

Ricettario scuole AIRASCA

PRIMI PIATTI

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Pasta, al pomodoro e/o basilico			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Pomodori pelati	40	60	65
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Cipolla, Sedano e carote	Qb	Qb	Qb
Basilico	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Pasta o pasta integrale al pesto			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Pasta integrale (glutine)	40	60	80
Pesto (latte, uova, frutta secca)	10	15	20
Sale	Qb	Qb	Qb
Pasta al pomodoro e pesto			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Pomodori pelati	30	45	50
Pesto (latte, uova, frutta secca)	10	15	20
Sale	Qb	Qb	Qb
Pasta all' olio			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Olio ex. V. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Pasta al burro e salvia			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Burro	5	5	5
Sale, salvia	Qb	Qb	Qb
Pasta gratinata al forno			
Pasta (glutine)	40	50	60
Pomodori pelati	40	60	65
Besciamella:			
Latte	10	15	20
Farina (glutine)	5	10	10
parmigiano_ (latte)	5	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale, cipolla	Qb	Qb	Qb
Pasta alle zucchine			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
cipolla	q.b	q.b	q.b
Zucchine gelo o fresche	30	40	50
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Pennette sorrentina			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Pomodori pelati	30	50	55
Mozzarella (latte)	10	15	20
Olio ex v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Pasta pizzaiola			
Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Pomodori pelati	40	60	65
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Cipolla	Qb	Qb	Qb
Origano	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Pasta pomodoro e ricotta			
Pasta (glutine)	40	60	80
Pomodoro pelati	30	45	45
Ricotta (latte)	10	15	20
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Insalata di riso/pasta			
Riso/ Pasta di semola (glutine)	40	60	80
Condiriso	30	40	50
Pomodori o zucchine fresche	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Risotto milanese/zafferano			
Riso	40	60	80
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Zafferano	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Risotto alle verdure			
Riso	40	60	80
Pomodori pelati	40	60	65

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Carote	5	5	5
Cipolle	Qb	Qb	Qb
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Brodo vegetale (carota, <u>sedano</u> , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Risotto al pomodoro			
Riso	40	60	80
Pomodori pelati	40	60	65
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Cipolla	Qb	Qb	Qb
Brodo vegetale (carota, <u>sedano</u> , cipolla)	Qb	Qb	Qb
sale	Qb	Qb	Qb
Risotto alla parmigiana			
Riso	40	60	80
Parmigiano (<u>latte</u>)	7	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Brodo vegetale (carota, <u>sedano</u> , cipolla)	Qb	Qb	Qb
cipolle	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Risotto/Pasta al ragù di verdure			
Riso/ Pasta di semola (<u>glutine</u>)	40	60	80
Carote, cipolle, zucchine fresche o gelo, sedano	20	40	60
Olio ex. v. d'oliva	7	10	10
Brodo vegetale (carota, <u>sedano</u> , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Passato di verdura con pasta/riso/orzo			
Riso, pasto e orzo (glutine)	20	25	30
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Patate fresche	40	50	60
Verdure miste gelo	40	60	70
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Crema di patate con riso o pasta			
Riso o pasta (glutine)	20	25	30
Patate fresche	60	80	90
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Cipolle	Qb	Qb	Qb
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Crema di carote con riso			
Carote gelo	60	80	90
Riso	20	25	30
Patate gelo	40	50	50
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Cipolle	Qb	Qb	Qb
Passato di legumi con riso			
Riso	20	25	30
Patate fresche	40	50	50
Legumi secchi	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Brodo vegetale (carota, <u>sedano</u> , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
<u>Crema di zucca con riso o pasta/orzo</u>			
Orzo, pasta (<u>glutine</u>), riso	20	25	30
Patate fresca	40	40	50
Zucca	60	80	90
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
cipolla	q.b	q.b	q.b
Brodo vegetale (carota, <u>sedano</u> ,cipolla) e sale	q.b	q.b	q.b
<u>Pizza al pomodoro</u>			
	125	165	200
<u>Polenta</u>			
Farina di mais	40	60	80
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	q.b	q.b	q.b
<u>NB: Tutti i giorni in abbinamento al primo piatto caldo sarà servito il Parmigiano</u>			
	7	10	10
<u>SECONDI PIATTI</u>			
<u>Polpette di vitello</u>			
Carne di vitello	50	60	70
<u>Uova</u> pastorizzate	5	5	5
Mollica bagnata nel latte (<u>latte</u>)	10	10	10
Parmigiano (<u>latte</u>)	7	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Pane grattugiato (<u>glutine</u>)	q.b	q.b	q.b
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Polpette di bovino/vitello in umido			
Carne di vitello/bovino	50	60	70
Pomodori pelati	20	30	40
Mollica bagnata nel latte (latte)	10	10	10
Parmigiano (latte)	7	10	10
Uova pastorizzate	5	5	5
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Pane grattugiato (glutine)	q.b	q.b	q.b
Sale	Qb	Qb	Qb
Arrosto al forno (maiale,pollo,vitello,tacchino)			
Carne	70	80	90
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Spezzatino di carne (maiale,pollo,vitello,tacchino)			
Carne	70	80	90
Pomodori pelati	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sedano	q.b	q.b	q.b
Carote fresche	q.b	q.b	q.b
Cipolle	Qb	Qb	Qb
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Farina (glutine)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Rolata di pollo			
Carne di pollo	70	80	90
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Cipolla	q.b	q.b	q.b
Sale	q.b	q.b	q.b
Carne impanata/Milanese (maiale, pollo, vitello, tacchino)			
Carne	70	80	90
Uova pastorizzate	5	5	5
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Pane grattugiato (glutine)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Scaloppine alla pizzaiola/in umido (maiale, pollo, vitello, tacchino)			
Carne	70	80	90
Pomodori pelati	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Farina (glutine)	Qb	Qb	Qb
Cipolla	Qb	Qb	Qb
Origano	Qb	Qb	Qb
Brodo vegetale (carota, sedano , cipolla)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Coscia di pollo al forno			
Cosce di pollo	70	80	90
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Rosmarino, alloro	q.b	q.b	q.b
Sale	q.b	q.b	q.b
Cuori di Merluzzo con pomodoro			
Merluzzo (pesce)	90	90	120

