

Menu: Menu Infanzia (3-6 anni) - Primavera/Estate **Pranzo**



Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

1<sup>a</sup>

Crema di carote con riso  
Petto di pollo alla salvia  
Patate lessate  
Pane

Zucchine gratinate  
Orzotto in crema di piselli  
Frittata  
Pane

Insalata  
Pasta e ceci  
Pane integrale  
Budino al cacao

Carote  
Risotto agli asparagi  
Pepite di pesce dorate al mais  
Pane integrale

Fagiolini cotti all'olio  
Pasta integrale al pomodoro  
Stracchino  
Pane

2<sup>a</sup>

Zucchine trifolate  
Cous cous di verdure estive  
Straccetti di pollo dorati al mais  
Pane

Morbidelle di verdure estive  
Riso con piselli  
Pane  
Yogurt bianco

Insalata  
Pasta all'olio EVO e grana  
Farinata di ceci  
Pane integrale

Carote cotte all'olio  
Patate al forno  
Pastina in brodo vegetale  
Hamburger di vitellone  
Pane integrale

Pomodoro  
Insalata di farro con melanzane e zucchine  
Morbidelle al salmone  
Pane

3<sup>a</sup>

Fagiolini cotti all'olio  
Pasta integrale al pomodoro e ricotta  
Pane  
Yogurt alla frutta

Carote  
Risotto con zucchine  
Polpettone di tacchino  
Pane

Insalata  
Vellutata di patate e porri con pastina  
Filetto di platessa dorata al forno  
Piselli al prezzemolo  
Pane integrale

Spinaci saltati  
Risotto allo zafferano  
Crocchette di ricotta e verdure  
Pane integrale

Zucchine trifolate  
Pasta con lenticchie  
Uova sode  
Pane

4<sup>a</sup>

Spinaci cotti all'olio  
Pasta alla crema di zucchine  
Merluzzo alla ligure  
Pane

Insalata  
Pastina in brodo di carne  
Polpettine di manzo in umido  
Purea di patate  
Pane













Carote  
Pasta al pomodoro  
Burger di lenticchie e verdure  
Pane integrale

Fagiolini cotti all'olio  
Riso alla caprese  
Scaloppine di tacchino al limone  
Pane integrale









Carote cotte all'olio  
Pizza Margherita  
Pane  
Yogurt alla frutta









## Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
<b>Piatto unico</b>	
Pasta integrale al pomodoro e ricotta	Pasta di Semola integrale di <b>grano</b> duro (Semola integrale di grano duro, acqua) : 60 g, Ricotta di Vacca ( <b>latte</b> ) : 40 g, Pomodoro Pelati : 30 g, Carota fresca : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Sale fino iodato : 0.3 g
Pasta e ceci	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Ceci secchi : 30 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 5 g  , Sale fino iodato : 0.3 g, Rosmarino : 0.1 g, Alloro secco : 0.1 g, Aglio fresco : 0 g
Pizza Margherita	<b>Grano</b> tenero Tipo "0" Farina : 60 g, Pomodoro Pelati : 40 g, Mozzarella ( <b>latte</b> , caglio, fermenti lattici, sale) : 30 g  , Acqua : 30 g, Lievito di Birra : 5 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Origano essiccato : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g
Riso con piselli	Riso Arborio : 60 g, Pisello fresco : 60 g, Carota fresca : 7 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 5 g  , Cipolla Bianca : 3 g, Sale fino iodato : 0.3 g
<b>Primi</b>	
Cous cous di verdure estive	Couscous ( <b>grano</b> ) : 60 g, Pomodoro : 25 g, Zucchini fresca : 25 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Crema di carote con riso	Patata fresca : 50 g, Carota fresca : 50 g, Riso Arborio : 30 g, Porro : 20 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Insalata di farro con melanzane e zucchine	<b>Farro</b> : 60 g, Melanzana fresca : 15 g, Zucchini fresca : 15 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Prezzemolo fresco : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g
Orzotto in crema di piselli	<b>Orzo</b> Perlato : 60 g, Pisello Fine surgelato : 25 g, Carota fresca : 7 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Pasta al pomodoro	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Pomodoro Pelati : 50 g, Carota fresca : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Basilico fresco : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g
Pasta alla crema di zucchine	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Zucchini fresca : 50 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g, Prezzemolo fresco : 0.1 g
Pasta all'olio EVO e grana	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Pasta con lenticchie	Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Lenticchia secca : 15 g, Pomodoro Pelati : 6 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Carota fresca : 2 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 2 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Pastina in brodo di carne	Brodo di carne ( <b>sedano</b> ) : 100 g, Pasta di Semola di <b>grano</b> duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua) : 30 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g 
Pastina in brodo vegetale	Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 100 g, Pasta di Semola di <b>grano</b> duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua) : 30 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g 
Pasta integrale al pomodoro	Pasta di semola integrale di <b>grano</b> duro (semola integrale di grano duro, acqua) : 60g, Pomodori pelati : 50g, Carota fresca : 10g, Olio extravergine di oliva : 5g, Cipolla bianca : 3g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3g, Basilico fresco : 1g, Sale fino iodato : 0,3g

## Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
<b>Primi</b>	
Riso alla caprese	Riso Arborio : 60 g , Pomodoro : 25 g , Mozzarella ( <b>latte</b> , caglio, fermenti lattici, sale ) : 20 g  , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Basilico fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Risotto agli asparagi	Riso Arborio : 60 g , Asparago Verde : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 30 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Risotto allo zafferano	Riso Arborio : 60 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Burro ( <b>latte</b> ) : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Cipolla Bianca : 2 g , Zafferano : 0.5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Risotto con zucchine	Riso Arborio : 60 g , Zucchina fresca : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Vellutata di patate e porri con pastina	Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 100 g , Patata fresca : 40 g , Pasta di Semola di <b>grano</b> duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua ) : 30 g , Porro : 15 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Carota fresca : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
<b>Secondi</b>	
Burger di lenticchie e verdure	Lenticchia secca : 40 g , Patata fresca : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 5 g , Porro : 5 g , Carota fresca : 5 g , Peperoni freschi : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Crocchette di ricotta e verdure	Ricotta di Vacca ( <b>latte</b> ) : 35 g , Patata fresca : 20 g , Zucchina fresca : 15 g , Carota fresca : 15 g , <b>Uova</b> Intere pastorizzate ( <b>Lisozima da uovo</b> ) : 6 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Farinata di ceci	Acqua : 120 g , Ceci Farina : 40 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Rosmarino : 1 g , Sale marino iodato : 0.3 g
Filetto di platessa dorata al forno	Platessa filetto surgelata ( <b>pesce</b> ) : 70 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 2 g , Mais Farina : 2 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Frittata	<b>Uova</b> Intere pastorizzate ( <b>Lisozima da uovo</b> ) : 60 g , <b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Hamburger di vitellone	Vitellone Macinato refrigerato : 50 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Limone Succo : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g , Rosmarino : 0.1 g , Salvia fresca : 0.1 g
Merluzzo alla ligure	Merluzzo filetto surgelato ( <b>pesce</b> ) : 70 g , Pomodoro : 40 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Olive denocciate ( <b>solfiti</b> ) : 5 g , Aglio fresco : 1 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Capperi ( <b>solfiti</b> ) : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Morbidelle al salmone	Salmone Trancio surgelato ( <b>pesce</b> ) : 70 g , Patata fresca : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Carota fresca : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Pepite di pesce dorate al mais	Merluzzo filetto surgelato ( <b>pesce</b> ) : 70 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , <b>Grano</b> tenero Tipo "00" Farina : 1.5 g , Mais Farina : 1.5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 1 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 1 g  , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato ) : 0.3 g
Petto di pollo alla salvia	Pollo Petto intero refrigerato : 50 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , <b>Grano</b> tenero Tipo "00" Farina : 2 g , Salvia fresca : 0.5 g , Maggiorana disidratata : 0.5 g , Sale fino iodato : 0.3 g

## Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
<b>Secondi</b>	
Polpettine di manzo in umido	Manzo Noce refrigerata : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Patata fresca : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato ) : 0.3 g
Polpettone di tacchino	Tacchino Fesa intera refrigerata : 50 g , Patata fresca : 20 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , <b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 6 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 4 g  , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 3 g
Scaloppine di tacchino al limone	Tacchino Petto porzionato refrigerato : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Limone : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , <b>Grano</b> tenero Tipo "00" Farina : 2 g , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato ) : 0.3 g
Straccetti di pollo dorati al mais	Pollo Petto intero refrigerato : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 5 g , Mais Farina : 3 g , Sale fino iodato : 0.3 g , Rosmarino : 0.1 g , Salvia fresca : 0.1 g
Stracchino	Stracchino ( <b>latte</b> ) : 50 g
Uova sode	<b>Uova</b> Intere fresche ( <b>Lisozima da uovo</b> ) : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
<b>Contorni</b>	
Carote	Carota fresca : 45 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Carote cotte all'olio	Carota fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Fagiolini cotti all'olio	Fagiolini freschi : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Insalata	Lattuga : 15 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Morbidelle di verdure estive	Patata fresca : 40 g , Zucchini fresca : 15 g , Carota fresca : 15 g , <b>Uova</b> Intere pastorizzate ( <b>Lisozima da uovo</b> ) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 2 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 2 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Patate al forno	Patata fresca : 120 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Rosmarino : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Patate lessate	Patata fresca : 120 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Piselli al prezzemolo	Pisello Fine fresco : 80 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Cipolla Bianca : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Pomodoro	Pomodoro : 45 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Purea di patate	Patata fresca : 120 g , <b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 15 g , Burro ( <b>latte</b> ) : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g
Spinaci cotti all'olio	Spinacio fresco : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Spinaci saltati	Spinacio fresco : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 2 g  , Sale fino iodato : 0.3 g , Aglio fresco : 0 g
Zucchine gratinate	Zucchini fresca : 80 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 4 g  , Sale fino iodato : 0.3 g , Prezzemolo fresco : 0.1 g
Zucchine trifolate	Zucchini fresca : 80 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Cipolla Bianca : 6 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g , Prezzemolo fresco : 0.1 g

# Elenco delle ricette

Nome piatto      Ingredienti

## Dessert

Budino al cacao	<b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 150 g , Preparato per budino al cioccolato (Zucchero; <b>latte</b> scremato in polvere; cacao magro in polvere (15,4%); farina di riso; addensante: carragenina; antiagglomerante: biossido di silicio; aromi; sale. ) : 10 g , Zucchero : 5 g
-----------------	--

## Pane e Prodotti da forno

Pane	Pane comune ( <b>grano</b> ) : 40 g
Pane integrale	Pane Integrale ( <b>segale, grano</b> ) : 50 g

## Yogurt

Yogurt alla frutta	Yogurt alla frutta da <b>latte</b> intero : 125 g
Yogurt bianco	Yogurt al naturale da <b>latte</b> intero : 125 g

