATE E ZUCCHINE Uova Patate	q.b	9.b 9.b 60 30 5 9.b 50 30 5 5 5 9.b	130 40 5 q.b 80 100 60 5 5 5 10 q.b

Latta	ı		_
Clie extravergine di clive		5 5	5 10
Olio extravergine di oliva Aromi, sale			q.b
FRITTATA DI VERDURE AL FORNO		q.b	γ.υ
Uova		50	100
		50 30	100 30
Verdure fresche (es. carote, piselli, patate, zucchine) Latte		10	30
Parmigiano reggiano		5	5
Olio extravergine di oliva		5	10
Aromi, sale		q.b	q.b
FORMAGGI FRESCHI		Ψ. υ	Ψ. υ]
		00	00
Mozzarella		60	90
Linea		60	90
Primo sale		60	90
Stracchino		60	120
Ricotta	50	80	120
Asiago, parmigiano reggiano		30	60
PROSCIUTTO COTTO		50	80
PROSCIUTTO CRUDO		50	80
PROSCIUTTO COTTO E MOZZARELLA			
Prosciutto cotto		25	40
Mozzarella		30	45
BRESAOLA OLIO E LIMONE	II.		
Bresaola			80
Olio			5
Limone			1x4
			1.44
PARMIGIANO, SEDANO E PINOLI			00
D. attitud			
Parmigiano			60
Sedano			q.b.
	I ATTANTI	DIVE 7.71	q.b. q.b.
Sedano Pinoli	LATTANTI Grammi	DIVEZZI Grammi	q.b. q.b. ADULTI
Sedano Pinoli CONTORNI	Grammi	Grammi	q.b. q.b. ADULTI Grammi
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure	Grammi 50	Grammi 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate	Grammi	Grammi 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè	Grammi 50	Grammi 60 80 80	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli	Grammi 50	Grammi 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO	Grammi 50 40	Grammi 60 80 80 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote	Grammi 50 40 50	Grammi 60 80 80 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini	50 40 50 50 50	Grammi 60 80 80 60 60 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva	50 40 50 50 50 50	Grammi 60 80 80 60 60 7	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150 7
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale	50 40 50 50 50	Grammi 60 80 80 60 60 60	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea	50 40 50 50 50 50 5 q.b	60 80 80 60 60 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150 7 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate	50 40 50 50 50 50 5 q.b	60 80 80 60 60 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150 7 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine	50 40 50 50 50 50 5 q.b	60 80 80 60 60 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30
CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30 7
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b	q.b. q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30 7 10
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano Aromi e sale	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30 7
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano Aromi e sale PUREA DI ZUCCA	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b 80 20 7 q.b	q.b. q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30 7 10 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano Aromi e sale PUREA DI ZUCCA Patate PUREA DI ZUCCA	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b 80 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 30 7 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano Aromi e sale PUREA DI ZUCCA Patate Zucca	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b 80 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150 7 q.b 80 30 30 30 7 q.b 210 30 7 10 q.b
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano Aromi e sale PUREA DI ZUCCA Patate Zucca Olio extravergine d'oliva	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b 80 20 7 q.b	q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30 7 10 q.b 70 60 7
Sedano Pinoli CONTORNI Verdure Patate Patate per purè Piselli VERDURE LESSE O ALL'OLIO Zucchine o carote Zucchine o carote o finocchi o fagiolini Olio extravergine di oliva Aromi e sale VERDURE MISTE LESSE anche in purea Patate Zucchine Carote Olio extravergine di oliva Aromi e sale PUREA DI PATATE Patate Latte Burro Parmigiano Reggiano Aromi e sale PUREA DI ZUCCA Patate Zucca	50 40 50 50 50 50 5 q.b	Grammi 60 80 80 60 60 7 q.b 40 20 20 7 q.b 80 20 7 q.b	q.b. q.b. q.b. ADULTI Grammi 100 200 150 110 150 7 q.b 80 30 30 7 q.b 210 30 7 10 q.b