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Pomodori pelati	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Carota, <u>sedano</u> , cipolla	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Platessa dorata al forno			
Platessa (<u>pesce</u>)	90	90	120
<u>Uova</u> pastorizzate	5	5	5
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Pane grattugiato (<u>glutine</u>)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Nasello o palombo o merluzzo al forno			
Nasello o palombo o merluzzo (<u>pesce</u>)	70	90	120
Farina (<u>glutine</u>)	Qb	Qb	Qb
Olio ex v. d'oliva	5	5	5
Rosmarino/salvia	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Merluzzo/platessa dorato			
Merluzzo (<u>pesce</u>)	70	90	120
<u>Uovo</u> pastorizzato	5	5	5
Olio ex v. d'oliva	5	5	5
Pan grattato (<u>glutine</u>)	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Frittata di spinaci			
<u>Uova</u> pastorizzate	50	50	50
<u>Latte</u>	10	15	20
Spinaci	30	40	50
Parmigiano	7	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Frittata al forno con verdura			
Uova pastorizzate	50	50	50
Latte	10	10	10
Patate fresche	10	15	20
Zucchine fresche o gelo	20	25	30
Parmigiano _ (latte)	5	5	5
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Formaggio fresco			
Mozzarella, ricotta, stracchino o primosale (latte)	60	90	125
Affettati magri			
Prosciutto cotto, manzo affumicato , arrosto tacchino	60	80	80
CONTORNI			
Macedonia di verdura			
Carote gelo	20	30	40
Patate gelo	50	60	70
Fagiolini gelo	40	50	50
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Carote prezzemolate/ al forno			
Carote fresche o gelo	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Prezzemolo	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Zucchine trifolate/ stufate			
Zucchine fresche o gelo	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
cipolla	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Finocchi al forno/crudi			
Finocchi	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Finocchi gratinati al forno			
Finocchi	60	80	100
Parmigiano reggiano (latte)	7	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Fagiolini stufati/all'olio/brasati			
Fagiolini gelo	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Spinaci/erbette al forno			
Spinaci gelo	130	150	200
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Cavolfiori gratinati			
Cavolfiori freschi	60	80	100
Parmigiano reggiano (latte)	7	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Patate al forno			
Patate gelo	110	140	160
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Rosmarino	Qb	Qb	Qb
Patate in umido			
Patate gelo	110	140	160
Pomodori pelati	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Piselli all'olio			
Piselli gelo	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Piselli in umido			
Piselli gelo	60	80	100
Pomodori pelati	20	30	40
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Purè di patate			
Patate fresche	110	140	160
Latte p.s.	20	30	30
Parmigiano reggiano (latte)	7	10	10
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb

PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Carote in julienne in insalata			
Carote fresche	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Aceto di vino	q.b	q.b	q.b
Sale	Qb	Qb	Qb
Insalata di pomodori			
Pomodori	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Sale	Qb	Qb	Qb
Insalata verde			
Insalata verde	40	50	60
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Aceto di vino	Qb	Qb	Qb
sale	q.b	q.b	q.b
Insalata mista estiva			
Pomodori, lattuga, carote	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Aceto di vino	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb
Insalata mista invernale			
Finocchi, lattuga, carote	60	80	100
Olio ex. v. d'oliva	5	5	5
Aceto di vino	Qb	Qb	Qb
Sale	Qb	Qb	Qb

FRUTTA			
PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
Frutta (in base alla stagione)	120	150	150
VARIE			
PIATTO	GRAMMATURA infanzia	GRAMMATURA primaria	GRAMMATURA secondaria
pane (<u>glutine</u>) <u>per il pranzo</u>	40	50	60
Budino confezionato (latte) Cioccolato, vaniglia	125	125	125
Budino confezionato (latte, uova) Creme caramel	125	125	125
Yogurt (latte)	125	125	125
Gelato (latte)	80	80	80
*Gli ALLERGENI contenuti come ingredienti sono segnalati in grassetto e sottolineati			