

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

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 |
|--|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|------------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|
| PASSATO DI VERDURA CON ORZO/PASTINA | | | | | RISO ALLO ZAFFERANO | | | | | SEDANINI AL POMODORO E BASILICO | | | | | ANTIPASTO VERDURE CRUDE | | | | | PASTA DI SEMOLA AL PESTO ALLA GENOVESE | | | | |
| Orzo/Pastina | 20 | 25 | 30 | 40 | Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Verdure fresche | 80 | 100 | 150 | 250 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 |
| Verdure /Verdure miste* (sedano) | 50 | 60 | 80 | 100 | Carote | 2 | 2 | 4 | 6 | Polpa di pomod | 40 | 45 | 50 | 55 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Carote | 2 | 5 | 5 | 6 | Cipolla | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Carote | 20 | 25 | 30 | 35 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Basilico | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Cipolla | 2 | 4 | 4 | 5 | Sedano | 1 | 1 | 1,5 | 2 | Cipolla | 3 | 5 | 6 | 7 | | | | | Prezzemolo | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Sedano | 1 | 3 | 3 | 4 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Sedano | 1 | 2 | 2 | 2,5 | | | | | Pinoli/Mandorle | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| Olio EVO | 2 | 3 | 3 | 4 | Zafferano | QB | QB | QB | QB | Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,4 | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Brodo vegetale | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Basilico | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | | | | | |
| PIZZA MARGHERITA | | | | | POLPETTE DI TACCHINO | | | | | BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO CON OLIVE | | | | | TAGLIATELLE AL RAGù DI MANZO | | | | | FRITTATA AL FORNO CON VERDURE | | | | |
| Farina di grano | 40 | 55 | 60 | 65 | Tacchino | 40 | 50 | 60 | 70 | Pesce* | 60 | 70 | 90 | 140 | Tagliatelle secche all'uovo | 40 | 50 | 70 | 90 | Uovo pastorizz. | 40 | 48 | 52 | 60 |
| Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 | Uovo pastorizz. | 5 | 6 | 7 | 8 | Pangrattato | 4 | 5 | 6 | 7 | Polpa di pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Latte | 10 | 15 | 22 | 30 |
| Mozzarella | 20 | 25 | 32 | 38 | Patate | 4 | 6 | 8 | 10 | Olio EVO | 2 | 2,5 | 3 | 4 | Manzo | 15 | 20 | 25 | 30 | Verdure* | 10 | 15 | 20 | 25 |
| Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 6 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Prezzemolo | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Carote | 3 | 3,5 | 4 | 5 | Prezzemolo | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| Lievito Secco | 2 | 3 | 4 | 4 | Olio EVO | 2 | 2,4 | 3,6 | 4 | Sale IODATO | QB | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Cipolla | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 9 |
| Origano | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sale profumato | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sedano | 1 | 1 | 1,5 | 2 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Olive | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Olio EVO | 1 | 1 | 2 | 3 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | | | | | Carote | 1 | 2 | 2 | 3 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | | | | | |
| | | | | | Cipolla | 1 | 2 | 2 | 3 | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | |
| VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO | | | | | PATATE AL FORNO | | | | | MACEDONIA DI VERDURE E PISELLI | | | | |
| Verdura fresca di stag | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagion | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagion | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Patate | 80/100 | 120 | 140 | 160 | Verdure miste (zucch/spin/peper)- | 60 | 100 | 130 | 150 |
| Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Verdure* (sedano) | | | | |
| Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Frutta a guscio | 5 | 10 | 15 | 20 | Sale profumato | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | Piselli* | 20 | 30 | 40 | 50 |
| | | | | | | | | | | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | | | | | | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| | | | | | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 |
| FRUTTA FRESCA | / | / | / | / | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

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 |