Patate		50	70
Carote		40	60
Olio extravergine d'oliva		7	7
Parmigiano Reggiano		5	5
Aromi e sale		q.b	q.b
CAROTE STUFATE O ALL'OLIO O AL FORNO		CO.	150
Carote	50 5	60 7	150
Olio extravergine di oliva Aromi e sale		-	7 a h
FINOCCHI/CAVOLFIORI ALL'OLIO O GRATINATI	q.b.	q.b.	q.b.
Finocchi/cavolfiori	50	60	150
Olio extravergine di oliva	5	7	7
se gratinati Parmigiano Reggiano	5	5	10
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
FINOCCHI AL LATTE	1 4.0	γ. υ]	Ψ.υ
Finocchi		60	150
Latte parzialmente scremato		10	20
Olio extravergine di oliva		7	7
Parmigiano Reggiano		5	10
Aromi e sale		q.b	q.b
PATATE LESSE IN INSALATA/AL FORNO/AL ROSMARINO anche in umide	0	7 1	1
Patate	40	80	210
Olio extravergine di oliva	5	7	7
Pomodori pelati (se in umido), prezzemolo, rosmarino, aromi e sale	q.b	q.b	q.b
ZUCCHINE E PATATE AL FORNO	1 4.5	q.b	ч.ь
Patate	20	40	100
Zucchine	20	40	100
Olio extravergine di oliva	5	7	7
Aromi e sale	q.b	q.b	q.b
INSALATA CALDA DI PATATE PREZZEMOLATE	J q.b	γ.υ [ų.b
Patate		80	210
Olio extravergine di oliva		7	7
1			
Prezzemolo, aromi e sale		q.b	q.b
PISELLI ALL'OLIO O STUFATI		22	440
Piselli freschi o surgelati		60	140
Olio extravergine di oliva		7	7
Aromi e sale		q.b	q.b
PISELLI IN UMIDO O AL POMODORO			
Piselli freschi o surgelati		60	140
Pomodori pelati		30	40
Olio extravergine di oliva		7	7
Aromi e sale		q.b	q.b
FAGIOLINI IN UMIDO O AL POMODORO			
Fagiolini freschi o surgelati		60	140
Pomodori pelati		30	40
Olio extravergine di oliva		7	7
Aromi e sale		q.b	q.b
ZUCCHINE TRIFOLATE			
Zucchine			150
Cipolle			10
Olio			7
Sale			q.b.
ZUCCHINE ALL'OLIO/AL VAPORE	•		1 **
Zucchine	40	60	150
Olio extravergine d'oliva	5	7	7
Sale	q.b.	q.b	q.b.
FAGIOLINI ALL'OLIO	η.υ.	γ.ν	Ψ.υ.
Fagiolini Fagiolini		60	150
1 3		7	
Olio extravergine d'oliva			7
Sale		q.b	q.b.

