

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

1	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	2	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	3	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	4	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	5	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA Pasta di semola Olio EVO Sale IODATO Parmigiano	40 4 Q.B. 3	60 5 Q.B. 5	80 6 0,1 5	100 7 0,2 10	ANTIPASTO VERDURE CRUDE Verdure fresche (sedano) Olio EVO Sale IODATO	50 3 QB	80 4 QB	100 5 QB	200 7 QB	PASSATO DI LEGUMI E VERD. CON ORZO Orzo Fagioli secchi Piselli* Patate Verdure miste* Carote Cipolla Sedano Olio EVO Sale IODATO Parmigiano SEDANINI ALLE ERBE (P)	25 8 15 15 15 15 4 3 2 2 1 3	30 10 20 20 20 20 5 4 3 3 1 5	35 15 25 25 40 25 5 4 3 3 1,5 5	40 15 25 25 40 5 3 3 3 1,5 10	SEDANINI ALLE ERBE AROMATICHE Pasta di semola Olio EVO Basilico Erba Cipollina Prezzemolo Sale IODATO Parmigiano	40 5 0,5 0,5 QB Q.B. 3	60 6 1 1 0,5 Q.B. 5	80 7 1 1 0,5 0,1 5	100 8 2 2 1 0,2 10	PENNE INTEGRALI ALLE VERDURE INVERNALI Pasta di semola Passata di Verdure di Carote Cipolla Olio EVO Sale IODATO Parmigiano	40 40 15 5 1,5 1 Q.B. 3	60 45 15 5 2 1 Q.B. 5	80 50 20 6 2 1,2 0,1 5	100 55 25 8 2,5 1,4 0,2 10
BOCCONCINI DI PESCE AL FORNO CON POMOD. E Pesce* Olio EVO Sale Profumato SALSA Passata di Carote <i>Origano</i> Cipolla Sedano Olio EVO Sale IODATO	50 4 Q.B. 35 6 2 1 1 1 Q.B.	70 5 Q.B. 40 6 4 2 1,5 1,2 0,1	100 6 0,1 45 6 5 2 2 2 0,2	150 7 0,2 50 6 6 2 2 2 0,3	LASAGNE AL RAGÙ DI MANZO Sfoglie pasta uova Passata di Manzo Carote Cipolla Sedano Olio EVO Latte Farina di grano Parmigiano Sale IODATO §CANNELLONI	20 30 15 3 2 1 110 5 3 Q.B.	25 40 20 3,5 2 1 130 9 5 Q.B.	30 50 25 4 2,5 1,5 2 140 10 5 0,2	35 55 30 5 3 2 3 150 11 10 0,3	PIZZA AL POMODORO Farina di grano Passata di Olio EVO Lievito Secco Origano Sale IODATO	20 20 10 30 30 30 30	30 30 20 45 40 70 70	50 50 30 60 70 100 100	FORMAGGIO Fontina Caciotta Parmigiano Mozzarelline Squacquerone Stracchino	20 20 10 30 30 30 30	30 30 20 45 60 70 70	50 50 30 60 70 70 70	ARROSTO DI TACCHINO AL FORNO Tacchino Carote Sedano Cipolla Olio EVO Sale profumato	40 11 8 4 3 1	50 16 10 5 3 1	80 21 12 6 4 1,5	100 25 14 7 4 2		
VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO Verdure fresche Verdure* Olio EVO Sale IODATO	80 3 0,1	120 4 0,1	150 5 0,2	200 7 0,2	PATATE AL FORNO Patate Olio EVO Sale profumato	60 4 0,1	120 5 0,2	140 6 0,3	150 7 0,3	INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO Verdura fresca Olio EVO Frutta a guscio Sale IODATO	30/80 4 3 QB	40/100 4 5 QB	50/150 5 7 QB	60/200 7 10 QB	VERDURA CRUDA Verdura fresca Olio EVO Sale IODATO	30/80 4 QB	40/100 4 QB	50/150 5 QB	60/200 7 QB	VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO Verdure fresca/ Verdure* (sedano) Olio EVO Sale IODATO	80 3 0,1	120 4 0,1	150 5 0,2	200 7 0,2
PANE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	50 120	PANE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	50 120	PANE (P) FRUTTA FRESCA	20 70	// 80	50 100	60 150	PANE (I) FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	// 100	60 150	PANE INTEGRALE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	60 150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

