

**TABELLE DIETETICHE**

**PASTI DOMICILIARI**

**DESCRIZIONI PIATTI E GRAMMATURE**

## **PRIMI PIATTI**

<b>ELENCO PRIMI PIATTI</b>	<b>GR</b>
Pasta all'uovo	80
Pasta asciutta nei vari formati	80
Riso asciutto	80
Farina per polenta	80
Semolino	75
Gnocchetti sardi / orecchiette	90
Pastina in brodo	40
Pastina nei vari passati	40
Riso nei vari passati	40
Crostini	30
Gnocchetti di patate	200
Tagliatelle all'uovo	70
Agnolotti	150
Ravioli di magro	150

Il Parmigiano Reggiano dovrà essere inviato giornalmente dalle I.A ai punti di refezione per i primi piatti sia asciutti che in brodo, secondo le grammature totali previste dalle tabelle dietetiche in vigore.

### **GRATIN DI VERDURA**

Zucchine	18
Fagiolini	12
Piselli surgelati	15
Aromi e ortaggi	q.b.
Latte intero UHT	30
Base per besciamella a freddo	10
Olio extra vergine di oliva	2
Pomodori pelati	40
Sale e pepe	q.b.

### **LASAGNE AL FORNO/PASTA AL FORNO**

Latte intero UHT	30
Semola	63
Carne bovina anteriore di prima cottura	30
Pomodori pelati	33
Uovo pastorizzato	15
Vino rosso	5
Brodo estratto vegetale	0.7
Pomodoro doppio concentrato	2.5
Sale e Pepe	q.b.
Aromi: carote, cipolla, aglio	q.b.

Olio extra vergine di oliva	1.2
Base per besciamella a freddo	10
Sedano	2.5

### **PASTA/RISO/AGNOLOTTI/GNOCCHETTI IN BIANCO**

Olio extravergine di oliva	5
Parmigiano	5
Burro	2
Sale	q.b.

### **POLENTA**

Farina gialla	80
Acqua	q.b.
Olio extravergine di oliva	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO POMODORO E SALCICCIA**

Pomodori pelati	70
Salsiccia	100
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **BRODO VEGETALE**

Parmigiano reggiano	5
Olio extra vergine di oliva	3
Brodo vegetale: patate, carote, sedano, cipolla	q.b.
Sale	q.b.
Brodo astratto vegetale	2

Si richiede che le verdure impiegate per la preparazione del brodo di verdura vengano passate ed inserite nel brodo stesso. Quando la stagionalità lo consente, alle sopra citate verdure si aggiunge lo zucchini.

### **PASSATO DI VERDURA/MINESTRONE DI VERDURA**

Verdure miste: carote, zucca o zucchini, costine o coste, verza, porro, cipolla	70
Patata	50
Parmigiano Reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **PASSATO DI LEGUMI**

Legumi: cannellini, lenticchie, ceci	30
Patata	90
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	2
Sedano e cipolla	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO AL POMODORO**

Pomodori pelati	70
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO AL POMODORO E BASILICO**

Pomodori pelati	70
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Basilico	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO ALLO ZAFFERANO/MILANESE**

Brodo di carne	q.b.
Brodo di estratto vegetale	q.b.
Olio extravergine di oliva	5
Vino bianco	5
Parmigiano reggiano	7
Burro	3
Zafferano	q.b.
Sale	q.b.
Latte intero UHT	20
Piante aromatiche	q.b.

### **SUGO AI QUATTRO FORMAGGI**

Edamer	15
Emmenthal	15
Mozzarella	15
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Brodo vegetale	3
Sale	q.b.

### **SUGO AL PESTO**

Basilico	20
Olio extra vergine di oliva	7
Patate	5
Parmigiano reggiano	5
Pinoli	q.b.
Aglio	q.b.
Sale	q.b.

### **PESTO CONFEZIONATO**

Pesto	30
Olio extravergine	7
Parmigiano reggiano	5
Sale	q.b.

### **SUGO ALLE VERDURE/RAGU' VEGETALE/ORTOLANA**

Pomodori pelati	70
Zucchine	18
Fagiolini	12
Piselli surgelati	15
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO AL BURRO E SALVIA**

Burro	7
Parmigiano reggiano	2
Piante aromatiche	3
Sale	q.b.

