

## TABELLE DIETETICHE CENTRI SOCIO TERAPEUTICI

DESCRIZIONE PIATTI	GRAMMATURE IN GRAMMI
Riso asciutto	80
Pasta asciutta nei vari formati	80
Riso nei vari passati	40
Pastina per brodo/passati	40
Pastina in brodo	45
<b>Il Parmigiano reggiano deve essere sempre servito a parte, tranne nei casi in cui fa parte integrante della ricetta (es. sugo al pesto, gnocchi alla romana, polpette, tortini, piatti gratinati).</b>	
<b>SUGHI</b>	
<b>SUGO IN BIANCO O AL BURRO</b>	
Olio extravergine di oliva/Burro	5/2
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5
<b>SUGO AL POMODORO</b>	
Pomodori pelati	70
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5
E' consentita l'aggiunta di ridotta quantità di zucchero come correttore di acidità	
<b>RAGU' DI CARNE</b>	
Carne di bovino adulto	50
Pomodori pelati	60
Olio extravergine di oliva	3
Cipolle	5
Carote	5
Rosmarino	q.b.
Sale	5
Parmigiano reggiano	5
<b>SUGO AL PESTO CONFEZIONATO</b>	
Pesto	30
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5
<b>SUGO AL RAGU' VEGETALE</b>	
Pomodori pelati	70
Olio extravergine di oliva	3
Verdure miste: carote, zucchine, fagiolini, piselli, cipolla	80
Piante aromatiche	q.b.
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5

<b>SUGO AL POMODORO E BESCIAMELLA (PER LASAGNE)</b>	
Pomodori pelati	60
Olio extravergine di oliva	3
Parmigiano reggiano	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
Besciamella (latte, farina, burro/olio, sale)	120
Pomodori pelati	60
Olio extravergine di oliva	3
Parmigiano reggiano	5
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
Besciamella (latte, farina, burro/olio, sale)	120
<b>SUGO ALLA RICOTTA</b>	
Ricotta	40
Burro	3
Farina 00	3
Latte UHT intero	q.b.
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5
<b>SUGO PANNA E PROSCIUTTO</b>	
Panna da cucinare UHT	15
Burro	2
Latte UHT intero	45
Farina	7
Prosciutto cotto	15
Erbe aromatiche	q.b.
Olio extravergine di oliva	2
Parmigiano reggiano	5
Sale	q.b.
<b>SUGO AL RAGU' BIANCO</b>	
Carne di bovino adulto	40
Farina 00	q.b.
Olio extravergine di oliva	5
Cipolle	5
Carote	q.b.
Rosmarino	q.b.
Latte UHT intero	q.b.
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5
<b>SUGO AL POMODORO E PESTO</b>	
Pomodori pelati	60
Pesto confezionato	15
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5
<b>LASAGNE</b>	
Pasta all'uovo fresca/surgelata	150
<b>RAVIOLI DI MAGRO</b>	
Ravioli di magro surgelati	140
Ravioli di magro freschi	140

Ingredienti del ripieno: ricotta e/o formaggio delicato, spinaci/erbette/cavolo, parmigiano, uovo, sale, pangrattato, aromi. Il formato dei ravioli è a scelta della I.A.

### PRIMI PIATTI IN BRODO

#### BRODO VEGETALE

Patate, carota, cipolla	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5

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 sopracitate verdure si aggiunge lo zucchini.

#### PASSATO DI PATATE

Patate	120
Cipolle	5
Carote	5
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5

#### PASSATO DI LENTICCHIE AL POMODORO

Lenticchie secche	60
Patate	40
Pomodori pelati	20
Olio extravergine di oliva	5
Carota, cipolla	q.b.
Alloro, timo	q.b.
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5

Note: le lenticchie devono essere messe a bagno secondo le modalità aziendale, nel rispetto dell'HACCP. Nel caso fosse utilizzata la farina come "legante" l'I.A. deve garantire comunque il passato "senza farina" qualora necessario (es. intolleranza e/o allergia al glutine, frumento).