6	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	7	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	8	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	9	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	10	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PASSATO DI LEGUMI CON STELLINE					PASTA DI SEMOLA AL POMODORO E BASILICO					BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA					RISO ALLA ZUCCA				
Verdure fresche (sedano)	50	80	100	200	Pasta di semola Legumi misti secchi	25 25	30 30	35 35	40 40	Pasta di semola Passata di	50 40	60 45	80 50	100 55	Pasta di semola Passata di pomodoro	30 10	40 12	50 14	60 16	Riso Zucca gialla	40 25	60 30	80 35	100 40
Olio EVO	3	4	5	7	Patate	15	20	25	30	Carote	20	25	30	35	Carote	8	10	11	12	Cipolla	3	3	4	5
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Carote	5	5	6	7	Cipolla	3	5	6	7	Cipolla	5	6	7	8	Olio EVO	4	5	6	7
					Salvia	3	4	5	5	Sedano	1	2	2	2,5	Sedano	3	4	4	5	Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB
					Rosmarino	3	4	5	5	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Olio EVO	1	1	2	3	(Sedano)				
					Cipolla	2	3	4	5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
					Sedano	2	3	3	4	Parmigiano	3	5	5	10	Parmigiano	3	5	5	10	Parmigiano	3	5	5	10
					Olio EVO	2	2	3	3															
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO (P)									
					Parmigiano	3	5	5	10															
STRIGOLI AL RAGÙ DI MANZO CON BESCIAAMELLA					SFORMATO DI VERDURA					COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO					BOCCONCINI DI POLLO GRATINATI AL FORNO					BURGER DI FORMAGGI				
Strigoli	70	90	110	140	Uovo pastorizz.	20	25	30	35	Platessa*	50	70	100	150	Pollo	40	50	80	100	Patate	30	40	50	80
Passata di pomodoro	30	40	50	55	Vedure*	20	24	28	31	Pangrattato	7	10	12	15	Pangrattato	4	5	6	7	Spinaci/Biete	4	5	6	7
Manzo	15	20	25	30	Latte	20	25	30	35	Uovo pastorizz.	5	6	7	9	Farina di mais	2	2	4	4	Ricotta	2	3	4	5
Carote	3	3,5	4	5	Farina di grano	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	5	6	8	Olio EVO	1	1	2	3	Mozzarella/Strac	3	5	7	12
Cipolla	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	Sale profumato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	2	2,5	3	4
Sedano	1	1	1,5	2	Parmigiano	6	8	10	12											Pangrattato	3	4	5	6
Olio EVO	1	1	2	3																Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Latte	110	130	140	150																				
Farina di grano	5	9	10	11																				
Parmigiano	3	5	5	10																				
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3																				
VERDURA GRATINATA AL FORNO					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					VERDURA CRUDA					PURE' DI PATATE					VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO				
Verdura fresca/	80	120	150	200	Verdura fresca/	80	120	150	200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Patate	60	120	140	150	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200
Verdura* (sedano)					Verdura* (sedano)					Olio EVO	4	4	5	7	Latte	7	9,5	11	12	Olio EVO	4	4	5	7
Pangrattato	1	1,5	3	4	Olio EVO	3	4	5	7	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	4	6	7	9	Frutta a guscio	3	5	7	10
Parmigiano	2	3	4	5	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2						Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Olio EVO	2	3	4	5																				
PANE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	50 120	PANE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	50 120	PANE INTEGRALE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	50 120	PANE FRUTTA FRESCA	20 70	40 80	50 100	50 120	PANE FRUTTA FRESCA (i) TORTA (P)	20 70	40 80	50 100	50 120