### **SUGO ALLA PIEMONTESE**

Parmigiano reggiano	7
Olio extravergine di oliva	5
Carne bovina anteriore	5
Aaromi e ortaggi	q.b.
Sugo di arrosto	q.b.
Vino rosso	10
Sale	q.b.

### **RAGU' DI CARNE**

Pomodori pelati	55
Carne bovina anteriore	30
Parmigiano reggiano	7
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO ALLE ZUCCHINE**

Pomodori pelati	70
Zucchine	40
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO ALLE VONGOLE**

Pomodori pelati	30
Vongole	20
Cipolle	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SUGO AL TONNO**

Pomodori pelati	70
Tonno sott'olio	15
Olio extravergine di oliva	3
Sedano	3
Carote	3
Cipolle	3
Sale	q.b.

### **SUGO ALLA BAVA**

Burro	15
Latte intero UHT	30
Panna	10
Fontina	20
Parmigiano reggiano	5
Sale	q.b.

### **SUGO ALLA DIAVOLA**

Pomodori pelati	70
Peperoni	40
Olio extravergine di oliva	5
Olive nere	20
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.

Sale q.b.

### **SUGO AI PEPERONI**

Pomodori pelati 70  
Peperoni 40  
Olio extravergine di oliva 5  
Piante aromatiche e ortaggi q.b.  
Sale q.b.

### **SUGO ALLE MELANZANE**

Pomodori pelati 70  
Melanzane 40  
Olio extravergine di oliva 5  
Piante aromatiche e ortaggi q.b.  
Sale q.b.

### **SUGO ALL'AMATRICIANA**

Pomodori pelati 70  
Pancetta tesa 20  
Parmigiano reggiano 7  
Olio extravergine di oliva 5  
Piante aromatiche e ortaggi q.b.  
Sale q.b.

### **MINISTRONE ALLA GENOVESE/LIGURE**

Verdure miste: carote, zucca o  
zucchini, coste o costine, verza,  
porro e cipolla 70  
Patate 50  
Parmigiano reggiano 5  
Olio extravergine di oliva 3  
Piante aromatiche e ortaggi q.b.  
Basilico 5  
Sale q.b.

### **RISOTTO AI CARCIOFI**

Pomodori pelati 70  
Carciofi 30  
Parmigiano reggiano 5  
Olio extravergine di oliva 3  
Piante aromatiche e ortaggi q.b.  
Brodo astratto vegetale 3  
Sale q.b.

### **PASTA E PATATE**

Carote 2  
Patate 120

Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	2
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **CANNELLONI DI MAGRO**

Latte intero UHT	35
Ricotta	55
Parmigiano reggiano	10
Olio extravergine di oliva	3
Spinaci	10
Base per besciamella a freddo	10
Semola	28
Uovo pastorizzato	4
Sale	q.b.



## SECONDI PIATTI CALDI

### **MILANESE O COTOLETTA DI TACCHINO/POLLO/PETTO DI POLLO/TACCHINO IMPANATO**

Fesa di tacchino/pollo	100
Uova Pastorizzate	12
Olio extravergine di oliva	7
Pane grattugiato	q.b.
Sale	q.b.
Succo di limone	1x2

### **TACCHINO CON SALSA AL LIMONE/PETTO DI TACCHINO/POLLO AL LIMONE**

Petto di tacchino/pollo – fesa di tacchino	100
Olio extravergine di oliva	7
Farina OO	5
Sale	q.b.
Succo di limone	q.b.

### **POLPETTE/INE DI VITELLO ALLA CASALINGA/ IN UMIDO/AL POMODORO**

Carne di bovino adulto 1°cottura	80
Pomodori pelati	35
Latte intero UHT	20
Uova pastorizzate	15
Pane pesto	10
Parmigiano reggiano	7
Olio extra vergine di oliva	5
Farina 00	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **ARROSTO DI BOVINO/ LONZA/TACCHINO**

Carne di bovino adulto (coscia) /lonza/tacchino	100
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **COSCIA DI POLLO AL FORNO/ROSMARINO**

Coscia di pollo	200
-----------------	-----

Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.

### **POLPETTONE DI BOVINO CON : FUNGHI O ASPARAGI**

Carne di bovino di 1° cottura	70
Farina 00	3
Uova pastorizzate	20
Pan pesto	7
Latte intero UHT	10
Parmigiano reggiano	4
funghi coltivati oppure asparagi	20
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **HALIBUT/MERLUZZO/NASELLO CON LIMONE O MAIONESE**

halibut merluzzo/nasello	150
farina 00	5
Olio extravergine di oliva	7
succo di limone	2
maionese stabilizzata	30.
Sale	q.b.

