CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

ISTITUTO COMPRENSIVO - PONTE SUL MARECCHIA-VERUCCHIO
Prot. 0020976 del 15/09/2026
V (Entrata)

1	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	2	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	3	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	4	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	5	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO (I.P.)					**ANTIPASTO VERDURE CRUDE**					**SEDANINI ALLE ERBE AROMATICHE E FR A GUSCIO**					**PASSATO DI LEGUMI E VERDURE MISTE CON ORZO**					**PENNE INTEGRALI ALLE VERDURE (I.P.)**				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	***Pasta di semola***	25-40	50	80	100/80	***Orzo***	25	30	40	50/40	***Pasta di semol integrale***	25-40	50	80	100/80
Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	5	6	7	8	Fagioli	15	25	40	40	Polpa di pomodoro	40	45	50	55
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Basilico	0,5	1	1	2	Piselli*	12	15	18	20	Verdure di stagione	15	15	20	25
Parmig. / Grana	6	7	8	10						Erba Cipollina	0,5	1	1	2	Verdure miste*	15	20	25	40	Carote	5	5	6	8
										Prezzemolo	QB	QB	QB	QB	Carote	4	5	5	5	Cipolla	1,5	2	2	2,5
										Maggiorana	QB	QB	QB	QB	Cipolla	3	4	4	4	Olio EVO	1	1	1,2	1,4
										Timo	QB	QB	QB	QB	***Sedano***	2	3	3	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
										Rucola fresca	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	2	3	3	3	***Parmig. / Grana***	5	5	5	10
										Pinoli/Mandorle	5	5	10	15	Sale IODATO	1	1	1,5	1,5					
										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	***Parmig. / Grana***	5	5	5	10					
BRODO VEGETALE CON PASTINA (N)										***Parmig. / Grana***	5	5	5	10						**PENNE ALLE VERDURE (N.)**				
BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO					**LASAGNE AL RAGù DI MANZO**					**FORMAGGIO**					**PIZZA AL POMODORO**					**ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE**				
Pesce misto*	35-50	70	90	150	***Sfoglie pasta uovo***	25	35	45	55	***Asiago***	20	30	50	70	***Farina di grano***	35	50	65	65	Tacchino	40	50	80	100
Pangrattato	2	2,5	3	4	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	***Caciotta***	20	30	50	70	Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Carote	10	15	20	25
Farina di mais	2	2,5	3	4	Manzo/Vitellone	20	30	50	55	***Grana Padano***	20	20	30	50	Olio EVO	3	4	5	6	***Sedano***	8	10	12	14
Olio EVO	2	2,5	3	4	Carote	3	3,5	4	5	***Mozzarelline***	30	40	70	100	Lievito Secco	2	3	5	6	Cipolla	4	5	6	7
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Cipolla	2	2	2,5	3	***Squacquerone***	30	40	70	100	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	2	2	3	4
Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	***Sedano***	1	1	1,5	2	***Stracchino***	30	40	70	100	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale profumato	1	1	1,5	2
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	1	1	2	3											Succo di limone	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
					Latte	110	130	150	200															
					Farina di grano	5	9	10	11															
					Parm. / Grana	5	5	5	10															
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3											§§FETTINA DI POLLO/TACCHINO AL FORNO				
					§§ CANNELLONI/GIRELLE CON RAGù E BESCIAMELLA																			
INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO					**PATATE AL FORNO**					**VERDURA CRUDA**					**VERDURA CRUDA**					**VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO**				
Verdura fresca di stagion	20/80	40/120	50/150	70/200	Patate	60	120	140	160	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca/	70-80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Verdura* ***(sedano)***				
Frutta a guscio	5	5	10	15	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB																Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
					§§PATATE PREZZEMOLATE/LESSE																				
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	/	/	/	/	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni §Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim **1^SETTIMANA**