|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|
| FUSILLI INTEGRALI AL POMODORO (I.P.) | | | | | CASERECCE/ GNOCCHETTI SARDI ALL'OLIO EVO | | | | | RISO/ORZO CON POMODORO E LEGUMI | | | | | ANTIPASTO VERDURE CRUDE | | | | | MEZZE PENNE CON SALSA ROSATA (I.P.) | | | | |
| Pasta di semol int | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Riso/ Orzo | 50 | 60 | 80 | 100 | Verdure fresche | 80 | 100 | 150 | 250 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 |
| Polpa di pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Polpa di pomod | 40 | 45 | 50 | 55 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Polpa di pomod | 40 | 45 | 50 | 55 |
| Carote | 20 | 25 | 30 | 35 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Legumi secchi | 10 | 12 | 15 | 20 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Latte | 10 | 11 | 12 | 14 |
| Cipolla | 3 | 5 | 6 | 7 | Parmig. / Grana | 6 | 7 | 8 | 10 | Carote | 3 | 4 | 5 | 6 | | | | | | Carote | 3 | 3 | 4 | 5 |
| Sedano | 1 | 2 | 2 | 2,5 | | | | | | Cipolla | 1,5 | 2 | 2 | 2,5 | | | | | | Cipolla | 2 | 2 | 2 | 2,5 |
| Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,4 | | | | | | Sedano | 1 | 2 | 2 | 2,5 | | | | | | Sedano | 1,5 | 1,5 | 2 | 3 |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | | Olio EVO | 0,8 | 1 | 1,2 | 1,4 | | | | | | Farina di grano | 0,5 | 1 | 1,1 | 1,2 |
| Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 |
| | | | | | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 |
| FUSILLI AL POMODORO (N.) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| \$\$\$COUS COUS CON VERDURE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | CREMA DI VERDURE CON CROSTINI (N.) | | | | |
| BOCCONCINI DI POLLO AL LIMONE | | | | | PESCE GRATINATO AL FORNO | | | | | BURGER DI VERDURA | | | | | SEDANINI ALLA PESCATORA | | | | | FORMAGGIO | | | | |
| Pollo | 50 | 60 | 70 | 80 | Pesce* | 60 | 70 | 100 | 140 | Verdure/Verdure* | 40 | 45 | 50 | 55 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Asiago | 20 | 40 | 50 | 60 |
| Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Pangrattato | 4 | 5 | 6 | 7 | Ricotta vaccina | 20 | 30 | 40 | 50 | Pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Caciotta | 20 | 40 | 50 | 60 |
| Sale Profumato | Q.B. | 0,1 | 0,1 | 0,2 | Parmigiano | 2 | 3 | 4 | 5 | Patate | 10 | 15 | 20 | 25 | Pesce misto* | 30 | 40 | 50 | 65 | Grana Padano | 20 | 30 | 40 | 50 |
| SALSA | | | | | Olio EVO | 2 | 2,5 | 3 | 4 | Uovo pastorizz. | 8 | 10 | 11 | 12 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 6 | Mozzarella | 30 | 45 | 60 | 75 |
| Farina di grano | 2 | 2 | 3 | 3 | Prezzemolo | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Parm. / Grana | 4 | 4,5 | 5 | 6 | Sale IODATO | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | Squacquerone | 40 | 60 | 70 | 90 |
| Carote | 2,5 | 3,2 | 3,4 | 4,5 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Olio EVO | 2 | 2 | 2,5 | 3,8 | Prezzemolo | 0,4 | 0,4 | 0,5 | 0,5 | Stracchino | 40 | 60 | 70 | 90 |
| Cipolla | 1,5 | 1,6 | 1,8 | 3 | Aglione | QB | QB | QB. | QB. | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Aglione | QB | QB | QB | QB | | | | | |
| Succo di limone | 0,5 | 1 | 1,2 | 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sedano | 0,3 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sale Profum IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,1 | 0,2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | \$\$\$PESCE AZZURRO GRATINATO CON OLIVE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Verdure fresc/ Verdure* (sedano) | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagion | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdure/Verdure* | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Pangrattato | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| Sale IODATO | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Parmigiano | 8 | 10 | 12 | 15 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| | | | | | VERDURA CRUDA O COTTA (N.) | | | | | VERDURA CRUDA O COTTA (N.) | | | | | Frutta a guscio | 5 | 10 | 15 | 20 | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | Olio EVO | 2 | 3 | 4 | 5 | VERDURA CRUDA O COTTA (N.) | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,2 | | | | | |
| PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

| 11 | | | | | 12 | | | | | 13 | | | | | 14 | | | | | 15 | | | | |