### **ARROSTO DI LONZA AL LATTE**

Carne suina (Lonza)	100
Farina 00	5
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche (rosmarino, salvia )e ortaggi(carote, cipolle, sedano, aglio)	q.b.
vino bianco	5
Sale	q.b.

### **POLPETTONE DI BOVINO ALLE ERBE FINI/ALLE VERDURE**

Carne di bovino 1°Cottura	70
Latte UHT	10
Uova pastorizzate	20
Pan grattato	7
Parmigiano reggiano	4
Piante aromatiche ed ortaggi	q.b.
Olio extravergine di oliva	7
Farina 00	3
carote:	5
cipolle	5
prezzemolo	2
sedano	3

Bieta o prezzemolo	20/2
Sale	q.b.

### **FILETTO DI PLATESSA / MERLUZZO IMPANATO**

Filetto di platessa/merluzzo (Peso 150 netto)

Uova pastorizzate	12
Olio extravergine di oliva	7
Succo di limone	2
Pan pesto	q.b.
Sale	q.b.

### **BRASATO**

Carne bovina	150
Olio extravergine di oliva	3
Farina 00	3
Vino rosso	10
alloro, chiodi di garofano	q.b.
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Pomodori pelati	10
Prezzemolo	1
Rosmarino	1
Sale	q.b.

### **SCALOPPINE DI TACCHINO AL LIMONE**

carne di tacchino (fesa)	100
Succo di limone	4
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.

### **VITELLO TONNATO**

carne bovina	80
maionese stabilizzata	30
tonno sott'olio	20
Acciughe sott'olio	3
capperi	q.b.
Sale	q.b.

### **ZUCCHINE RIPIENE**

zucchine	100
carne bovina di 1° cottura	40
farina 00	3
Parmigiano reggiano	4
Pan pesto	6
Latte intero UHT	8
Uova pastorizzate	15
Olio extravergine di oliva	5

Piante aromatiche	q.b.
Sale	q.b.

### **POLPETTONE DI BOVINO IN UMIDO/POMODORO**

carne bovina di 1° cottura	70
farina 00	3
Parmigiano reggiano	4
Pane pesto	7
Latte intero UHT	10
Uova pastorizzate	20
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche	q.b.
Sale	q.b.

### **ROLATINE DI TACCHINO/ROLATA DI TACCHINO**

carne di tacchino	130
Prosciutto cotto	20
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Vino bianco	7
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

### **SFORMATO DI CARNE**

carne bovina di 1° cottura	100
farina 00	10
Latte intero UHT	10
Uova pastorizzate	20
Pane pesto	20
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **POLPETTINE ALLA LIVORNESE**

carne bovina di 1° cottura	80
farina 00	q.b.
Latte intero UHT	20
Uova pastorizzate	15
Pane pesto	10
Pomodori pelati	30
Parmigiano reggiano	7
Olio extravergine di oliva	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Prezzemolo	2
Acciughe sott'olio	5
Olive nere	10
Origano e capperi	q.b.
Sale	q.b.

### **SVIZZERINE DI VITELLO IN UMIDO**

carne bovina di 1° cottura	70
farina 00	3
Latte intero UHT	10
Uova pastorizzate	20
Pane pesto	7
Parmigiano reggiano	4
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SCALOPPINE DI LONZA AL MARSALA**

carne di suino (lonza)	100
farina 00	7
Marsala	20
Succo di limone	2
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.

### **SEPPIOLINE IN UMIDO**

Seppioline	150
Pomodori pelati	30
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio di oliva extravergine	7
Sale	q.b.

### **POLPETTINE DI BOVINO IN BIANCO**

carne bovina di 1° cottura	80
farina 00	q.b.
Latte intero UHT	20
Uova pastorizzate	15
Pane pesto	10
Parmigiano reggiano	7
Olio extravergine di oliva	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **BOLLITO**

carne bovina anteriore	150
Piante aromatiche	q.b.
Sale	q.b.

### **SALSA VERDE**

Cipolle	3
Carote	3
Sedano	3

Prezzemolo	5
Acciughe sott'olio	20
Cetriolini	20
Aglione	1
Patate	20
Olio di oliva extravergine	10
Sale aceto	q.b.