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

6	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	7	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	8	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	9	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	10	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PASTA DI SEMOLA CON SALSA DI CAROTE/VERDURE					**PASSATO DI LEGUMI CON DITALINI**					**PENNETTE/SPAGHETTI AL POMODORO**					**BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA (N.I.)**					**RISO ALLA ZUCCA**				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	***Pasta di semola***	20	30	40	50/40	***Pasta di semola***	25-40	50	80	100/80	***Pasta di semola***	20	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80
Carote /Altra Verdura	40	50	65	80	Legumi secchi	15	25	40	40	Polpa di pomod	40	45	50	55	Pomodoro	10	12	14	16	Zucca gialla	25	30	35	40
Cipolla	4	5	6	8	Carote	5	5	6	7	Carote	20	25	30	35	Carote	8	10	11	12	Cipolla	3	3	4	5
Latte	10	15	20	25	Salvia	3	4	5	5	Cipolla	3	5	6	7	Cipolla	5	6	7	8	Olio EVO	4	5	6	7
Prezzemolo	QB	QB	QB	QB	Rosmarino	3	4	5	5	***Sedano***	1	2	2	2,5	***Sedano***	3	4	4	5	***Brodo vegetale (sedano)***	QB	QB	QB	QB
Olio EVO	3	5	6	7	Cipolla	2	3	4	5	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	***Sedano***	2	3	3	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	***Parmig. / Grana***	5	5	5	10
Parmig./ *Grana*	5	5	5	10	Olio EVO	2	2	3	3	***Parmig. / Grana***	5	5	5	10	***Parmig./ Grana***	5	5	5	10					
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2															
					Parmig. / Grana	5	5	5	10															
§§ANTIPASTO DI VERDURA CRUDA															§§PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO (P.)									
SPEZZATINO DI MANZO CON ASSAGGIO POLENTA					**SFORMATO DI VERDURE**					**PESCE GRATINATO AL FORNO**					**BOCCONCINI DI POLLO GRATINATI AL FORNO**					**BURGER DI FORMAGGI**				
Manzo	40	50	80	100	***Uovo pastorizz.***	20	25	30	35	***Pesce****	35-50	70	80-100	150	Pollo	40	50	80	100	Verdura/	5	7	12	15
Polpa di pomodoro	20	25	30	35	Verdure*	40	45	50	55	***Pangrattato***	4	5	6	7	***Pangrattato***	5	6	7	8	***Ricotta vaccina***	10	15	30	50
Sedano	3	4	5	6	***Latte***	20	25	30	35	***Parmigiano***	2	3	4	5	Farina di mais	4	5	6	7	***Mozzarella/stracchino***	12	18	30	50
Carota	3	4	5	6	***Farina di grano***	1	1,5	2	3	Olio EVO	2	2,5	3	4	Olio EVO	1	1	2	3	***Parmigiano***	5	6	8	10
Cipolla	2	3	4	5	***Parm. / Grana***	5	6	7	8	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Sale profumato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Patate	30	45	50	50
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						***Uovo pastorizz.***	5	6	7	8
Olio EVO	4	5	6	7						Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.						Olio evo	1	2	3	3
Sale IODATO	QB	QB	Q.B.	Q.B.																Sale iodato	0,1	0.1	0,1	0,2
Farina di mais	5	10	20	20																***Pangrattato***	Q.B	Q.B	Q.B.	Q.B.
Acqua	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.																				
§§POLENTA CON RAGù DI MANZO	§§POLPETTE DI MANZO AL POMODORO CON ASSAGGIO DI POLENTA				§§ PLUMCAKE DI VERDURE					§§PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO														
VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					**VERDURA CRUDA**					**VERDURA CRUDA**					**PURE' DI PATATE E CAROTE (N.I.)** §§VERDURA GRATINATA (P.)					**INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO**				
Verdura fresca/ Verdura* ***(sedano)***	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Patate	30	60	70	80	Verdura fresca a foglia	15/20	40	50	80/50
					Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Carote	50	60	80	120	Olio EVO	4	4	5	7
Olio EVO	3	4	5	7	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	***Latte***	7	10	11	12	***Frutta a guscio***	5	5	10	15
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2											***Parmigiano***	4	6	7	9	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
															Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3					
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni

§Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim

2^SETTIMANA

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

11	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	12	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	13	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	14	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	15	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
FUSILLI INTEGRALI CON POMODORO E OLIVE (I.P.)					**PASSATO DI VERDURE CON ORZO/FARRO**					**RISO AL POMODORO**					**ANTIPASTO VERDURE CRUDE**					**PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO**				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	***Orzo/Farro***	15-25	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	***Pasta di semola***	25-40	50	80	100/80
Pomodoro salsa	30	40	50	55	Verdure ***/Verdure miste* (sedano)***	70	80	100	120	Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7
Olive verdi e/o nere	4	6	8	10						Carote	20	25	30	35	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Aglio/orig/basil	QB	QB	QB	QB	Carote	2	5	6	6	Cipolla	3	5	6	7						***Parmig. / Grana***	6	7	8	10
Olio EVO	4	5	6	7	Cipolla	2	4	5	5	***Sedano***	1	2	2	2,5										
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	***Sedano***	1	3	4	4	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4										
Parmig./ Grana	5	5	5	10	Olio EVO	2	3	4	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2										
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	***Parmig. / Grana***	5	5	5	10										
					Parmig. / Grana	5	5	5	10															
FUSILLI CON POMODORO E OLIVE (N.)																								
COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO					**PIZZA MARGHERITA**					**CROCCHETTE DI VERDURA**					**PASSATELLI IN BRODO DI VERDURA**					**SVIZZERA AL FORNO DI TACCHINO/POLLO**				
Platessa*	50	70	80-100	150	***Farina di grano***	35	50	65	65	Verdura cotta	40	45	50	55	***Uovo pastorizz.***	25-50	50	60	60	Tacchino/Pollo	40	50	80	100
Pangrattato	7	10	12	15	Polpa di pomodoro	30	35	45	45	***Ricotta vaccina***	10	15	20	25	***Pangrattato***	10 20	20	40	40	Patate	4	6	8	10
Uovo pastorizz.	5	6	7	9	***Mozzarella***	20	25	38	50	Patate	15	25	30	40	***Parmigiano***	15-30	30	40	40	Olio EVO	1	2	3	5
Olio EVO	4	5	6	8	Olio EVO	3	4	5	6	***Uovo pastorizz.***	5	6	7	8	Succo di limone	0,5	0,6	0,7	0,8	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Lievito Secco	2	3	4	4	***Pangrattato***	3	4	6	8	Sale IODATO	Q.B.	0,2	0,3	0,4	BRODO				
					Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	***Parm. / Grana***	8	10	12	14	Noce Moscata	Q.B.	Q.B	QB	Q.B.	Carote	10	12	14	14
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Olio EVO	2	2	2,5	3,8	Carote	4	5	6	7	***Sedano***	6	7	8	8
										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3	***Sedano***	2	3	3	4	Cipolla	6	7	8	8
															Cipolla	2	3	3	4					
															Pomodoro	2	3	3	4					
															Olio EVO	1	2	2	3					
															§CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE									
VERDURA CRUDA					**INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO**					**PISELLI STUFATI ALL'OLIO**					**PATATE AL FORNO**					**VERDURA GRATINATA AL FORNO**				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagio	20	40	50	80/50	Piselli*	15	45	60	90	Patate	60	120	140	160	Verdura fresca/	70-80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Verdura* ***(sedano)***				
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	***Frutta a guscio***	5	5	10	15	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	***Pangrattato***	1	1,5	2	3
					Sale IODATO	QB	QB	QB	QB											***Parmigiano***	2	3	4	5
																				Olio EVO	2	3	4	5
																				Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	/	/	/	/	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni §Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim

3^SETTIMANA

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

16	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
CREMA DI ZUCCA CON COUS COUS/PASTINA				
Cous cous/Pastina	15-25	30	30-40	50/40
Zucca	20	30	40	45
Patate	20	30	40	45
Carote	5	6	7	8
Cipolla	3	3	3	3,5
Sedano	2	2	2,5	3
Olio EVO	2	2	2,5	3
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5
Parmig./ Grana	5	5	5	10
UOVO SODO CON SALSA VERDE				
Uovo intero	50	50	60	60
Tonno (no nido)	/	8	9	10
Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3
Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5
Olio EVO	5	6	7	8
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

17	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
GNOCCHETTI SARDI CON SALSA ROSATA				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80
Polpa di pomod	40	45	50	55
Latte	10	11	12	14
Carote	3	3	4	5
Cipolla	2	2	2	2,5
Sedano	1,5	1,5	2	3
Farina di grano	0,5	1	1,1	1,2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
§§GNOCCHI DI PATATE CON SALSA ROSATA (I.P.)				
BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO				
Pesce misto*	35-50	70	90	150
Pangrattato	2	2,5	3	4
Farina di mais	2	2,5	3	4
Olio EVO	2	2,5	3	4
Prezzemolo	2	2	2,5	3
Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
§§PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO				
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

