

RICETTE AGGIUNTIVE PER A.S.2022-2023

PASTA ALLE OLIVE

Allergeni: CEREALI CONTENENTI GLUTINE (in caso di pasta di semola)

INGREDIENTI	NIDO D'INFANZIA g		SCUOLA DELL'INFANZIA g	SCUOLA PRIMARIA g	SCUOLA SECONDARIA I° g
	6-12 mesi	12-36 mesi	3-6 anni	6-11 anni	11-14 anni
PASTA DI SEMOLA/ riso	20/35	40/50	50/60	70/80	80/100
Polpa di pomodoro	40	50	65	80	90
Aglia/ cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
olive	3	4	6	8	10.
Origano, prezzemolo fresco	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
PARMIGIANO REGGIANO	3/5	5/6	6/7	7/8	8/9
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6	7
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

CREMA DI CECI O LENTICCHIE CON PASTINA (per la somministrazione in aula occorre un 10% di patata in più)

Allergeni: SEDANO E PRODOTTI A BASE DI SEDANO, CEREALI CONTENENTI GLUTINE, FRUTTA A GUSCIO

INGREDIENTI		NIDO D'INFANZIA g		SCUOLA DELL'INFANZIA g	SCUOLA PRIMARIA g	SCUOLA SECONDARIA I° g
		6-12 mesi	12-36 mesi	3-6 anni	6-11 anni	11-14 anni
PASTINA DI SEMOLA		10/15	15/20	20/25	30/35	40/45
SEDANO fresco		9	11	13	15	17
Carote fresche		14	16	18	20	22
Cipolla		1	2	3	4	5
Ceci o lenticchie	secchi	g totale 15/20	g totale 20/25	g totale 25/30	g totale 30/35	g totale 35/40
	surgelati	/	/	/	60/70	70/80
patata		10	12	15	20	25
Olio extravergine di oliva		3	4	5	6	7
PARMIGIANO REGGIANO		3/5	5/6	6/7	7/8	8/9
Sale iodato		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SEPPIA AL SUGO

Allergeni: PESCE E PRODOTTI A BASE DI PESCE

INGREDIENTI	NIDO D'INFANZIA g		SCUOLA DELL'INFANZIA g	SCUOLA PRIMARIA g	SCUOLA SECONDARIA I° g
	6-12 mesi	12-36 mesi	3-6 anni	6-11 anni	11-14 anni
SEPPIE	40/50	50/60	60/70	80/100	100/150
Polpa di pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano, carota, cipolla o aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6	7
Aglio / basilico / Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PESCE CON OLIVE E POMODORO

Allergeni: MOLLUSCHI

INGREDIENTI	NIDO D'INFANZIA g		SCUOLA DELL'INFANZIA g	SCUOLA PRIMARIA g	SCUOLA SECONDARIA I° g
	6-12 mesi	12-36 mesi	3-6 anni	6-11 anni	11-14 anni
PESCE	40/50	50/60	60/70	80/100	100/150
Polpa di pomodoro o pomodoro fresco	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
olive	2	2	3	4	5
Olio extravergine di oliva	3	4	5	6	7
Aglio / basilico / Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

MERENDA DI PANE CON OLIO

Allergeni: CEREALI CONTENENTI GLUTINE

INGREDIENTI	NIDO D'INFANZIA g		SCUOLA DELL'INFANZIA g	SCUOLA PRIMARIA g	SCUOLA SECONDARIA I° g
	6-12 mesi	12-36 mesi	3-6 anni	6-11 anni	11-14 anni
PANE	20	30	40	50	60
Olio extravergine di oliva	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SFORMATO DI VERDURE E LEGUMI

Allergeni: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, LATTE, UOVO

INGREDIENTI	NIDO D'INFANZIA g		SCUOLA DELL'INFANZIA g	SCUOLA PRIMARIA g	SCUOLA SECONDARIA I° g
	6-12 mesi	12-36 mesi	3-6 anni	6-11 anni	11-14 anni
UOVO PASTORIZZATO	25	30	40	50	60
Spinaci oppure zucchine	10	15	25	35	40
	25	30	30-40	40-50	50-70
Parmigiano reggiano (LATTE)	5	6	7	8	10
Pangrattato (GRANO)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Sale iodato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
LEGUMI (preferibilmente piselli)	4	5	6	7	8
LATTE	8	10	15	20	20
Si può aggiungere besciamella: dose per 1 litro di LATTE 70 gr di farina di GRANO 50 gr di olio extrav. d'oliva					

TORTA CON FRUTTA SECCA

Allergeni: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, UOVA E PRODOTTI A BASE DI UOVA, LATTE E PRODOTTI A BASE DI LATTE, FRUTTA A GUSCIO

INGREDIENTI	GRAMMI PER UNA TORTA
Farina di GRANO	450
Zucchero	250
BURRO	120
UOVA	n. 3
Lievito per dolci	n. 1 bustina (g 16)
LATTE fresco	q.b.
Scorza di limone	q.b.
FRUTTA SECCA OLEOSA (es.mandorle)	60

05 SET. 2022