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

11	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	12	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	13	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	14	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	15	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
RISO AL POMODORO E LENTICCHIE					PASSATO DI VERDURA CON PASTINA					FUSILLI INTEGR. CON POMODORO E OLIVE					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					GRAMIGNA ALL'OLIO EXTRAV. D'OLIVA				
Riso	20	25	35	40	Pasta di semola	50	60	80	100	Pasta di semola integrale	50	60	80	100	Verdure fresche (sedano)	50	80	100	200	Pasta semola	50	60	80	100
Passata di pomodoro	35	40	45	50	Passata di pomodoro	50	55	60	65	Passata di pomodoro	30	40	50	55	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Lenticchie	6	8	11	15	Verure di (sedano)	15	28	32	22	Olive verdi e/o	4	6	8	10	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Carote	5	5	6	7	Cipolla	2	3	3	4	Cipolla	QB	QB	QB	QB						Parmigiano	3	5	5	10
Cipolla	2	3	3	4	Olivo EVO	0,5	0,5	0,8	1	Olivo EVO	4	5	6	7										
Sedano	2	3	3	4	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB										
Olivo EVO	2	2	3	3	Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Parmigiano	3	5	5	10										
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Parmigiano	3	5	5	10															
Parmigiano	3	5	5	10																				

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

16	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	17	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	18	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	19	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	20	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
CREMA DI SEDANO E CAROTE CON COUS COUS					PIPE CON SALSA ROSATA					RISO ALLE ZUCCHINE/SPINACI/ ASPARAGI/FUNGHI					PASSATO DI FAGIOLI CON PASTINA					ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Cous-cous	12	18	20	25	Pasta di semola	40	60	80	100	Riso	50	60	80	100	Pasta di semola	25	30	35	40	Verdure fresche	50	80	100	200
Patate	50	55	60	65	Passata di pomodoro	40	45	50	55	Zucchine/Spinaci/ Asparagi/Funghi	25	30	35	40	Fagioli secchi	10	20	30	40	Olio EVO	3	4	5	7
Sedano	12	15	18	22	Latte	10	11	12	14	Cipolla	3	3	4	5	Patate	15	20	25	30	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Carote	5	6	7	8	Carote	3	3	4	5	Cipolla	3	3	4	5	Carote	5	5	6	7					
Cipolla	3	3	3	3,5	Cipolla	2	2	2	2,5	Olio EVO	4	5	6	7	Salvia	3	4	5	5					
Olio EVO	2	2	2,5	3	Sedano	1,5	1,5	2	3	Brodo vegetale (sedano)	QB	QB	QB	QB	Rosmarino	3	4	5	5					
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	Farina di grano	0,5	1	1,1	1,2						Cipolla	2	3	4	5					
Parmigiano	3	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	1	1,5	2	2	Sedano	2	3	3	4					
					Parmigiano	3	5	5	10	Parmigiano	3	5	5	10	Olio EVO	2	2	3	3					
					GNOCCHI DI PATATE CON SALSA ROSATA (P)										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
															Parmigiano	3	5	5	10					
FRITTATA AL FORNO CON PATATE					PESCE GRATINATO AL FORNO					COTOLETTA DI MAIALE AL FORNO					FORMAGGIO					SPAGHETTI AL RAGù DI PESCE				
Uovo pastorizz.	40	48	52	60	Pesce*	50	60	80	100	Lombo di maiale	40	55	80	80	Fontina	20	30	50	80	Pasta di semola	40	50	60	70
Latte	15	20	25	30	Pangrattato	4	5	6	7	Pangrattato	5	7	8	9	Caciotta	20	30	50	50	Polpa di	40	45	50	55
Patate	20	25	30	35	Farina di mais	4	5	6	7	Uovo pastorizz.	7	8	9	10	Parmigiano Regg.	10	20	30	40	Pesce misto*	25	35	45	55
Parmigiano	4	5	6	7	Olio EVO	2	2,5	3	4	Olio EVO	2	3	4	6	Mozzarelline	30	45	60	75	Pesce fresco	2	3	3	4
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Squacquerone	30	40	70	100	Cipolla	2	3	3	4
Olio EVO	5	6	7	8	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						Stracchino	30	40	70	100	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.
VERDURA COTTA					VERDURA CRUDA					VERDURA COTTA E CAPPERI					VERDURA CRUDA					VERDURE GRAT. CON PARMIGIANO E FR. A GUSCIO				
Verdura fresca / Verdura* (sedano)	80	120	150	200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca	80	120	150	200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdure*	80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Capperi	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Frutta a guscio	3	5	7	10
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	3	4	5	7	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	6	7	8	9
										Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2						Olio EVO	4	5	6	7
																				Sale Profumato	QB	QB	Q.B.	Q.B.
PANE INTEGRALE	20	40	50	50	PANE	20	40	50	50	PANE	20	40	50	50	PIADINA	20	40	50	50	PANE	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA TORTA (I)	70	80	100	120