|---|----------|----------|-------------------|--------|---|----------|----------|-------------------|-----|---|----------|----------|-------------------|-------------|---|----------|----------|-------------------|-----|---|----------|----------|-------------------|--------|
| Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | |
| GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE | | | | | ANTIPASTO VERDURE CRUDE | | | | | RISO AL POMODORO E MELANZANE | | | | | PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO | | | | | PASSATO DI LEGUMI CON PASTINA DI SEMOLA | | | | |
| Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Verdure fresche | 80 | 100 | 150 | 250 | Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 20 | 25 | 30 | 40 |
| Olio EVO | 5 | 6 | 7 | 8 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Polpa di Pomod | 40 | 45 | 50 | 55 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Legumi misti secchi | 25 | 30 | 35 | 40 |
| Basilico | 0,5 | 1 | 1 | 2 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Melanzane | 15 | 15 | 20 | 25 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Carote | 5 | 5 | 6 | 7 |
| Erba Cipollina | 0,5 | 1 | 1 | 2 | | | | | | Carote | 4 | 4 | 5 | 6 | Parmig. / Grana | 6 | 7 | 8 | 10 | Salvia | 3 | 4 | 5 | 5 |
| Prezzemolo | QB | QB | QB | QB | | | | | | Cipolla | 2 | 2 | 2 | 2,5 | | | | | | Rosmarino | 3 | 4 | 5 | 5 |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | | Olio EVO | 1 | 1 | 1,2 | 1,4 | | | | | | Cipolla | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | | Sedano | 2 | 3 | 3 | 4 |
| | | | | | | | | | | Basilico | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | | | | | | Olio EVO | 2 | 2 | 3 | 3 |
| | | | | | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Parmig./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO | | | | | PASTA ALL'UOVO RIPIENA AL RAGÙ DI MANZO | | | | | UOVO SODO CON SALSINA VERDE | | | | | POLPETTE DI CARNE BIANCA | | | | | PIZZA AL POMODORO | | | | |
| Platessa* | 60 | 70 | 100 | 140 | Pasta ripiena all'uovo | 90 | 120 | 140 | 160 | Uovo intero | 50 | 50 | 50 | 50 | Pollo/Tacchino | 40 | 48 | 56 | 65 | Farina di grano | 40 | 55 | 60 | 65 |
| Pangrattato | 7 | 10 | 12 | 15 | Polpa di pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Tonno | / | 8 | 9 | 10 | Uovo pastorizz. | 5 | 6 | 7 | 8 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 |
| Uovo pastorizz. | 5 | 6 | 7 | 9 | Manzo | 15 | 20 | 25 | 30 | Capperi | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | Pangrattato | 2 | 4 | 5 | 6 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 8 | Carote | 3 | 3,5 | 4 | 5 | Prezzemolo | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 0,5 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Lievito Secco | 2 | 3 | 5 | 6 |
| Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Cipolla | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Olio EVO | 5 | 6 | 7 | 8 | Olio EVO | 2 | 2,4 | 3,6 | 4 | Origano | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| | | | | | Sedano | 1 | 1 | 1,5 | 2 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sale profumato | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| | | | | | Olio EVO | 1 | 1 | 2 | 3 | | | | | SALSA | | | | | | | | | | |
| | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | | | | | Olio EVO | 1 | 1 | 2 | 2 | | | | | | |
| | | | | | Parmig./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | Carote | 0,5 | 0,8 | 1 | 1,2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Prezzemolo | 0,5 | 0,8 | 1 | 1,2 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | Aglio | QB | QB | Q.B. | Q.B. | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| VERDURA CRUDA | | | | | PATATE AL FORNO | | | | | VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO | | | | | VERDURA GRATIN AL FORNO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Patate | 80/100 | 120 | 140 | 160 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca/ | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Verdura* (sedano) | | | | | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale profumato | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | Frutta a guscio | 5 | 10 | 15 | 20 | Pangrattato | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| | | | | | | | | | | 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.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

| 16 | | | | | 17 | | | | | 18 | | | | | 19 | | | | | 20 | | | | |