### **SALSA ROSSA**

Salsa rossa stabilizzata (tipo ketchup)	3
---	---

### **SALSA MAIONESE**

Salsa maionese stabilizzata	3
-----------------------------	---

### **BOCCONCINI DI POLLO ALLA MILANESE**

carne pollo	120
Pane pesto	20
Uova pastorizzate	15
Olio extravergine di oliva	5
Succo di limone	2
Sale	q.b.

### **SCALOPPINE ALLA PIZZAIOLA**

carne bovina (coscia)	100
farina 00	4
Pomodori pelati	30
Origano	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.

### **FLAN DI CARNE/POLLO/TACCHINO**

carne bovina di 1° cottura o pollo o tacchino	80
farina 00	3.
Latte intero UHT	40
Uova pastorizzate	10
Pane pesto	20
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

### **FLAN DI POLLO E PROSCIUTTO**

carne pollo di 1° cottura	60
Prosciutto cotto	20
farina 00	3

Latte intero UHT	40
Uova pastorizzate	10
Pane pesto	20
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

#### **SPEZZATINO DI BOVINO**

Carne bovina	150
Pomodori pelati	30
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

#### **SFORMATO DI PATATE E PROSCIUTTO**

Prosciutto cotto	80
Patate	50
Uova pastorizzate	20
Pane pesto	20
Latte intero UHT	100
Farina 00	10
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

#### **POLLO ARROSTO**

Pollo intero (edibile 190)	250
Rosmarino e salvia	q.b.
Olio extravergine di oliva	2
Sale	q.b.

#### **FLAN DI TACCHINO AI FUNGHI**

Carne di tacchino di 1° cottura	60
Funghi coltivati	30
Uova pastorizzate	10
Pane pesto	20
Latte intero UHT	40
Farina 00	3
Parmigiano reggiano	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

#### **ROLLE' DI BOVINO**

Carne di bovino anteriore di 1° cottura	120
Spinaci	30

Carote	3
Cipolle	3
Sedano	3
Vino bianco	7
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

### **PEPERONI CON ACCIUGHE**

Peperoni	80
Acciughe sott'olio (filetto)	7
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.

### **SALTIMBOCCA ALLA ROMANA**

Carne di bovino (coscia)	80
Prosciutto cotto	30
Salvia	1
Burro	7
Vino bianco	7
Sale e origano	q.b.

### **HAMBURGER DI BOVINO**

Carne di bovino di 1° cottura	120
Farina 00	3
Pane pesto	7
Latte intero UHT	10
Parmigiano reggiano	4
Uova pastorizzate	20
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **COSCIA DI POLLO LESSA**

Pollo	200
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SALSE**

Maionese stabilizzata	30
Ket-chup	30

### **COTECHINO CON LENTICCHIE**

Cotechino cotto	100
Lenticchie	100
Olio di oliva extravergine	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.



### **MELANZANE ALLA VALDOSTANA**

Melanzane	200
Fontina	50
Pomodori pelati	30
Olio di oliva extravergine	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **CASTELLANA DI PROSCIUTTO**

Prosciutto cotto	40
Edamer	40
Pane pesto	15
Olio di oliva extravergine	5
Uova pastorizzate	15
Sale	q.b.

### **CREPES CON RICOTTA E SPINACI**

Uova pastorizzate	30
Farina 00	10
Latte intero UHT	30
Ricotta	50
Spinaci	50
Parmigiano reggiano	50
Olio di oliva extravergine	3
Sale	q.b.

### **INVOLTINI DI PROSCIUTTO IN GELATINA**

Prosciutto cotto	60
Edamer	40
Latte intero UHT	30
Burro	3
Farina 00	5
Gelatina	q.b.

### **INSALATA DI POLLO**

Carne di pollo	90
Vegetali misti	60
Olio di oliva extravergine	7
Sale	q.b.