18	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
RISO CON ZUCCHINE/SPINACI/ CARCIOFI/ASPARAGI/FUNGHI				
Riso	25-40	50	80	100/80
Zucchine/Spinaci/Carciofi/ Asparagi/Funghi	25	30	35	40
Cipolla	3	3	4	5
Olio EVO	4	5	6	7
Brodo vegetale (sedano	QB	QB	QB	QB
Sale IODATO	1	1,5	2	2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
COTOLETTA DI MAIALE				
Lombo di maiale	40	50	80	100
Pangrattato	5	7	8	9
Uovo pastorizz.	7	8	9	10
Olio EVO	2	3	4	6
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
VERDURA COTTA CON SALSA AI CAPPERI				
Verdure fresc/ Verdure* (***sedano***)	70-80	120	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Capperi	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

19	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PASSATO DI LEGUMI CON DITALI				
Pasta di semola	20	30	40	50/40
Legumi secchi	15	25	40	40
Carote	2	5	5	6
Cipolla	2	4	4	5
Sedano	1	3	3	4
Olio EVO	2	3	3	4
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
FORMAGGIO				
Asiago	20	30	50	70
Caciotta	20	30	50	70
Grana Padano	20	20	30	50
Mozzarelline	30	40	70	100
Squacquerone	30	40	70	100
Stracchino	30	40	70	100
INSALATA MISTA				
Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PIADINA/FORNARINA	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

20	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Verdure fresche	80	100	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
§§PASTA ALL'OLIO EVO				
SPAGHETTI AL RAGù DI PESCE				
Pasta di semola	25-40	50	80	80/100
Polpa di pomodoro	50	55	60	65
Pesce misto*	25	35	40	75
Cipolla	2	3	3	4
Olio EVO	0,5	0,5	0,8	1
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
§§SPAGHETTI AL RAGù BIANCO DI VONGOLE				
§§ SEPPIA CON PISELLI E POMODORO				
VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO				
§§VERDURA CRUDA E FR A GUSCIO				
Verdure/Verdure*(***sedano***)	70-80	120	150	200
Pangrattato	1	1,5	2	3
Parmigiano	8	10	12	15
Frutta a guscio	5	5	10	15
Olio EVO	2	3	4	5
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni

§Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P..)=Nido Inf Prim

4^SETTIMANA

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

21	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	22	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	23	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	24	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti	25	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
RISO ALLO ZAFFERANO					**PASTA DI SEMOLA ALL'ORTOLANA INVERNALE**					**PASSATO DI VERDURA CON PASTINA**					**PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO**					**ANTIPASTO VERDURE CRUDE**				
Riso	25-40	50	80	100/80	***Pasta di semola***	25-40	50	80	100/80	***Pasta di semola***	20	30	40	50/40	***Pasta di semola***	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200
Carote	2	2	4	6	Pomodoro	35	40	45	50	Verdure ***/Verdure miste* (sedano)***	70	80	100	120	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	3	4	5	7
Cipolla	2	2	2,5	3	Carote	13	15	18	20						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Sedano	1	1	1,5	2	Porro fresco	8	8,5	9	10	Carote	2	5	6	6	***Parmig. / Grana***	5	6	8	10					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Cavolfiore	4	5	6	8	Cipolla	2	4	5	5										
Zafferano	QB	QB	QB	QB	***Sedano***	3	4	5	6	***Sedano***	1	3	4	4										
Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Olio EVO	2	3	4	4										
Parmig. / Grana	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2										
					Parmig./ *Grana*	5	5	5	10	***Parmig. / Grana***	5	5	5	10										
§§ CREMA DI VERDURE CON ORZO/RISO (N.)																								
BURGER DI PESCE CON SALSA AL PREZZEMOLO					**POLPETTE DI CARNE E VERDURE**					**PIZZA MARGHERITA**					**BOCCONCINI DI POLLO ALLA CACCIATORA**					**CAPPELLETTI/RAVIOLI/CANNELLONI CON RAGù DI LENTICCHIE E PISELLI**				
Pesce*	40	60	80	120	Carne (bovino/pollo/ tacchino)	30	35	45	55	***Farina di grano***	35	50	65	65	Pollo	40	50	80	100	***Cappelletti*/Ravioli****	60	80	120	160
Patate	16	18	20	22						Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Olio EVO	4	5	6	7	***Cannelloni****	60	90	120	150
Uovo pastorizz.	8	10	15	20	***Ricotta***	10	15	20	25	***Mozzarella***	20	25	38	50	Sale Profumato	0,1	0.2	0,3	0,3	Pomodoro	25	30	35	40
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Verdure/ **Verdure*(sedano)**	15	20	30	40	Olio EVO	3	4	5	6	SALSA					Carote	3	3,5	4	5
SALSA AL PREZZEMOLO					***Uovo***	3	4	5	6	Lievito Secco	2	3	4	4	Polpa di pomodoro	35	40	45	50	Cipolla	2	2	2,5	3
Prezzemolo	2	2	2,5	3	***Parmigiano/Grana***	2	3	4	5	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Carote	6	6	6	6	***Sedano***	1	1	1,5	2
Olio EVO	2	2,5	3	4	Olio evo	1	2	3	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Cipolla	1	2	2	2	Lenticchie secche	10	15	18	20
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Sale iodato	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	***Sedano***	1	1,5	2	2	Piselli*	10	15	18	20
Sale IODATO	0,2	0,2	0,3	0,4											Olio EVO	1	1,2	1,5	2	Olio EVO	2	2	3	3
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.											Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
§§BURGER DI PESCE CON KETCHUP CASALINGO															§§FETTINA ALLA PIZZAIOLA					**Parmig./ *Grana***	5	5	5	10
§§PESCE GRATINATO																				§§CAPPELLETTI/RAVIOLI/CANNELLONI CON SALSA ROSATA				
VERDURA CRUDA					**VERDURA CRUDA**					**VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO**					**VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO**					**MACEDONIA DI VERDURA**				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdure fresc/	70-80	120	150	200	Verdure miste/	60	70	90	110
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Verdure* (***sedano***)					Verdure* ***(sedano)***				
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	***Frutta a guscio***	5	5	10	15	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
										Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
																				§§PATATE E PISELLI				
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	/	/	/	/	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50	**PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)**	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150	**FRUTTA FRESCA**	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni

§Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim

5^SETTIMANA

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

26	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA				
Pasta di semola	20	30	40	50/40
Pomodoro	10	12	14	16
Carote	8	10	11	12
Cipolla	5	6	7	8
Sedano	3	4	4	5
Olio EVO	1	1	2	3
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
§§PASSATO DI VERDURE CON PASTINA				
ARISTA DI MAIALE AL FORNO				
Lonza di suino	40	50	80	100
Sale profumato	0,2	0,3	0,3	0,3
SALSA				
Carota	1,5	2	2,5	3
Cipolla	1	1	2	2
Sedano	0,3	0,4	0,5	1
Farina di grano	1	2	3	4
Olio EVO	3	4	5	7
Aglio	QB	Q.B.	Q.B.	Q.B.
PURE' DI PATATE E ZUCCA				
Patate	30	60	70	80
Carote	50	60	80	120
Latte	7	10	11	12
Parmigiano	4	6	7	9
Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3
§§PURE' DI PATATE				
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

27	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
RISO AL POMODORO E VERDURE				
Riso	25-40	50	80	100/80
Polpa di pomodoro	30	35	40	45
Verdure miste fr/verd*	20	25	35	45
Carote	10	15	20	25
Cipolla	2	3	4	5
Sedano	5	6	7	8
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
ROTOLO DI FRITTATA				
Uovo pastorizz.	40	40	50	50
Latte	5	10	18	18
Parmig. / Grana	2	3	4	5
Mozzarella/Asiago/Monta	5	10	15	15
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
§§FRITTATA CON VERDURE				
INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO				
Verdura fresca a foglia	15/20	40	50	80/50
Olio EVO	4	4	5	7
Frutta a guscio	5	5	10	15
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

28	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Verdure fresche	80	100	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
SEDANINI AL RAGù POLLO/TACCHINO/CONIGLIO E BESCIAMELLA GRATINATI				
Pasta di semola	25-40	50	80	80/100
Polpa di pomodoro	30	40	50	55
Pollo/tacchino/coniglio	18	25	40	50
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	2	2,5	3
Sedano	1	1	1,5	2
Olio EVO	1	1	2	3
Latte	20	30	35	40
Farina di grano	2	3	5	6
Parm. / Grana	5	6	7	10
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3
Noce Moscata	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO				
Verdura/Verdura* (***sedano***	80	100	150	200
Pangrattato	1	1,5	2	3
Parmigiano	4	5	8	10
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2
Olio EVO	2	3	4	5
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