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

21	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	22	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	23	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	24	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	25	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
ANTIPASTO VERDURE CRUDE					CREMA DI VERD CON RISO					PENNETTE ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA					GNOCCHETTI SARDI ALL'ORTOLANA					PASSATO DI VERDURE CON PASTINA				
Verdure fresche	50	80	100	200	Riso	25	30	35	40	Pasta di semola	40	60	80	100	Pasta di semola	40	60	80	100	Pasta di semola	25	30	35	40
Olio EVO	3	4	5	7	Patate	50	55	60	65	Olio EVO	4	5	6	7	Passata di pomodoro	35	40	45	50	Verdure* (sedano)	50	60	80	100
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Verdure* (sedano)	12	15	18	22	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Carote	13	15	18	20	Patate	20	25	30	35
					Carote	5	6	7	8	Parmigiano	3	5	5	10	Porro fresco	8	8,5	9	10	Carote	2	5	5	6
					Cipolla	3	3	3	3,5						Cavolfiore	4	5	6	8	Cipolla	2	4	4	5
					Olio EVO	2	2	2,5	3						Sedano	3	4	5	6	Sedano	1	3	3	4
					Sale IODATO	1	1	1,5	1,5						Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Olio EVO	2	3	3	4
					Parmigiano	3	5	5	10						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
															Parmigiano	3	5	5	10	Parmigiano	3	5	5	10
					RISO ALLO ZAFFERANO / PARMIGIANA (P.)										PASSATO DI VERDURE CON PASTINA (P)					GNOCCHETTI SARDI ALL'ORTOLANA (P)				
RAVIOLI AL RAGU' DI LENTICCHIE E PISELLI					BOCCONCINI DI POLLO ALLA CACCIATORA					PESCE* GRATINATO AL FORNO CON OLIVE					FORMAGGIO					PIZZA MARGHERITA				
Pasta ripiena	80	100	120	140	Pollo	40	50	80	100	Pesce*	40	70	100	150	Fontina	20	30	50	80	Farina di grano	40	55	60	65
Passata di pomodoro	40	45	50	55	Olio EVO	4	5	6	7	Pangrattato	4	6	8	12	Caciotta	20	30	50	50	Passata di pomodoro	30	35	40	45
Lenticchie	8	10	15	20	Sale Profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Farina di mais	3	4	5	7	Parmigiano	10	20	30	40	Mozzarella	20	25	32	38
Piselli*	10	12	15	20	SALSA					Olive (verdi o nere)	2	3	4	5	Mozzarelline	30	45	60	75	Olio EVO	3	4	5	6
Carota	3	4	5	6	Passata di pomodoro	35	40	45	50	Olio EVO	2	2,5	3	4	Squacquerone	30	40	70	100	Lievito Secco	2	3	4	4
Cipolla	6	6	6	6	Carote	6	6	6	6	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Stracchino	30	40	70	100	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Olio EVO	2	2	2	2	Cipolla	1	2	2	2	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						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															
Parmigiano	3	5	5	10	Olio EVO	1	1,2	1,5	2															
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3															
SCAPPELLETTI AL RAGU' DI LENTICCHI E PISELLI										SPESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO					PIZZA MARGHERITA (P)					FORMAGGIO (P)				
PATATE AL FORNO					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA CRUDA				
Patate	60	120	140	150	Verdure fresche/	80	120	150	200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200
Olio EVO	4	5	6	7	Verdure* (sedano)					Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Olio EVO	3	4	5	7	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Frutta a guscio	3	5	7	10	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
					Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2						Sale IODATO	QB	QB	QB	QB					
PANE	20	40	50	50	PANE INTEGRALE	20	40	50	50	PANE	20	40	50	50	PANE (I)	20	40	//	50	PANE (P)	20	//	50	50
FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