### **SFORMATO DI CARNE E VERDURA**

Carne di bovino di 1° cottura	80
Biete	30
Uova pastorizzate	20
Pane pesto	20
Latte intero UHT	100
Farina 00	10

Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

#### **MELANZANE ALLA PARMIGIANA**

Melanzane	100
Uova pastorizzate	13
Latte intero UHT	10
Edamer	20
Prosciutto cotto	20
Farina 00	5
Parmigiano reggiano	5
Pomodori pelati	60
Olio di oliva extravergine	10
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

#### **STRACOTTO AL VINO BIANCO**

Carne di bovino	100
Farina 00	3
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

#### **PATE' DI TONNO**

Tonno sott'olio	80
Burro	20

#### **LINGUA CON SALSA VERDE**

lingua di bovino	150
Cipolle	3
Carote	3
Sedano	3
Prezzemolo	5
Acciughe sott'olio	20
Cetriolini	20
Aglione	1
Patate	20
Olio di oliva extravergine	10
Aceto	q.b.
Sale	q.b.

#### **MOUSSE DI PROSCIUTTO**

Prosciutto cotto	80
Panna	10
Burro	15

### **FLAN DI CARNE E PROSCIUTTO**

Prosciutto cotto	20
Carne bovina	60
Uova pastorizzate	10
Latte intero UHT	40
Parmigiano reggiano	5
Pane pesto	20
Farina 00	3
Olio di oliva extravergine	3
Sale	q.b.

### **INVOLTINO DI BOVINO**

Carne bovina	90
Uova pastorizzate	15
Latte intero UHT	8
Parmigiano reggiano	3
Pane pesto	5
Farina 00	2
Olio di oliva extravergine	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **ROLLE' DI FRITTATA**

Uova pastorizzate	50
Olio di oliva extravergine	7
Prosciutto cotto	30
Edamer	20
Latte intero UHT	10
Parmigiano reggiano	5
Sale	q.b.

### **POLPETTINE AI PEPERONI**

Carne bovina di 1° cottura	70
Peperoni	30
Farina 00	3
Pane pesto	7
Latte intero UHT	10
Parmigiano reggiano	4
Uova pastorizzate	20
Olio di oliva extravergine	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **PEPERONI RIPIENI**

Peperoni	100
Carne bovina di 1° cottura	40

Farina 00	3
Pane pesto	6
Latte intero UHT	8
Parmigiano reggiano	4
Uova pastorizzate	15
Olio di oliva extravergine	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **SPEZZATINO DI CARNI MISTE IN SALSA BIANCA**

Pollo	40
Carne bovina	70
Carne suina	40
Farina 00	10
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio di oliva extravergine	3
Vino bianco	10
Sale	q.b.

## CONTORNI

### **CAROTE AL FORNO**

Carote	150
Olio extra vergine di oliva	7
Aromi: aglio, alloro	q.b.
Sale	q.b.

### **INSALATA DI BARBABIETOLE ROSSE**

Barbabetole rosse	150
Olio extra vergine di oliva	7
Sale	q.b.

### **CAROTE AL BURRO**

Carote	150
Burro	10
Sale	q.b.

### **PUREA DI PATATE**

Patate	150
Latte intero UHT	cc. 40
Burro	9
Parmigiano reggiano	9
Sale	q.b.

### **PATATE AL FORNO**

Patate	200
Olio extra vergine di oliva	10
Aromi: rosmarino, aglio	q.b.
Sale	q.b.

### **FAGIOLINI LESSI CALDI**

Fagiolini	150
Olio extra vergine di oliva	3
Aceto	q.b.
Sale	q.b.

### **SPINACI ALL'OLIO/BURRO**

Spinaci surgelati	150
Olio extra vergine di oliva/burro	5
Parmigiano	5.
Aromi	q.b.
Sale	q.b.

### **FINOCCHI SALTATI ALL'OLIO E PARMIGIANO**

Finocchi	150
----------	-----

Olio extra vergine di oliva	10
Parmigiano reggiano	3
Sale	q.b.

#### **BROCCOLI SALTATI ALL'OLIO**

Broccoli	200
Olio extra vergine di oliva	7
Sale	q.b.

#### **CAVOLFIORI LESSI CALDI**

Cavolfiori	150
Olio extra vergine di oliva	7
Sale	q.b.

#### **CAROTE PREZZEMOLATE**

Carote	150
Olio extra vergine di oliva	7
Prezzemolo	1
Sale	q.b.

#### **FAGIOLINI ALL'OLIO SALTATI/FAGIOLINI LESSI FREDDI (IN INSALATA)**

Fagiolini	150
Olio extra vergine di oliva	3
Piante aromatiche	q.b.
Sale	q.b.

