

TERZA SETTIMANA INVERNALE

					INFANZIA		PRIMARIA		SECONDARIA	
					CRUDO	COTTO	CRUDO	COTTO	CRUDO	COTTO
RICETTA	COMPONENTE	TIPO	INGREDIENTE	INGR. SUBRICETTA	PESO LORDO (g)	PESO A COTTO (g)	PESO LORDO (g)	PESO A COTTO (g)	PESO LORDO (g)	PESO A COTTO (g)
RAVIOLI DI MAGRO BURRO E SALVIA	Primo	I	Ravioli		70	91	90	117	110	143
		I	Burro		6	6	7	7	8	8
		I	Brodo vegetale		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Salvia		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
PASTA E CECI	Primo	I	Pasta di semola		60	120	70	140	90	180
		I	Ceci secchi		15	43,5	20	58	25	72,5
		I	Cipolla		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Olio evo		3	3	4	4	5	5
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
RISOTTO AL POMODORO	Primo	I	Riso		60	120	70	140	90	180
		I	Pomodoro polpa		40	24	50	30	50	30
		I	Formaggio grattugiato		3	3	4	4	5	5
		I	Burro		6	6	7	7	8	8
		I	Brodo vegetale		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Sale fino iodato		0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
PASTA ALLA MIMOSA	Primo	I	Pasta di semola		60	120	70	140	90	180
		I	Latte		20	20	25	25	30	30
		I	Farina		5	5	6	6	7	7
		I	Burro		5	5	6	6	7	7
		I	Formaggio grattugiato		3	3	4	4	4	4
		I	Zafferano		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
MINESTRA DI VERDURE CON ORZO	Primo	I	Orzo		30	60	40	80	50	100

		I	Minestrone di verdure surgelato		40	35	40	35	50	45
		I	Patate		30	27	30	27	30	27
		I	Brodo vegetale		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Cipolla		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Olio evo		3	3	4	4	5	5
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
SALSICCIA DI TACCHINO	Secondo	I	Salsiccia di tacchino		60	40,2	80	53,6	100	67,1
		I	Olio evo		3	3	4	4	5	5
FORMAGGIO ASIAGO	Secondo	I	Asiago		30		40		50	
UOVA STRAPAZZATE	Secondo	I	Uova		40	36	60	54	90	81
		I	Formaggio grattugiato		3	3	4	4	5	5
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Olio evo		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
BOCCONCINI DI POLLO PANATI		I	Pollo		60	40,2	80	53,6	100	67,1
		I	Pane grattugiato		8	8	10	10	12	12
		I	Olio evo		3	3	4	4	5	5
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Limone		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
MERLUZZO GRATINATO	Secondo	I	Filetto di merluzzo		80	54,4	100	68	120	81,6
		I	Pane grattugiato		8	8	10	10	12	12
		I	Limone		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Olio evo		3	3	4	4	5	5
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
CAROTE BABY PREZZEMOLATE	Contorno	I	Carote		80	74	100	93	120	111,6
		I	Prezzemolo		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		I	Olio evo		4		5		6	
		I	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
FINOCCHI GRATINATI	Contorno	I	Finocchi		80	68	100	85	120	102
		I	Formaggio grattugiato		3	3	4	4	5	5

		l	Olio evo		3	3	4	4	5	5
		l	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
FAGIOLINI SALTATI	Contorno	l	Fagiolini		80	78,4	100	95	120	114
		l	Olio evo		3	3	4	4	5	5
		l	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA VERDE	Contorno	l	Insalata verde		30		50		70	
		l	Olio evo		6		7		8	
		l	Sale fino iodato		q.b.		q.b.		q.b.	
PATATE AL FORNO	Contorno	l	Patate		100	87	100	87	130	113,1
		l	Misto ariosto		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
		l	Olio evo		4	4	5	5	6	6
		l	Sale fino iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
PANE COMUNE	Prodotto da f	l	Pane		30		50		60	
PANE INTEGRALE	Prodotto da f	l	Pane		30		50		60	
FRUTTA INVERNALE		l			100		150		150	