26	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	27	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	28	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	29	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	30	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
PASSATO DI VERDURA CON PASTINA					RISO ALLE VERDURE INVERNALI					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					CREMA DI ZUCCA E CROSTINI					SPAGHETTI AL POMODORO E BASILICO				
Pasta di semola	25	30	35	40	Riso	40	60	80	100	Verdure fresche	30	60	100	200	Crostini di pane	20	30	35	40	Pasta di semola	40	60	80	100
Patate					Passata di pomodoro	40	45	50	55	Olio EVO	3	4	5	7	Zucca	20	30	40	45	Passata di pomodoro	40	45	50	55
Verdure*	12	15	18	22	Verdure di stagione	15	15	20	25	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Patate	20	30	40	45	Carote	20	25	30	35
Carote	5	6	7	8	Carote	5	5	6	8						Carote	5	6	7	8	Cipolla	3	5	6	7
Cipolla	3	3	3	3,5	Cipolla	1,5	2	2	2,5						Cipolla	3	3	3	3,5	Sedano	1	2	2	2,5
Olio EVO	2	2	2,5	3	Olio EVO	1	1	1,2	1,4						Sedano	2	2	2,5	3	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Olio EVO	2	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Parmigiano	3	5	5	10	Parmigiano	3	5	5	10						Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	Parmigiano	3	5	5	10
															Parmigiano	3	5	5	10					
															GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE (P.)									
ARISTA DI MAIALE AL FORNO					FRITTATA AL FORNO					SEDANINI AL RAGù DI TACCHINO E BESCIAPELLA					BOCC. DI PESCE* GRAT. AL FORNO					BURGER DI CECI				
Lonza di suino	40	50	80	100	Uovo pastorizz.	40	48	52	60	Pasta di semola	40	60	80	100	Merluzzo*	40	50	80	100	Ceci secchi	10	15	20	25
Sale profumato	0,2	0,3	0,3	0,3	Latte	15	20	25	30	Passata di pomodoro	30	40	50	55	Pangrattato	4	5	6	7	Ricotta vaccina	20	30	40	50
SALSA					Parmigiano	2	3	4	5	Tacchino	15	20	25	30	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Patate	40	45	50	55
Carota	1,5	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Carote	3	4	5	6	Olio EVO	4	5	6	7	Uovo pastorizz.	5	6	7	8
Cipolla	1	1	2	2						Cipolla	2	2	2,5	3	Sale Profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Parmigiano	4	4,5	5	6
Sedano	0,3	0,4	0,5	1						Sedano	1	1	1,5	2					Pangrattato	3	4	5	6	
Olio EVO	3	4	5	7						Olio EVO	1	1	2	3					Olio EVO	2	2	2,5	3,8	
										Latte	20	30	35	40					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3	
										Farina di grano	2	3	5	6										
										Parmigiano	3	5	5	10										
										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3										
										Noce Moscata	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.										
															\$ PESCE AZZURRO GRAT. AL FORNO					\$ FALAFEL DI CECI E ZUCCA / HUMMUS				
PURE' DI PATATE E CAROTE					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA CON FR. A GUSCIO					VERDURA CRUDA					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO				
Patate	70	100	100	150	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura*	20/6	40/1	50/1	50/1	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdure*	80	120	150	200
Carote	8	10	12	14	Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7
Latte	7	9,5	11	12	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
Parmigiano	4	6	7	9						Frutta a guscio	3	5	7	10										
Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3						Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2										
										Olio EVO	2	3	4	5										
\$ PURE DI PATATE E ZUCCA										PANE	20	40	50	50	PANE	20	40	50	50	PANE	20	40	50	50
PANE INTEGRALE FRUTTA FRESCA	20	40	50	50	PANE FRUTTA FRESCA	20	40	50	50	FRUTTA FRESCA GELATO (P)	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