#### **VERZE SALTATE ALL'OLIO**

Cavolo verza	200
Olio extra vergine di oliva	5
Sale	q.b.

#### **VERDURE LESSE MISTE CALDE**

Cipolle	70
Patate	70
Carote	70
Olio extra vergine di oliva	7
Aceto	q.b.
Sale	q.b.

#### **CIPOLLE LESSE CALDE**

Cipolle	200
Olio extra vergine di oliva	7
Aceto	q.b.
Sale	q.b.

#### **INSALATA VERDE**

Insalata verde	55
----------------	----

Olio extra vergine di oliva	7
Aceto	q.b.
Sale	q.b.

### **INSALATA DI POMODORI**

Pomodori	150
Olio extra vergine di oliva	7
Aceto	q.b.
Origano	q.b.
Sale	q.b.

### **ZUCCHINE TRIFOLATE**

Zucchine	150
Olio extra vergine di oliva	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **PISELLI ALL'OLIO**

Piselli surgelati	100
Olio extra vergine di oliva	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.

### **LENTICCHIE**

Lenticchie	70
Cipolla	5
Aglione	2
Olio extra vergine di oliva	5
Brodo vegetale	q.b.
Sale	q.b.

### **INSALATA DI FAGIOLI**

Fagioli bianchi di Spagna	180
Olio extra vergine di oliva	7
Sale	q.b.

### **FINOCCHI AL BURRO**

Finocchi	150
Burro	10
Sale	q.b.

### **CAPONATA DI VERDURE**

Peperoni	50
Melanzane	50
Zucchine	50
Patate	50
Cipolle	20

Olio extra vergine di oliva	7
Aglione	1
Basilico	1
Sale	q.b.

### **PEPERONATA**

Peperoni	100
Pomodori pelati	20
Cipolle	50
Aglione	1
Basilico	1
Olio extra vergine di oliva	7
Sale	q.b.

### **MELANZANE AL FUNGHETTO**

Melanzane	150
Olio extra vergine di oliva	7
Prezzemolo	3
Sale	q.b.

**Pane o grissini** 80/40 gr.

**Frutta fresca di stagione** grammatura minima 150 gr.

**Banana** 150 gr.

**Cocomero e melone** 250 gr.

**Mousse di frutta** grammatura minima 100 (una confezione)

**Gusti: pesca, albicocca, mele**

**Budino confezionato/panna** minimo 100 gr. (nr. 1 confezione cotta/bonnet/mousse all'amaretto)

**Yogurt naturale/frutta** nr. 1 vasetto da 125 cc.

### **Macedonia di frutta sciroppata/frutta sciroppata**

Frutta sciroppata	150 gr.
Sciroppo per frutta	50 gr.

### **DOLCE:**

Crostatina con frutta	minimo 100 gr.
Torta di mele/frutta	minimo 100 gr.
Tiramisù	minimo 80 gr.
Zuppa inglese	minimo 80 gr.



**Frutta cotta/caramellata**

Frutta singola o mista	250 gr.
Succo di limone	3 gr.
Zucchero	20 gr.

**Frutta cotta al vino**

Frutta	250 gr.
Succo di limone	3 gr.
Zucchero	20 gr.
Vino	5 gr.

**Melone al porto**

Melone (edibile 50%)	100 gr.
Vino	20 gr.

**BEVANDE:**

Acqua	25 cl.
Vino	200 ml.
Succo di frutta	200 ml.

**DIETE IN BIANCO****PASTA O RISO ALL'OLIO**

Pasta o riso	70 .
Olio extra vergine di oliva	5 .
Sale	q.b.

oppure:

**SEMOLINO IN BRODO**

vedi ricetta

**POLLO LESSO (COSCIA)**

vedi grammatura

oppure:

**PESCE LESSO**

vedi grammatura

oppure:

**OMOGENEIZZATO** (carne bianca o rossa) minimo 80 gr.

**VERDURA LESSA**

Patate o carote	200/150
Olio extra vergine di oliva	5
Sale	q.b.

oppure:

**OMOGENEIZZATO DI VERDURA**                      minimo 1 barattolo

**FRUTTA COTTA**

Mela	250
Zucchero	20

oppure:**OMOGENEIZZATO DI FRUTTA**                      minimo 1 barattolo

**SEMOLINO**

Semola	15
Olio extra vergine di oliva	5
Brodo vegetale	q.b.
Parmigiano	5
Sale	q.b.