## Elenco dei valori nutrizionali

## Nome piatto

Piatto unico	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Pasta integrale al pomodoro e ricotta	1334 kj / 319 kcal	10.97 g	3.78 g	45.95 g	6.23 g	5.47 g	10.68 g	0.41 g
Pasta e ceci	1556 kj / 372 kcal	9.14 g	1.98 g	61.59 g	3.69 g	5.73 g	14.47 g	0.39 g
Pizza Margherita	1430 kj / 341 kcal	11.77 g	4.25 g	47.68 g	3.04 g	2.87 g	13.71 g	0.46 g
Riso con piselli	1248 kj / 298 kcal	7.01 g	1.66 g	52.84 g	3.22 g	4.63 g	9.08 g	0.41 g
Primi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Cous cous di verdure estive	1218 kj / 291 kcal	6.3 g	1.33 g	47.76 g	1.28 g	3.85 g	8.91 g	0.4 g
Crema di carote con riso	941 kj / 225 kcal	6.58 g	1.38 g	37.96 g	5.1 g	3.23 g	5.02 g	0.48 g
Insalata di farro con melanzane e zucchine	1057 kj / 252 kcal	6.54 g	0.73 g	41.11 g	2.45 g	4.77 g	9.31 g	0.36 g
Orzotto in crema di piselli	1103 kj / 263 kcal	6.77 g	1.42 g	44.6 g	0.7 g	7.34 g	8.69 g	0.45 g
Pasta al pomodoro	1188 kj / 284 kcal	6.96 g	1.38 g	49.94 g	5 g	2.41 g	8.3 g	0.39 g
Pasta alla crema di zucchine	1159 kj / 277 kcal	6.73 g	1.39 g	48.41 g	3.42 g	2.33 g	7.58 g	0.38 g
Pasta all'olio EVO e grana	1124 kj / 269 kcal	6.68 g	1.38 g	47.46 g	2.52 g	1.62 g	7.53 g	0.35 g
Pasta con lenticchie	1302 kj / 311 kcal	6.58 g	1.23 g	55.63 g	3.29 g	3.84 g	10.73 g	0.35 g
Pastina in brodo di carne	903 kj / 216 kcal	8.44 g	1.99 g	24.21 g	1.74 g	0.98 g	12.06 g	0.36 g
Pastina in brodo vegetale	698 kj / 167 kcal	6.28 g	1.31 g	24.5 g	2.03 g	1.09 g	4.41 g	0.35 g
Riso alla caprese	1256 kj / 300 kcal	9.19 g	3.07 g	49.31 g	1.19 g	1.1 g	8.04 g	0.41 g
Risotto agli asparagi	1130 kj / 270 kcal	6.13 g	1.31 g	50.14 g	2.02 g	1.76 g	6.59 g	0.44 g
Risotto allo zafferano	1053 kj / 251 kcal	5.28 g	3.03 g	48.79 g	0.58 g	0.67 g	5.14 g	0.39 g
Risotto con zucchine	1106 kj / 264 kcal	6.13 g	1.32 g	49.19 g	1.02 g	1.31 g	5.06 g	0.39 g
Vellutata di patate e porri con pastina	874 kj / 209 kcal	6.7 g	1.39 g	32.86 g	3.35 g	2.32 g	5.62 g	0.66 g
Pasta integrale al pomodoro	1158 kj / 277 kcal	7.56	1.58	45.2	5.48	5.65	8.18	0.39
Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Burger di lenticchie e verdure	792 kj / 189 kcal	5.56 g	0.8 g	26.29 g	1.71 g	6.32 g	9.94 g	0.4 g
Crocchette di ricotta e verdure	647 kj / 155 kcal	10.44 g	3.87 g	9.38 g	2.74 g	1.17 g	5.8 g	0.56 g
Farinata di ceci	801 kj / 191 kcal	7 g	0.99 g	21.86 g	1.62 g	5.6 g	8.73 g	0.31 g
Filetto di platessa dorata al forno	480 kj / 115 kcal	5.97 g	0.86 g	2.97 g	0.14 g	0.14 g	12.45 g	0.54 g
Frittata	579 kj / 138 kcal	11.21 g	3.24 g	0.5 g	0.5 g	0.05 g	8.82 g	0.56 g
Hamburger di vitellone	430 kj / 103 kcal	6.62 g	1.26 g	0.33 g	0.15 g	0.04 g	10.48 g	0.37 g
Merluzzo alla ligure	482 kj / 115 kcal	6.87 g	0.99 g	1.86 g	1.81 g	1.06 g	11.48 g	0.61 g

## Elenco dei valori nutrizionali

## Nome piatto

## Secondi

	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Morbidelle al salmone	775 kj / 185 kcal	13.51 g	2.82 g	2.88 g	1.12 g	0.37 g	13.18 g	0.48 g
Pepite di pesce dorate al mais	461 kj / 110 kcal	5.75 g	0.98 g	3.04 g	0.08 g	0.13 g	11.63 g	0.39 g
Petto di pollo alla salvia	436 kj / 104 kcal	5.47 g	0.87 g	1.85 g	0.32 g	0.21 g	11.95 g	0.34 g
Polpettine di manzo in umido	491 kj / 117 kcal	7.07 g	1.65 g	1.53 g	0.12 g	0.16 g	11.83 g	0.37 g
Polpettone di tacchino	600 kj / 143 kcal	7.02 g	1.71 g	5.9 g	0.52 g	0.46 g	14.21 g	0.22 g
Scaloppine di tacchino al limone	446 kj / 106 kcal	5.61 g	0.92 g	1.77 g	0.24 g	0.18 g	12.27 g	0.33 g
Straccetti di pollo dorati al mais	505 kj / 121 kcal	5.51 g	0.87 g	5.73 g	0.25 g	0.33 g	12.34 g	0.45 g
Stracchino	628 kj / 150 kcal	12.55 g	7.36 g	0 g	0 g	0 g	9.25 g	0.52 g
Uova sode	510 kj / 122 kcal	10.22 g	2.63 g	0 g	0 g	0 g	7.44 g	0.5 g