|--|----------|----------|-------------------|--------|---|----------|----------|-------------------|--------|---|----------|----------|-------------------|------|---|----------|----------|-------------------|--------|---|----------|----------|-------------------|--------|
| Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | | Nido 1-3 anni | Infanzia | Primaria | Second. Adulti | |
| GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO E PISELLI (I.P) | | | | | RISO E ZUCCHINE/VERDURE ESTIVE | | | | | PENNETTE INTEGRALI ALL'OLIO EVO | | | | | BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA | | | | | PASTA DI SEMOLA ALL'ORTOLANA ESTIVA | | | | |
| Gnocchi di patate | 80 | 150 | 200 | 250 | Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola int | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 25 | 30 | 40 | 50 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 |
| Polpa di pomod | 30 | 35 | 40 | 45 | Zucchine/Verdure estive | 25 | 30 | 35 | 40 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Pomodoro | 10 | 12 | 14 | 16 | Polpa di pomod | 35 | 40 | 45 | 50 |
| Piselli | 25 | 30 | 35 | 40 | Cipolla | 3 | 3 | 4 | 5 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Carote | 8 | 10 | 11 | 12 | Carote | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Carote | 5 | 6 | 7 | 8 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Cipolla | 5 | 6 | 7 | 8 | Cipolla | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Sedano | 5 | 6 | 7 | 8 | Brodo vegetale | QB | QB | QB | QB | | | | | | Sedano | 3 | 4 | 4 | 5 | Melanzane | 12 | 15 | 20 | 22 |
| Cipolla | 1,5 | 1,5 | 2 | 3 | Sale IODATO | 1 | 1,5 | 2 | 2 | | | | | | Olio EVO | 1 | 1 | 2 | 3 | Peperoni | 10 | 12 | 15 | 16 |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Sale IODATO | QB | QB | 0,1 | 0,2 | Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,2 |
| Parmig. / Grana | 6 | 7 | 8 | 9 | | | | | | | | | | | Parmig./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Sale IODATO | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,4 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 |
| §§GNOCCHETTI SARDI CON POMODORO E PISELLI (N.I.P) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| SFORMATO DI VERDURA | | | | | PESCE AZZURRO GRATINATO CON MANDORLE | | | | | ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE | | | | | PIZZA MARGHERITA | | | | | SVIZZERA DI POLLO AL FORNO | | | | |
| Uovo pastorizz. | 20 | 25 | 30 | 35 | Pesce azzurro | 60 | 70 | 100 | 140 | Tacchino | 50 | 60 | 70 | 80 | Farina di grano | 40 | 55 | 60 | 65 | Carne di pollo | 40 | 50 | 60 | 70 |
| Vedure* | 20 | 24 | 28 | 31 | Pangrattato | 4 | 5 | 6 | 7 | Carote | 10 | 15 | 20 | 25 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 | Patate | 4 | 6 | 8 | 10 |
| Patate | 10 | 12 | 20 | 25 | Parmigiano | 2 | 3 | 4 | 5 | Sedano | 8 | 10 | 12 | 14 | Mozzarella | 20 | 25 | 32 | 38 | Olio EVO | 1 | 2 | 3 | 5 |
| Latte | 20 | 25 | 30 | 35 | Mandorle tostate | 0,1 | 3 | 4 | 5 | Cipolla | 4 | 5 | 6 | 7 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 6 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Farina di grano | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Olio EVO | 2 | 2,5 | 3 | 4 | Olio EVO | 2 | 2 | 3 | 4 | Lievito Secco | 2 | 3 | 4 | 4 | BRODO | | | | |
| Parm. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Prezzemolo | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Sale profumato | 1 | 1 | 1,5 | 2 | Origano | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Carote | 10 | 12 | 14 | 14 |
| Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Succo di limone | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Sedano | 6 | 7 | 8 | 8 |
| | | | | | Aglio | QB | QB | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | | Cipolla | 6 | 7 | 8 | 8 |
| §PLUMCAKE DI VERDURE | | | | | §PESCE GRATINATO CON MANDORLE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA GRATINATA AL FORNO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagion | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca/ Verdura* (sedano) | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Pangrattato | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Parmigiano | 2 | 3 | 4 | 5 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| | | | | | | | | | | 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.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | / | / | / | / |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