31	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	32	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	33	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	34	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	35	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO					FUSILLI INTEGRALI AL POMODORO					PASSATO DI LEGUMI MISTI E VERDURE CON FARRO					RISO ALLA PARMIGIANA					ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Pasta di semola	40	60	80	100	Pasta di semola	40	60	80	100	Farro	25	30	35	40	Riso	40	60	80	100	Verdure fresche (Sedano)	50	80	100	200
Olio EVO	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Fagioli secchi	8	10	15	15	Olio EVO	5	6	7	8					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Carote	20	25	30	35	Piselli*	15	20	25	25	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Olio EVO	3	4	5	7
Parmigiano	3	5	5	10	Cipolla	3	5	6	7	Patate	15	20	25	25	Parmigiano	3	5	5	10	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
					Sedano	1	2	2	2,5	Verdure miste*	15	20	25	40										
					Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Carote	4	5	5	5										
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Cipolla	3	4	4	4										
					Parmigiano	3	5	5	10	Sedano	2	3	3	3										
										Olio EVO	2	3	3	3										
										Sale IODATO	1	1	1,5	1,5										
										Parmigiano	3	5	5	10										
					PASSATO DI LEGUMI E VERDURE CON FARRO (P)					FUSILLI INTEGRALI AL POMODORO (P)														
COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO					FORMAGGIO					PIZZA AL POMODORO					POLPETTE DI TACCHINO CON VERDURE AL FORNO					PASSATELLI IN BRODO DI VERDURA				
Platessa*	50	70	100	150	Fontina	20	30	50	80	Farina di grano	40	55	60	65	Tacchino	30	40	70	80	Uovo pastorizz.	30	34	39	43
Pangrattato	7	10	12	15	Caciotta	20	30	50	50	Polpa di	30	35	40	45	Pangrattato	5	7	8	9	Pangrattato	22	28	33	36
Uovo pastorizz.	5	6	7	9	Parmigiano	10	20	30	40	Olio EVO	3	4	5	6	Ricotta	7	8	9	10	Parmigiano	22	28	33	36
Olio EVO	4	5	6	8	Mozzarelline	30	45	60	75	Lievito Secco	2	3	5	6	Uovo pastorizz.	1	2	3	4	Succo di limone	0,5	0,6	0,7	0,8
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Squacquerone	30	40	70	100	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Biete	2	3	4	6	Sale IODATO	Q.B.	0,2	0,3	0,4
					Stracchino	30	40	70	100	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Olio EVO	2	3	4	6	Noce Moscata	Q.B.	Q.B	QB	Q.B.
															Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	BRODO				
																				Carote	4	5	6	7
																				Sedano	2	3	3	4
																				Cipolla	2	3	3	4
																				Olio EVO	1	2	2	3
					PIZZA AL POMDORO (P)					FORMAGGIO (P)										SCAPPELLETTI	80	100	120	140
VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					PATATE AL FORNO				
Verdura fresca di s	30/8	40/1	50/1	60/2	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura fresca /	80	120	150	200	Patate	60	120	140	150
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Verdure*	3	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7
Frutta a guscio	3	5	7	10	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB											Sale IODATO									
PANE	20	//	50	50	PANE (I.)	20	40	//	50	PANE (P.)	20	//	50	50	PANE	20	40	50	50	PANE INTEGRALE	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120	FRUTTA FRESCA	70	80	100	120