Costine		60	150
Olio extravergine d'oliva		7	7
Sale		q.b	q.b.
SPINACI AL PARMIGIANO		4.0	4.2.
Spinaci		60	150
Parmigiano reggiano		5	5
			ິງ 7
Olio extravergine d'oliva		7	1
Sale		q.b	q.b.
POMODORI IN INSALATA	ı		
Pomodori		60	150
Olio extravergine di oliva		7	7
Aceto o limone, aromi e sale		q.b	q.b
CAROTE IN INSALATA O INSALATA DI CAROTE			_
Carote		60	100
Olio extravergine di oliva		7	7
Aceto o limone e sale		q.b	-
		γ.υ [q.b
INSALATA DI FINOCCHI O FINOCCHI IN INSALATA	1	00	100
Finocchi		60	100
Olio extravergine di oliva		7	7
Aceto o limone e sale		q.b	q.b
INSALATA VERDE			
Insalata verde a foglia tenera		40	60
Olio extravergine di oliva		7	7
Aceto o limone e sale		q.b.	q.b.
INSALATA VERDE E POMODORI		9.5.	4.5.
Pomodori			90
Insalata			
			30
Olio extravergine di oliva			. 7
Aceto o limone, aromi e sale			q.b.
INSALATA MISTA ESTIVA			
Insalata verde a foglia tenera e/o rossa		20	30
Carote		20	50
Carote Pomodoro			50 30
Carote Pomodoro Peperoni		20	50
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva		20 20 7	50 30
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale		20 20	50 30
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE		20 20 7	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo		20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE	80	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b. 30 50 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo	80	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda	100	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b. 30 50 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban	 100 ana, evitando l'agg	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda	100 ana, evitando l'agg cchero	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE	100 ana, evitando l'agg cchero	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b. 30 50 30 7 q.b. 80 150 ADULTI Grammi
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana)	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b. 30 50 30 7 q.b. 80 150 ADULTI Grammi
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta Succo di frutta	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b. 30 50 30 7 q.b. 80 150 ADULTI Grammi
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta Succo di frutta Succo di frutta Spremuta d'arancia	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b 20 20 20 20 20 7 q.b 20 20 7 q.b 20 20 20 7 q.b 20 25 125 100 125 100 100 100 125 100 100	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta Succo di frutta	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta Succo di frutta Succo di frutta Spremuta d'arancia	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b 20 20 20 20 20 7 q.b 20 20 7 q.b 20 20 20 7 q.b 20 25 125 100 125 100 100 100 125 100 100	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta Succo di frutta Spremuta d'arancia Budino Gelato	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.
Carote Pomodoro Peperoni Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale INSALATA MISTA INVERNALE Insalata verde a foglia tenera e/o rossa Carote Finocchi Olio extravergine di oliva Aceto o limone e sale PANE per pranzo *FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per pranzo per merenda Per i lattanti: scegliere fra la varietà di frutta meno allergizzante: pera, mela, ban Per i divezzi: variare il più possibile la tipologia di frutta, evitando l'aggiunta di zu SPUNTINI E MERENDE Corn flakes Plum cake Yogurt alla frutta (per i lattanti naturale, pera, mela, banana) Mousse di frutta Succo di frutta Spremuta d'arancia Budino	100 ana, evitando l'agg cchero LATTANTI Grammi	20 20 7 q.b	50 30 30 7 q.b.

Olio		5	
Origano		q.b.	
Se con pomodoro		q.b.	
FETTE BISCOTTATE E MARMELLATA			
Fette biscottate		40	
Marmellata		25	
PANE E MARMELLATA O CIOCCOLATO			
Pane		20	
Marmellata		25	
Nutella o barretta di cioccolato		20	
PANE E MIELE			
Pane		20	
Miele		20	
FRULLATO DI LATTE CON FRUTTA E BISCOTTI			
Frutta fresca di stagione	50	50	
Latte	100	120	
Zucchero o miele	5	5	
se con biscotti secchi	15	15	
LATTE CON BISCOTTI O FETTE BISCOTTATE			
Latte parzialmente scremato	100	120	
Zucchero o miele	5	5	
Biscotti secchi o fette biscottate	40	40	
TE' CON BISCOTTI O FETTE BISCOTTATE			
Tè deteinato	q.b.	q.b.	
Zucchero o miele	5	5	
Biscotti secchi o fette biscottate	40	40	

E' previsto che su richiesta si possano inserire alimenti per la prima infanzia quali: pastina tipo Plasmon, liofilizzati, crema di riso, semolino istantaneo, farina di cereali, crema di mais e tapioca, Nidex dolcificante, pasta aproteica etc

Sulla base delle indicazioni fornite dall'Asl To3 si ricorda che è bene ridurre progressivamente l'uso di sale sia a tavola che in cucina e non aggiungere sale nelle pappe dei bambini almeno per tutto il primo anno di vita

^{*}Sulla base delle indicazioni fornite dal'Asl To3 si dovrà garantire la massima varietà di tipologia di frutta fresca anche giornalmente, che potrà essere somministrata cotta, cruda e/o frullata, senza l'aggiunta di zucchero; per i lattanti si dovrà preferire la somministrazione di frutta potenzialmente meno allergizzante (es. pera, mela, banana), comunque secondo lo schema di svezzamento.