

TABELLE DIETETICHE

PASTI DOMICILIARI

DESCRIZIONI PIATTI E GRAMMATURE

PRIMI PIATTI

ELENCO PRIMI PIATTI	GR
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.