## Contorni

	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Carote	254 kj / 61 kcal	5.09 g	0.72 g	3.42 g	3.42 g	1.4 g	0.5 g	0.4 g
Carote cotte all'olio	305 kj / 73 kcal	5.16 g	0.72 g	6.08 g	6.08 g	2.48 g	0.88 g	0.48 g
Fagiolini cotti all'olio	248 kj / 59 kcal	5.08 g	0.72 g	1.92 g	1.92 g	2.32 g	1.68 g	0.3 g
Insalata	202 kj / 48 kcal	5.06 g	0.73 g	0.33 g	0.33 g	0.23 g	0.27 g	0.3 g
Morbidelle di verdure estive	477 kj / 114 kcal	6.88 g	1.47 g	9.83 g	1.54 g	1.38 g	3.07 g	0.44 g
Patate al forno	635 kj / 152 kcal	6.24 g	0.96 g	21.74 g	0.62 g	2 g	2.53 g	0.32 g
Patate lessate	630 kj / 151 kcal	6.2 g	0.95 g	21.6 g	0.48 g	1.92 g	2.52 g	0.32 g
Piselli al prezzemolo	374 kj / 89 kcal	5.49 g	0.72 g	5.73 g	3.73 g	5.2 g	4.53 g	0.33 g
Pomodoro	224 kj / 54 kcal	5.09 g	0.72 g	1.58 g	1.58 g	0.9 g	0.45 g	0.3 g
Purea di patate	615 kj / 147 kcal	4.77 g	2.35 g	22.38 g	1.26 g	1.92 g	4.06 g	0.39 g
Spinaci cotti all'olio	305 kj / 73 kcal	5.56 g	0.78 g	2.4 g	0.32 g	1.52 g	2.72 g	0.49 g
Spinaci saltati	338 kj / 81 kcal	6.12 g	1.13 g	2.4 g	0.32 g	1.52 g	3.38 g	0.53 g
Zucchine gratinate	362 kj / 86 kcal	6.22 g	1.45 g	4.4 g	1.22 g	1.26 g	1.74 g	0.48 g
Zucchine trifolate	243 kj / 58 kcal	5.08 g	0.74 g	1.54 g	1.46 g	1.13 g	0.08 g	0.33 g

## Dessert

	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Budino al cacao	530 kj / 127 kcal	2.45 g	1.44 g	20.57 g	19.06 g	0.53 g	6.21 g	0.23 g

## Pane e Prodotti da forno

	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Pane	496 kj / 118 kcal	0.16 g	0.04 g	27 g	0.76 g	1.2 g	3.28 g	0.64 g

## Elenco dei valori nutrizionali

## Nome piatto

<b>Pane e Prodotti da forno</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Pane integrale	534 kj / 128 kcal	0.65 g	0.15 g	26.9 g	1.25 g	2.85 g	3.75 g	0.69 g
<b>Yogurt</b>	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Yogurt alla frutta	461 kj / 110 kcal	4.13 g	0.89 g	15.75 g	15.75 g	0.25 g	3.5 g	0.15 g
Yogurt bianco	345 kj / 83 kcal	4.88 g	2.59 g	5.38 g	5.38 g	0 g	4.75 g	0.15 g