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 |
|---|------------------|----------|----------|-------------------|---------------------------------------|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|
| RISO ALLA PESCATORA | | | | | FUSILLI AL PESTO ALLA GENOVESE | | | | | ANTIPASTO VERDURE CRUDE | | | | | PENNETTE/SPAGHETTI AGLIO E OLIO EVO | | | | | SEDANINI AL POMODORO E BASILICO | | | | |
| Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Verdure fresche | 80 | 100 | 150 | 250 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 |
| Polpa di pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Olio EVO | 5 | 6 | 7 | 8 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 5 | 6 | 7 | 8 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 |
| Pesce misto* | 25 | 35 | 45 | 55 | Basilico | 5 | 6 | 7 | 8 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Carote | 10 | 15 | 20 | 25 |
| Cipolla | 2 | 3 | 3 | 4 | Prezzemolo | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | | | Prezzemolo | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Cipolla | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Olio EVO | 0,5 | 0,5 | 0,8 | 1 | Pinoli/Mandorle | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Sedano | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | | Parmig./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,4 |
| Prezzemolo | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 |
| Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | | | | | | | Basilico | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| | | | | | | | | | | | | | | | PENNETTE AGLIO E OLIO EVO (N.) | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| CROCCHETTE DI VERDURA | | | | | FORMAGGIO | | | | | PASTA ALL'UOVO RIPIENA AL RAGÙ DI LEGUMI | | | | | BOCCONCINI DI POLLO ALLE ERBE | | | | | COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO | | | | |
| Verdura cotta | 40 | 45 | 50 | 55 | Asiago | 20 | 40 | 50 | 60 | Pasta ripiena all'uovo | 90 | 120 | 140 | 160 | Pollo | 50 | 60 | 70 | 80 | Platessa* | 60 | 70 | 100 | 140 |
| Ricotta vaccina | 20 | 30 | 40 | 50 | Caciotta | 20 | 40 | 50 | 60 | Polpa di pomodoro | 40 | 45 | 50 | 55 | Farina di grano | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Pangrattato | 7 | 10 | 12 | 15 |
| Patate | 5 | 6 | 8 | 10 | Grana Padano | 20 | 30 | 40 | 50 | Legumi | 10 | 12 | 15 | 20 | Erbe aromatiche (salvia) | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Uovo pastorizz. | 5 | 6 | 7 | 9 |
| Uovo pastorizz. | 5 | 6 | 7 | 8 | Mozzarelline | 30 | 45 | 60 | 75 | Carota | 3 | 4 | 5 | 6 | Olio EVO | 3 | 4 | 6 | 8 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 8 |
| Parm. / Grana | 8 | 10 | 12 | 14 | Squacquerone | 40 | 60 | 70 | 90 | Cipolla | 6 | 6 | 6 | 6 | Sale Profumato | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 |
| Olio EVO | 2 | 2 | 2,5 | 3,8 | Stracchino | 40 | 60 | 70 | 90 | Olio EVO | 2 | 2 | 4 | 5 | | | | | | | | | | |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,2 | 0,3 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | Parm. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | SCALOPPINA ALLE ERBE | | | | | §§BURGER DI PESCE | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA GRATINATA AL FORNO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagion | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca/ Verdura* (sedano) | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Pangrattato | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| Frutta a guscio | 5 | 10 | 15 | 20 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Parmigiano | 2 | 3 | 4 | 5 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | | | | | | 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.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PIADINA/FORNARINA | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

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 |
|--|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|------------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|
| RISO ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA E PARMIGIANO | | | | | PASTA DI SEMOLA ALL'ORTOLANA ESTIVA | | | | | PASSATO DI LEGUMI E VERDURE CON PASTINA (N.I.) | | | | | FUSILLI INTEGRALI CON SALSIA ROSATA (L.P) | | | | | GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE | | | | |
| Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 20 | 25 | 35 | 40 | Pasta di semola integ | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semol int | 50 | 60 | 80 | 100 |
| Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,4 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 | Fagioli* | 35 | 50 | 55 | 60 | Polpa di pomod | 40 | 45 | 50 | 55 | Olio EVO | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Verdure di stagione | 20 | 25 | 30 | 35 | Piselli* | 15 | 20 | 25 | 40 | Latte | 10 | 11 | 12 | 14 | Basilico | 0,5 | 1 | 1 | 2 |
| Parmig./ Grana | 6 | 7 | 9 | 10 | Carote | 5 | 5 | 6 | 8 | Verdure/Verdure miste* | 15 | 20 | 25 | 30 | Carote | 3 | 3 | 4 | 5 | Erba Cipollina | 0,5 | 1 | 1 | 2 |
| | | | | | Cipolla | 1,5 | 2 | 2 | 2,5 | Carote | 4 | 5 | 5 | 5 | Cipolla | 2 | 2 | 2 | 2,5 | Prezzemolo | Q.B. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| | | | | | Olio EVO | 1 | 1 | 1,2 | 1,4 | Cipolla | 3 | 4 | 4 | 4 | Sedano | 1,5 | 1,5 | 2 | 3 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 |
| | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Sedano | 2 | 3 | 3 | 3 | Farina di grano | 0,5 | 1 | 1,1 | 1,2 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | | | Parm./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | Olio EVO | 2 | 3 | 3 | 3 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | |
| | | | | | | | | | | Sale IODATO | 1 | 1 | 1,5 | 1,5 | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | |
| | | | | | | | | | | Parmig./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | | | | | |
| §RISO ALLA PARMIGIANA | | | | | | | | | | §PASTA/ORZO CON ZUCCHINE E PISELLI (P.) | | | | | FUSILLI CON SALSIA ROSATA (N) | | | | | | | | | |
| SPEZZATINO DI TACCHINO/POLLO | | | | | ROTOLO DI FRITTATA | | | | | PIZZA AL POMODORO (N.I.) | | | | | PESCE AZZURRO GRATINATO CON OLIVE/CAPPERI | | | | | ARISTA DI MAIALE AL FORNO | | | | |
| Tacchino | 50 | 60 | 70 | 80 | Uovo pastorizz. | 40 | 48 | 52 | 60 | Farina di grano | 40 | 55 | 60 | 65 | Pesce azzurro | 60 | 70 | 100 | 140 | Lonza di suino | 50 | 60 | 70 | 80 |
| Polpa di pomodoro | 20 | 25 | 30 | 35 | Latte | 15 | 20 | 25 | 30 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 | Pangrattato | 4 | 5 | 6 | 7 | Sale profumato | 0,2 | 0,3 | 0,3 | 0,3 |
| Sedano | 3 | 4 | 5 | 6 | Parmig. / Grana | 2 | 3 | 4 | 5 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 6 | Parmigiano | 2 | 3 | 4 | 5 | SALSIA | | | | |
| Carota | 3 | 4 | 5 | 6 | Mozzarella | 12 | 15 | 18 | 20 | Lievito Secco | 2 | 3 | 5 | 6 | Olive/capperi | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Carota | 1,5 | 2 | 2,5 | 3 |
| Cipolla | 2 | 3 | 4 | 5 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Origano | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Olio EVO | 2 | 2,5 | 3 | 4 | Cipolla | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Prezzemolo | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Sedano | 0,3 | 0,4 | 0,5 | 1 |
| Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | | | | | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Farina di grano | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | |
| | | | | | §FRITTATA AL FORNO | | | | | FORMAGGIO (P.) | | | | | §PESCE GRATINATO CON OLIVE/CAPPERI | | | | | §FETTINA DI MAIALE GRATINATA | | | | |
| VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Verdure fresc/ Verdure* (sedano) | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagione | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30 | 40 | 50 | 60 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| Sale IODATO | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Frutta a guscio | 5 | 10 | 15 | 20 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| | | | | | | | | | | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | |
| PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | // | // | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

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 |
|--|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|
| ANTIPASTO VERDURE CRUDE | | | | | RISO E ZUCCHINE/ VERDURE ESTIVE | | | | | SEDANINI ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO | | | | | PIPE CON POMODORO E LEGUMI | | | | | CREMA DI VERDURE CON COUS | | | | |
| Verdure fresche | 80 | 100 | 150 | 250 | Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 50 | 60 | 80 | 100 | Pasta di semola | 20 | 25 | 30 | 40 |
| Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 7 | Zucchine/Verdure estive | 25 | 30 | 35 | 40 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Polpa di pomod | 40 | 45 | 50 | 55 | Patate | 12 | 15 | 18 | 22 |
| Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Cipolla | 3 | 3 | 4 | 5 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Legumi secchi | 10 | 12 | 15 | 20 | Verdure/ Verdure *(sedo | 50 | 55 | 60 | 65 |
| | | | | | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Parmig. / Grana | 6 | 7 | 8 | 10 | Carote | 3 | 4 | 5 | 6 | Carote | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | | | Brodo vegetale | QB | QB | QB | QB | | | | | | Cipolla | 1,5 | 2 | 2 | 2,5 | Cipolla | 3 | 3 | 3 | 3,5 |
| | | | | | Sale IODATO | 1 | 1,5 | 2 | 2 | | | | | | Sedano | 1 | 2 | 2 | 2,5 | Olio EVO | 2 | 2 | 2,5 | 3 |
| | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Olio EVO | 0,8 | 1 | 1,2 | 1,4 | Sale IODATO | 1 | 1 | 1,5 | 1,5 |
| | | | | | | | | | | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Parmig./ Grana | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | | | | | | | | | | | | | | Parmig. / Grana | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| PASSATELLI ASCIUTTI CON DADOLATA DI VERDURE | | | | | POLLO GRATINATO AL FORNO | | | | | BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO | | | | | BURGER DI VERDURA | | | | | PIZZA MARGHERITA | | | | |
| Uovo pastorizz. | 30 | 34 | 39 | 43 | Pollo | 50 | 60 | 70 | 80 | Pesce* | 60 | 70 | 90 | 140 | Verdure/Verdure* | 40 | 45 | 50 | 55 | Farina di grano | 40 | 55 | 60 | 65 |
| Pangrattato | 22 | 28 | 33 | 36 | Pangrattato | 4 | 5 | 6 | 7 | Pangrattato | 4 | 5 | 6 | 7 | Ricotta vaccina | 20 | 30 | 40 | 50 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 |
| Parmigiano | 22 | 28 | 33 | 36 | Farina di mais | 2 | 2 | 4 | 4 | Olio EVO | 2 | 2,5 | 3 | 4 | Patate | 10 | 15 | 20 | 25 | Mozzarella | 20 | 25 | 32 | 38 |
| Succo di limone | 0,5 | 0,6 | 0,7 | 0,8 | Olio EVO | 1 | 1 | 2 | 3 | Prezzemolo | 2 | 2 | 2,5 | 3 | Uovo pastorizz. | 8 | 10 | 11 | 12 | Olio EVO | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Sale IODATO | Q.B. | 0,2 | 0,3 | 0,4 | Sale profumato | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Parm. / Grana | 4 | 4,5 | 5 | 6 | Lievito Secco | 2 | 3 | 4 | 4 |
| Noce Moscata | Q.B. | Q.B. | QB | Q.B. | | | | | | Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Olio EVO | 2 | 2 | 2,5 | 3,8 | Origano | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| Verdure miste* | 20 | 25 | 28 | 30 | | | | | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | |
| Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sale IODATO | QB | QB | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| §RAVIOLI CON CAROTE E ZUCCHINE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| PATATE AL FORNO | | | | | INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Patate | 80/100 | 120 | 140 | 160 | Verdura fresca di stagion | 30 | 40 | 50 | 60 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | 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 | Frutta a guscio | 5 | 10 | 15 | 20 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| | | | | | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | VERDURA CRUDA O COTTA (N.) | | | | | | | | | |
| PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | // | // | // | // |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2023-2024 (primavera/estate)

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 |
|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|------------------------------------|------------------|----------|----------|-------------------|---|------------------|----------|----------|-------------------|
| PASSATO DI LEGUMI E VERDURE CON PASTINA/CROSTINI | | | | | PENNETTE RICOTTA E BASILICO | | | | | GRAMIGNA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO | | | | | RISO AL POMODORO E BASILICO | | | | | FUSILLI/SPEGHETTI INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO | | | | |
| <i>Pasta semola/Crostini</i> | 20 | 25 | 35 | 40 | <i>Pasta di semola</i> | 50 | 60 | 80 | 100 | <i>Pasta di semola</i> | 50 | 60 | 80 | 100 | Riso | 50 | 60 | 80 | 100 | <i>Pasta di semola integrale</i> | 50 | 60 | 80 | 100 |
| Fagioli* | 35 | 50 | 55 | 60 | <i>Ricotta vaccina</i> | 20 | 25 | 30 | 35 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | Polpa di pomod | 30 | 35 | 40 | 45 | Polpa di pomodoro | 30 | 35 | 40 | 45 |
| Piselli* | 15 | 20 | 25 | 40 | <i>Latte fresco</i> | 3 | 4 | 5 | 6 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Carote | 10 | 15 | 20 | 25 | Carote | 10 | 15 | 20 | 25 |