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

36	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	37	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	38	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	39	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti	40	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Second. Adulti
CHIFFERINI AL POMODORO E RICOTTA					BRODO VEGETALE CON PASTINA					RISO ALLO ZAFFERANO					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PASSATO DI FAGIOLI CON STELLINE/CROSTINI				
Pasta di semola	50	60	80	100	<i>Pasta di semola</i>	25	30	40	50	Riso	40	60	80	100	Verdure fresche	60	100	150	150	<i>Pasta di semola crostini</i>	25	30	35	40
Polpa di	40	45	50	55	Pomodoro	10	12	14	16	Patate	8	10	12	14	(<i>Sedano</i>)									
Ricotta	10	15	20	25	Carote	8	10	11	12	Carote	1	2	4	6	Olio EVO	3	4	5	7	Fagioli secchi	10	20	30	40
Carote	20	25	30	35	Cipolla	5	6	7	8	Cipolla	1	2	2,5	3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Patate	15	20	25	30
Cipolla	3	5	6	7	<i>Sedano</i>	3	4	4	5	<i>Burro</i>	1	1,5	2	3						Carote	5	5	6	7
Sedano	1	2	2	2,5	Olio EVO	1	1	2	3	<i>Sedano</i>	1	1	1,5	2						Salvia	3	4	5	5
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	Sale iodato	0,1	0,2	0,3	0,4						Rosmarino	3	4	5	5
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	<i>Parmigiano</i>	3	5	5	10	Zafferano	0,02	0,02	0,02	0,02						Cipolla	2	3	4	5
<i>Parmigiano</i>	3	5	5	10						<i>Parmigiano</i>	3	5	5	10						<i>Sedano</i>	2	3	3	4
																				Olio EVO	2	2	3	3
					CELENTANI ALL'OLIO EVO (P)															Sale iodato	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
																				<i>Parmigiano</i>	3	5	5	10
SFORMATO DI VERDURA					COTOLETTA DI MAIALE					PESCE GRATINATO AL FORNO					STRIGOLI AL RAGÙ DI TACCHINO					CROCCHETTE DI VERDURA				
<i>Uovo pastorizz.</i>	20	25	30	35	Lombo di maiale	50	60	70	80	<i>Pesce*</i>	40	50	80	130	<i>Pasta fresca</i>	70	90	110	135	Patate	30	45	60	55
Vedure*	20	24	28	31	<i>Pangrattato</i>	5	7	8	9	<i>Pangrattato</i>	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	<i>Ricotta vaccina</i>	25	30	40	50
<i>Latte</i>	20	25	30	35	<i>Uovo pastorizz.</i>	7	8	9	10	Farina di mais	4	5	6	7	Tacchino	15	20	25	30	<i>Parmigiano</i>	4	5	6,4	55
<i>Farina di grano</i>	1	1,5	2	3	Olio EVO	2	3	4	6	Olio EVO	2	2,5	3	4	Carote	3	4	5	6	Olio evo	2	2,7	3,6	8
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Cipolla	2	2	2,5	3	Spinaci/biete/carote	6	8	10	12
<i>Parm. / Grana</i>	6	8	10	12						Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<i>Sedano</i>	1	1	1,5	2	<i>Pangrattato</i>	10	15	20	3,8
															Olio EVO	1	1	2	3	Sale iodato	0,2	0,25	0,3	0,3
															<i>Parmigiano</i>	3	5	5	10					
															Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3					
VERDURA CRUDA					PURE' DI PATATE					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA CON FR A GUSCIO					VERDURA CRUDA				
Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Patate	70	100	100	150	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200	Verdura*	80	120	150	200	Verdura fresca	30/80	40/100	50/150	60/200
Olio EVO	4	4	5	7	<i>Latte</i>	7	9,5	11	12	Olio EVO	4	4	5	7	<i>Pangrattato</i>	1	1,5	3	4	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<i>Parmigiano</i>	4	6	7	9	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
					Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3						<i>Frutta a guscio</i>	3	5	7	10					
															Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2					
															Olio EVO	2	3	4	5					
PANE	30	40	50	60	PANE	30	40	50	60	PANE INTEGRALE	30	40	50	60	PANE	30	40	50	60	PANE	30	40	50	60
FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA TORTA (I)	100	150	150	200	FRUTTA FRESCA	100	150	150	200