#### VELLUTATA DI ZUCCA

Zucca gialla	70
Patate	65
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Parmigiano reggiano	5

#### VELLUTATA DI VERDURA /PASSATO DI VERDURA

Carota, zucca o zucchini, coste o costine, verza, porro, cipolla	70
Patate	55
Ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Parmigiano reggiano	5

#### PASSATO DI PATATE E CAROTE

Patate	80
Carote	50
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5

<b>SECONDI PIATTI CALDI</b>	
<b>COSCIA DI POLLO AL FORNO/ARROSTO</b>	
Coscia/fuso/sovracoscia (peso lordo)	200
Olio extravergine di oliva	6
Sale	q.b.
Piante aromatiche	q.b.
<b>GATEAU DI PATATE, FORMAGGIO E PROSCIUTTO</b>	
Patate	130
Edamer	25
Prosciutto cotto	15
Uova pastorizzate	15
Parmigiano reggiano	8
Olio extravergine di oliva	3
Sale	q.b.
Pan grattato	q.b.
Il gateau dev'essere preparato in teglia multiporzione	
<b>LONZA IMPANATA</b>	
Lonza	100
Pangrattato	q.b.
Uova pastorizzate	12
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
<b>ARROSTO DI LONZA ALLA TIROLESE</b>	
Lonza	110
Mele	45
Olio extravergine di oliva	7
Cipolle	q.b.
Vino bianco per la salsa	q.b.
Rosmarino e salvia	q.b.
Sale	q.b.
<b>HAMBURGER DI BOVINO E SPINACI AL POMODORO</b>	
Carne di bovino di 1° cottura	90
Spinaci surgelati	60
Patate	40
Uova pastorizzate	15
Pangrattato	8
Parmigiano reggiano	10
Latte UHT intero	15
Rosmarino, salvia	q.b.
Olio extravergine di oliva	q.b.
Cipolla	4
Carote	4
Prezzemolo	q.b.
Pomodori pelati	40
Sale	q.b.
<b>SPEZZATINO DI BOVINO CON PISELLI IN UMIDO</b>	
<b>SPEZZATINO</b>	
Carne di bovino adulto	120
Pomodoro pelato	40
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.

Sale	q.b.
<b>PISELLI</b>	
Piselli	90
Pomodoro pelato	40
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
<b>SALCICCIA DI SUINO IN UMIDO</b>	
Salsiccia di puro suino	100
Pomodori pelati	70
Olio extravergine di oliva	3
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
<b>POLLO/TACCHINO DORATO AL FORNO</b>	
Fesa di pollo	100
Pane grattugiato	q.b.
Olio extravergine di oliva	7
Uova pastorizzate	12
Sale	q.b.
Limone	20
<b>FESA DI TACCHINO AL POMODORO</b>	
Fesa di tacchino	100
Pomodori pelati	20
Olio extravergine di oliva	5
Carote	q.b.
Cipolle	q.b.
Aglio, rosmarino, salvia	q.b.
Sale	q.b.
<b>POLPETTE DI BOVINO IN UMIDO</b>	
Carne di bovino adulto di 1°cottura	100
Pomodori pelati	35
Latte	20
Uova pastorizzate	15
Pane grattugiato	15
Parmigiano Reggiano	7
Olio extravergine di oliva	3
Farina	q.b.
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
<b>BASTONCINI DI MERLUZZO AL FORNO</b>	
Bastoncini di merluzzo	n.4
Limone	1x4
I bastoncini di merluzzo sono pre-fritti surgelati. Ingredienti previsti : merluzzo, pangrattato, olio di girasole, farina di frumento amido di patate, sale.	
<b>FIORE DI NASELLO OLIO E LIMONE E MAIONESE</b>	
Fiore di nasello	140
Olio extravergine di oliva	5
Limone	1x4
Sale	q.b.
Maionese	1 busta monodose
<b>PLATESSA DORATA</b>	
Filetto di platessa	140
Uova pastorizzate	12

Olio extravergine di oliva	7
Limone a parte	20
Pan grattato	q.b.
Sale	q.b.
<b>TORTINO DI ERBETTE</b>	
Uova pastorizzate	100
Erbette	30
Patate	20
Parmigiano reggiano	10
Olio extravergine di oliva	7
Aromi	q.b.
Sale	q.b.
<b>SECONDI PIATTI FREDDI</b>	
<b>ARROSTO DI TACCHINO FREDDO CON OLIO E LIMONE</b>	
Fesa di tacchino arrosto senza polifosfati	90
Olio extravergine di oliva	3
Limone	1x4
<b>BRESAOLA/MANZO STUFATO CON OLIO E LIMONE</b>	
Bresaola	60
Olio extravergine di oliva	3
Limone	1x4
<b>FORMAGGIO</b>	
Fontal, Mozzarella, Emmenthal, Philadelphia, Robiola, Crescenza, Linea, Stracchino	80
Caprino	120
<b>PROSCIUTTO COTTO</b>	<b>80</b>
<b>SPEAK/SALAME CRUDO</b>	<b>60</b>
<b>PROSCIUTTO CRUDO</b>	<b>60</b>
<b>TONNO</b>	
Tonno sott'olio ben sgocciolato	80
<b>UOVO SODO</b>	
Uovo sodo pastorizzato	n.2
<b>CONTORNI CALDI</b>	
<b>PISELLI NI ALL'OLIO</b>	
Piselli surgelati	110
Olio extravergine di oliva	7
Piante aromatiche e ortaggi	q.b.
Sale	q.b.
<b>PATATE AL FORNO/A SPICCHI</b>	
Patate	200
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
Aromi: rosmarino, aglio	q.b.
<b>FAGIOLINI SALTATI/SALTATI ALL'OLIO</b>	
Fagiolini surgelati	130
Olio aromatizzato con aglio e rosmarino	7
Sale	q.b.
<b>COSTINE ALL'OLIO/SALTATE ALL'OLIO</b>	
Costine	150
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.