29	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
CREMA DI SEDANO E CAROTE CON CROSTINI/PASTINA				
Crostini/Pastina sem	15-25	30	40	50/40
Patate	50	55	60	65
Sedano	12	15	18	22
Carote	5	6	7	8
Cipolla	3	3	3	3,5
Olio EVO	2	2	2,5	3
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5
Parmig./ Grana	5	5	5	10
PESCE GRATINATO CON OLIVE				
Pesce*	35-50	70	80-100	150
Pangrattato	4	5	6	7
Olio EVO	2	2,5	3	4
Prezzemolo	2	2	2,5	3
Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Olive	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
§§PESCE AZZURRO GRATINATO CON OLIVE				
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

30	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80
Olio EVO	5	6	7	8
Basilico	0,5	1	1	2
Erba Cipollina	0,5	1	1	2
Prezzemolo	QB	QB	QB	QB
Maggiorana	QB	QB	QB	QB
Timo	QB	QB	QB	QB
Rucola fresca	QB	QB	QB	QB
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
FALAFEL DI CECI E VERDURE				
Ceci	12	20	30	45
Patate fresche	20	25	30	35
Verdure/*Verdure** (***sedano***)	20	25	30	35
Parmigiano	5	6	8	10
Uovo	5	6	8	10
Cipolla	2	2	2	2
Pangrattato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
§§ FARINATA DI CECI				
VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO				
Verdure fresc/ Verdure* (***sedano***)	80	100	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni

§Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P:)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

31	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PASSATO DI LEGUMI E VERDURE MISTE CON ORZO/FARRO/QUINOA				
Orzo/Farro/ Quinoa	20	30	40	50/40
Fagioli secchi	15	25	40	40
Piselli*	12	15	18	20
Verdure/Verdure miste*	15	20	25	30
Carote	4	5	5	5
Cipolla	3	4	4	4
Sedano	2	3	3	3
Olio EVO	2	3	3	3
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5
Parmig. / Grana	5	5	5	10
PIZZA AL POMODORO				
Farina di grano	35	50	65	65
Polpa di pomodoro	30	35	45	45
Olio EVO	3	4	5	6
Lievito Secco	2	3	5	6
Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO				
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Frutta a guscio	5	5	10	15
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	/	/	/	/
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

32	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PENNETTE ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80
Olio EVO	4	5	6	7
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	6	8	10
COTOLETTA DI PESCE				
Pesce*	35-50	70	90	150
Pangrattato	7	10	12	15
Uovo pastorizz.	5	6	7	9
Olio EVO	4	5	6	8
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
§§ BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATO				
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

33	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Verdure fresche	80	100	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE				
Cappelletti*	50	70	110	130
Pomodoro	10	12	14	16
Carote	8	10	11	12
Cipolla	5	6	7	8
Sedano	3	4	4	5
Olio EVO	1	1	2	3
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	6	7	8
§§PASSATELLI IN BRODO DI VERDURE				
PATATE AL FORNO				
Patate	60	120	140	160
Olio EVO	4	5	6	7
Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3
§§ PATATE PREZZEMOLATE				
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

34	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
FUSILLI INTEGRALI AL POMODORO (I.P.)				
Pasta di semola integr	25-40	50	80	100/80
Polpa di pomod	40	45	50	55
Carote	20	25	30	35
Cipolla	3	5	6	7
Sedano	1	2	2	2,5
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
FUSILLI AL POMODORO (N.)				
FORMAGGIO				
Asiago	20	30	50	70
Caciotta	20	30	50	70
Grana Padano	20	20	30	50
Mozzarelline	30	40	70	100
Squacquerone	30	40	70	100
Stracchino	30	40	70	100
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

35	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
RISO ALLA PARMIGIANA				
Riso	25-40	50	80	100/80
Latte	8	9	10	11
Brodo vegetale (sedan	QB	QB	QB	QB
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Parmig./ Grana	5	6	8	10
Olio EVO	2	3	3	3
POLPETTE DI CARNE BIANCA E VERDURE AL POMODORO				
Carne bianca	30	35	45	55
Ricotta	10	15	20	25
Verd/**Verd*(sedano)**	15	20	30	40
Uovo	3	4	5	6
Parmigiano/Grana	2	3	4	5
Polpa di pomodoro	20	25	30	35
Sedano	3	4	5	6
Carota	3	4	5	6
Cipolla	2	3	4	5
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.
Olio EVO	2	3	4	5
Sale iodato	Q.B.	0,1	0,2	0,3
VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO				
Verdure fresc/ Verdure* (***sedano***)	80	100	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni

§Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim

7^SETTIMANA

CAMST
LA RISTORAZIONE ITALIANA

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2026-2027 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

36	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PASTA DI SEMOLA POMODORO E RICOTTA				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80
Polpa di pomodoro	30	35	40	45
Ricotta	5	10	15	15
Latte	3	4	5	6
Carote	5	6	7	8
Cipolla	1,5	2	2	2,5
Sedano	1	2	2	2,5
Olio EVO	4	5	6	7
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Parmig./ Grana	5	5	5	10
§§ PASTA DI SEMOLA RICOTTA E RADICCHIO				
UOVO SODO CON SALSA VERDE				
Uovo intero	50	50	60	60
Tonno (no nido)	/	8	9	10
Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3
Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5
Olio EVO	5	6	7	8
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
§§SFORMATO CON VERDURE				
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagion	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

37	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA				
Pasta di semola	20	30	40	50/40
Pomodoro	10	12	14	16
Carote	8	10	11	12
Cipolla	5	6	7	8
Sedano	3	4	4	5
Olio EVO	1	1	2	3
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Parmig./ Grana	5	5	5	10
COTOLETTA DI MAIALE				
Lombo di maiale	40	50	80	100
Pangrattato	5	7	8	9
Uovo pastorizz.	7	8	9	10
Olio EVO	2	3	4	6
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
PURE' DI PATATE E ZUCCA/CAROTE				
Patate	30	60	70	80
Zucca/Carote	50	60	80	120
Latte	7	10	11	12
Parmigiano	4	6	7	9
Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

38	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
RISO ALLO ZAFFERANO				
Riso	25-40	50	80	100/80
Carote	2	2	4	6
Cipolla	2	2	2,5	3
Sedano	1	1	1,5	2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Zafferano	QB	QB	QB	QB
Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB
Parmig. / Grana	5	5	5	10
PESCE GRATINATO AL FORNO				
Pesce*	35-50	70	80-100	150
Pangrattato	4	5	6	7
Parmigiano	2	3	4	5
Olio EVO	2	2,5	3	4
Prezzemolo	2	2	2,5	3
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.
§§PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO				
VERDURA CRUDA				
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

39	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Verdure fresche	80	100	150	200
Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
STRIGOLI AL RAGù DI CARNI BIANCHE				
Strigoli surgelati	35-50	70	90	100
Polpa di pomodoro	30	40	50	55
Pollo/tacchino/coniglio	18	25	40	50
Carote	3	4	5	6
Cipolla	2	2	2,5	3
Sedano	1	1	1,5	2
Olio EVO	1	1	2	3
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3
Parm. / Grana	5	6	7	9
VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO				
Verdure/Verdure*	80	100	150	200
Pangrattato	1	1,5	2	3
Parmigiano	8	10	12	15
Frutta a guscio	5	10	15	20
Olio EVO	2	3	4	5
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

40	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Adulti
PASTA E FAGIOLI (I.P.)				
Pasta di semola	20	35	50	60/50
Fagioli secchi	15	25	40	40
Carote	5	5	6	7
Polpa di pomodoro	25	30	35	40
Salvia	3	4	5	5
Rosmarino	3	4	5	5
Cipolla	2	3	4	5
Sedano	2	3	3	4
Olio EVO	2	2	3	3
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmig. / Grana	5	5	5	10
PASSATO DI FAGIOLI CON PASTINA (N.)				
CROCCHETTE DI VERDURA				
Verdura cotta	40	45	50	55
Ricotta vaccina	10	15	20	25
Patate	15	25	30	40
Uovo pastorizz.	5	6	7	8
Pangrattato	3	4	6	8
Parm. / Grana	8	10	12	14
Olio EVO	2	2	2,5	3,8
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3
INSALATA MISTA				
Verdura fresca di stagion	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

Grassetto corsivo=Allergeni

§Menù alternativi (N.)=Nido (I.)= Inf (P.)=Prim (I.P.)=Inf Prim (N.I.P.)=Nido Inf Prim

8^SETTIMANA