| Verdure/Verdure miste* | 15 | 20 | 25 | 30 | Basilico fresco | 0,5 | 1 | 1 | 2 | <i>Parmig. / Grana</i> | 6 | 7 | 8 | 10 | Cipolla | 2 | 3 | 4 | 5 | Cipolla | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Carote | 4 | 5 | 5 | 5 | Aglio | QB | 0,5 | 0,5 | 1 | | | | | | <i>Sedano</i> | 5 | 6 | 7 | 8 | <i>Sedano</i> | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Cipolla | 3 | 4 | 4 | 4 | Olio EVO | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | | | Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,4 | Olio EVO | 0,5 | 1 | 1,2 | 1,4 |
| <i>Sedano</i> | 2 | 3 | 3 | 3 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,1 | 0,2 |
| Olio EVO | 2 | 3 | 3 | 3 | <i>Parmig. / Grana</i> | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | Basilico | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Basilico | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| Sale IODATO | 1 | 1 | 1,5 | 1,5 | | | | | | | | | | | <i>Parmig. / Grana</i> | 5 | 6 | 7 | 8 | <i>Parmig. / Grana</i> | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <i>Parmig./ Grana</i> | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | §PENNETTE RICOTTA E PESTO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| SFORMATO DI VERDURA | | | | | POLPETTINE DI PESCE CON POMODORO | | | | | POLLO ALLA CACCIATORA | | | | | FORMAGGIO | | | | | ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE | | | | |
| <i>Uovo pastorizz.</i> | 20 | 25 | 30 | 35 | <i>Halibut e Merluzzo*</i> | 40 | 50 | 70 | 90 | Pollo | 50 | 60 | 70 | 80 | <i>Asiago</i> | 20 | 40 | 50 | 60 | Tacchino | 50 | 60 | 70 | 80 |
| Vedure* | 20 | 24 | 28 | 31 | <i>Ricotta</i> | 8 | 10 | 15 | 20 | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | <i>Caciotta</i> | 20 | 40 | 50 | 60 | Carote | 10 | 15 | 20 | 25 |
| Patate | 10 | 12 | 20 | 25 | Patate | 10 | 15 | 20 | 25 | Sale Profumato | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,3 | <i>Grana Padano</i> | 20 | 30 | 40 | 50 | <i>Sedano</i> | 8 | 10 | 12 | 14 |
| <i>Latte</i> | 20 | 25 | 30 | 35 | <i>Uovo</i> | 4 | 5 | 8 | 9 | Polpa di pomodoro | 35 | 40 | 45 | 50 | <i>Mozzarella</i> | 30 | 45 | 60 | 75 | Cipolla | 4 | 5 | 6 | 7 |
| <i>Farina di grano</i> | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Porro | 0,5 | 0,5 | 1 | 2 | Carote | 6 | 6 | 6 | 6 | <i>Squacquerone</i> | 40 | 60 | 70 | 90 | Olio EVO | 2 | 2 | 3 | 4 |
| <i>Parm. / Grana</i> | 5 | 6 | 7 | 8 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Cipolla | 1 | 2 | 2 | 2 | <i>Stracchino</i> | 40 | 60 | 70 | 90 | Sale profumato | 1 | 1 | 1,5 | 2 |
| Sale IODATO | Q.B. | 0,1 | 0,2 | 0,3 | Polpa di pomodoro | 15 | 20 | 25 | 35 | <i>Sedano</i> | 1 | 1,5 | 2 | 2 | | | | | | Succo di limone | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. |
| | | | | | Aglio | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Aglio e Rosmarino | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | |
| | | | | | Basilico | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | Q.B. | Q.B. | | | | | | | | | | |
| | | | | | Olio EVO | 4 | 5 | 6 | 7 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | Sale IODATO | Q.B. | Q.B. | 0,2 | 0,3 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | §PESCE GRATINATO AL FORNO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA GRATIN AL FORNO | | | | | VERDURA CRUDA | | | | | VERDURA CRUDA | | | | |
| Verdura fresca di stagio | 30 | 40 | 50 | 60 | Verdura fresca di stagion | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca/ Verdura* (<i>sedano</i>) | 80 | 100 | 150 | 200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 | Verdura fresca di stagio | 30/80 | 40/100 | 50/150 | 60/200 |
| Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | <i>Pangrattato</i> | 1 | 1,5 | 2 | 3 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 | Olio EVO | 4 | 4 | 5 | 7 |
| <i>Frutta a guscio</i> | 5 | 10 | 15 | 20 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | <i>Parmigiano</i> | 2 | 3 | 4 | 5 | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | Sale IODATO | QB | QB | QB | QB |
| Sale IODATO | QB | QB | QB | QB | | | | | | 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.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 | PIADINA/FORNARINA | 30 | 40 | 50 | 60 | PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.) | 30 | 40 | 50 | 60 |
| FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 | FRUTTA FRESCA | 100 | 150 | 150 | 200 |