<b>SPINACI ALL'OLIO</b>	
Spinaci	150
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
<b>PUREA DI PATATE</b>	
Patate	150
Latte	litri 3 x 100 porzioni
Burro	7
<b>CAROTE ALL'OLIO/SALTATE ALL'OLIO</b>	
Carote	200
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
<b>CAROTE AL FORNO</b>	
Carote	200
Olio extravergine di oliva	7
Aromi: aglio, alloro	q.b.
Sale	q.b.
<b>FINOCCHI ALL'OLIO</b>	
Finocchi	200
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>PATATE LESSE CALDE/ALL'OLIO</b>	
Patate	200
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
<b>PATATE PREZZEMOLATE</b>	
Patate	200
Olio extravergine di oliva	7
Prezzemolo	q.b.
Sale	q.b.
<b>ZUCCHINE ALL'OLIO</b>	
Zucchine	180
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>CONTORNI FREDDI</b>	
<b>INSALATA VERDE</b>	
Insalata verde	50
Olio extravergine di oliva	7
Aceto	q.b.
Sale	q.b.
<b>INSALATA DI CAVOLO/VERZA/CAROTE</b>	
Carote	50
Cavolo verza	40
Olio extravergine di oliva	7
Limone	20
Sale	q.b.
Limone a parte	20
Aceto di vino	q.b.
<b>INSALATA DI CAROTE</b>	
Carote	100
Olio extravergine di oliva	7
Limone	20

Sale	q.b.
<b>INSALATA VERDE E ROSSA</b>	
Insalata verde	30
Insalata rossa	30
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
Aceto	q.b.
<b>INSALATA MISTA (verde e carote)</b>	
Insalata verde	50
Carote	50
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
Aceto	q.b.
<b>ACQUA, PANE, FRUTTA E DESSERT</b>	
<b>ACQUA</b>	LITRI 1
<b>Pane</b>	80
<b>Grissini</b>	45
<b>FRUTTA FRESCA</b>	
Frutta di stagione	grammatura minima g. 150
Banana	150
Ananas fresco	100
Melone/anguria	g.250 peso lordo, g. 150 peso netto
<b>BUDINO</b>	g. 100 (n.1 confezione)
<b>SUCCO DI FRUTTA</b> no kiwi, frutti di bosco	porzione brik ml. 200
<b>FRUTTA SCIROPATA:</b> ananas	200
<b>YOGURT ALLA FRUTTA:</b> no banana, kiwi, frutti di bosco	n. 1 vasetto g. 125
<b>MOUSSE DI FRUTTA</b>	g. 100 (n.1 confezione)
<b>COMPOSIZIONE SACCHETTI CONFEZIONATI</b>	
Pane (formato bocconcino)	n. 2 panini da g. 40
Focaccia bianca	n. 1 pezzo da g. 80
Formaggio stabilizzato:	Formaggini g. 75
Prosciutto cotto	g. 50
Crostatina con marmellata da g. 40 o n.1 budino stabilizzato g. 100	
Succo di frutta no gusto arancia 1 brick da 200 ml.	
Mousse di frutta	g. 100 (n.1 confezione)
Acqua minerale naturale	cc. 1000
Stoviglie per gite: posate, tovaglioli e bicchieri a perdere	
<b>COMPOSIZIONE PASTO GITA PER DISFAGICI</b>	
Omogenizzato di prosciutto	n.2 da g. 80
Omogenizzato di frutta	n.1 da g. 100
Budino alla vaniglia o al cioccolato	n.1 da g. 100
Mousse di frutta	n.1 da g. 100
Acqua (se tollerata)	Litri 1



## DIETA IN BIANCO

### PASTA O RISO ALL'OLIO

Pasta o riso	80
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
Parmigiano reggiano	5

### CARNE AI FERRI

Fettina di bovino/pollo/tacchino/lonza	100
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
oppure:	

### FILETTO DI PLATESSA LESSO ALL'OLIO

Platessa (peso lordo)	140
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
limone (a parte)	1x4
oppure:	

### SVIZZERINA DI CARNE AI FERRI

Bovino, tacchino, pollo	100
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
Brodo vegetale	q.b.

### VERDURA LESSA ALL'OLIO

Patate, carote	150
Olio extravergine di oliva	7

### PANE E FRUTTA

Pane	80
Mela	n.1

### GRAMMATURE PER SOGGETTI CON DIETA TRITATA/MORBIDA NON MASTICANTI/DISFAGICI PRIMI PIATTI

#### SEMOLINO

Semola	70
Olio extravergine di oliva	5
Brodo vegetale: carote, cipolle	q.b.
Sale	q.b.

#### SECONDI PIATTI

#### SVIZZERINE/HAMBURGER AL POMODORO

Bovino, pollo, tacchino, lonza, ecc.	100
Pomodori pelati	45
Olio extravergine di oliva	5
Brodo vegetale	q.b.
Ortaggi (carote, cipolle)	q.b.
Sale	q.b.

#### PATE' DI TONNO

Tonno sott'olio	50
Ricotta	30

#### PATE' DI PROSCIUTTO

Prosciutto cotto	50
------------------	----

Ricotta	30
<b>FILETTO DI PLATESSA OLIO E LIMONE</b>	
Filetto di platessa (peso netto)	130
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
Limone (a parte)	1x4
<b>FILETTO DI PLATESSA AI FERRI</b>	
Filetto di platessa (peso netto)	130
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>OMOGENIZZATO DI CARNE/PESCE</b>	
Omogenizzato di carne bianca o rossa o pesce o prosciutto	80
<b>CONTORNI</b>	
<b>PUREA DI PATATE E VERDURA</b>	
Patate	100
Zucchine o carote, ecc.	100
Latte UHT	40 cc
Burro	7
Sale	q.b.
<b>CAROTE E PATATE ALL'OLIO</b>	
Patate	100
Carote	100
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>ZUCCHINE E PATATE ALL'OLIO</b>	
Patate	100
Zucchine	100
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>OMOGENIZZATO DI FRUTTA</b>	
Omogenizzato	100
<b>FRUTTA COTTA FRULLATA</b>	
Mela o pera (senza buccia)	150
<b>ZUCCHINE ALL'OLIO</b>	
Zucchine	180
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>(*) PER TUTTI GLI ALTRI PIATTI INSERITI NEGLI SCHEMI DIETETICI FARE RIFERIMENTO A INGREDIENTI E GRAMMATURE RIPORATI ALLE ALTRE VOCI (ES. DIETA IN BIANCO, NON MASTICANTI, ECC.)</b>	
<b>INGREDIENTI PIATTI MENU' PER LATTOOVOEGETARIANI/VEGETALIANI</b>	
<b>CECI PREZZEMOLATI</b>	
Ceci (latta)	100
Olio extravergine di oliva	5
Aromi (prezzemolo surgelato)	q.b.
Sale	q.b.
<b>CECI IN INSALATA</b>	

Ceci (latta)	100
Olio extravergine di oliva	5
Sale	q.b.
<b>FAGIOLI ALL'UCCELLETTO</b>	
Fagioli borlotti (latta)	100
Pomodori pelati	20
Olio extravergine di oliva	5
Ortaggi (carote, cipolle)	q.b.
Sale	q.b.
<b>LENTICCHIE IN UMIDO</b>	
Lenticchie (latta)	100
Pomodori pelati	20
Olio extravergine di oliva	5
Ortaggi (carote, cipolle)	q.b.
Sale	q.b.
<b>PISELLI IN UMIDO</b>	
Piselli surgelati	140
Pomodori pelati	20
Olio extravergine di oliva	5
Ortaggi (carote, cipolle)	q.b.
Sale	q.b.
<b>CECI IN UMIDO</b>	
Ceci (latta)	100
Pomodori pelati	20
Olio extravergine di oliva	5.
Sale	q.b.
<b>TORTINO AL PARMIGIANO</b>	
Uova pastorizzate	100
Patate	20
Parmigiano reggiano	5
Olio extravergine di oliva	7
Sale	q.b.
<b>TORTINO DI CAROTE</b>	
Uova pastorizzate	100
Carote saltate	30
Patate	20
Parmigiano reggiano	7
Olio extravergine di oliva	7
Aromi	q.b.
Sale	q.b.
HAMBURGER VEGETALE (*)	N°1 porzione
POLPETTE VEGETALI (*)	N°1 porzione
NATURELLE VEGETALI (*)	N°1 porzione
(*) Per ingredienti vedi scheda tecnica fornitore	