# Menu: Primavera/Estate Pranzo



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 597,94 kcal  <b>Grassi:</b> 18,4 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,24 g  <b>Carboidrati:</b> 88,41 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6,66 g  <b>Fibre:</b> 6,56 g  <b>Proteine:</b> 22,77 g  <b>Sodio:</b> 710,37 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 606,5 kcal  <b>Grassi:</b> 24,36 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 6,15 g  <b>Carboidrati:</b> 76,5 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 3,18 g  <b>Fibre:</b> 9,86 g  <b>Proteine:</b> 22,53 g  <b>Sodio:</b> 852,12 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 673,85 kcal  <b>Grassi:</b> 17,29 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4,3 g  <b>Carboidrati:</b> 109,39 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 24,34 g  <b>Fibre:</b> 9,34 g  <b>Proteine:</b> 24,7 g  <b>Sodio:</b> 642,04 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 568,16 kcal  <b>Grassi:</b> 17,62 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,17 g  <b>Carboidrati:</b> 83,5 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6,77 g  <b>Fibre:</b> 6,14 g  <b>Proteine:</b> 22,46 g  <b>Sodio:</b> 767,77 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 604,43 kcal  <b>Grassi:</b> 25,83 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 9,7 g  <b>Carboidrati:</b> 74,12 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 8,16 g  <b>Fibre:</b> 9,17 g  <b>Proteine:</b> 22,39 g  <b>Sodio:</b> 738,19 mg</p>
2 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 588,16 kcal  <b>Grassi:</b> 17,05 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2,97 g  <b>Carboidrati:</b> 82,03 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 3,75 g  <b>Fibre:</b> 6,52 g  <b>Proteine:</b> 24,61 g  <b>Sodio:</b> 723,22 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 612,9 kcal  <b>Grassi:</b> 18,93 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 5,76 g  <b>Carboidrati:</b> 95,05 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 10,89 g  <b>Fibre:</b> 7,2 g  <b>Proteine:</b> 20,17 g  <b>Sodio:</b> 655,05 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 635,52 kcal  <b>Grassi:</b> 19,38 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,25 g  <b>Carboidrati:</b> 96,55 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 5,72 g  <b>Fibre:</b> 10,29 g  <b>Proteine:</b> 20,28 g  <b>Sodio:</b> 658,4 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 509,02 kcal  <b>Grassi:</b> 19,24 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,57 g  <b>Carboidrati:</b> 65,64 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6,78 g  <b>Fibre:</b> 6,22 g  <b>Proteine:</b> 20,34 g  <b>Sodio:</b> 720,34 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 609,53 kcal  <b>Grassi:</b> 25,29 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4,31 g  <b>Carboidrati:</b> 72,56 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 5,91 g  <b>Fibre:</b> 7,24 g  <b>Proteine:</b> 26,22 g  <b>Sodio:</b> 713,6 mg</p>
3 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 606,48 kcal  <b>Grassi:</b> 20,33 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 5,43 g  <b>Carboidrati:</b> 90,62 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 24,66 g  <b>Fibre:</b> 9,24 g  <b>Proteine:</b> 19,02 g  <b>Sodio:</b> 599,5 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 586,6 kcal  <b>Grassi:</b> 18,4 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,79 g  <b>Carboidrati:</b> 85,51 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 5,72 g  <b>Fibre:</b> 4,37 g  <b>Proteine:</b> 23,04 g  <b>Sodio:</b> 659,91 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 519,62 kcal  <b>Grassi:</b> 18,59 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,13 g  <b>Carboidrati:</b> 65,76 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6,77 g  <b>Fibre:</b> 8,02 g  <b>Proteine:</b> 24,22 g  <b>Sodio:</b> 880 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 614,4 kcal  <b>Grassi:</b> 22,49 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 8,19 g  <b>Carboidrati:</b> 87,47 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 4,89 g  <b>Fibre:</b> 6,21 g  <b>Proteine:</b> 18,08 g  <b>Sodio:</b> 863,92 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 609,26 kcal  <b>Grassi:</b> 22,04 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4,63 g  <b>Carboidrati:</b> 84,17 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 5,51 g  <b>Fibre:</b> 6,17 g  <b>Proteine:</b> 21,53 g  <b>Sodio:</b> 725,26 mg</p>
4 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 583,1 kcal  <b>Grassi:</b> 19,31 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,2 g  <b>Carboidrati:</b> 79,67 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6,31 g  <b>Fibre:</b> 6,11 g  <b>Proteine:</b> 24,94 g  <b>Sodio:</b> 852,6 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 548,9 kcal  <b>Grassi:</b> 20,58 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 5,23 g  <b>Carboidrati:</b> 64,1 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 3,42 g  <b>Fibre:</b> 3,42 g  <b>Proteine:</b> 29,33 g  <b>Sodio:</b> 682,25 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 661,03 kcal  <b>Grassi:</b> 18,25 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3,06 g  <b>Carboidrati:</b> 106,55 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 11,38 g  <b>Fibre:</b> 12,97 g  <b>Proteine:</b> 22,48 g  <b>Sodio:</b> 750,64 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 593,21 kcal  <b>Grassi:</b> 20,53 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4,86 g  <b>Carboidrati:</b> 79,89 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 4,6 g  <b>Fibre:</b> 6,45 g  <b>Proteine:</b> 25,74 g  <b>Sodio:</b> 688,81 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 642,78 kcal  <b>Grassi:</b> 21,21 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 5,9 g  <b>Carboidrati:</b> 96,51 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 25,63 g  <b>Fibre:</b> 6,8 g  <b>Proteine:</b> 21,37 g  <b>Sodio:</b> 694,15 mg</p>

Menu: Menu Infanzia (3-6 anni) - Primavera/Estate **Merenda**




	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 <sup>a</sup>	Gelato alla frutta	Yogurt naturale intero con frutta fresca	Frutta fresca estiva	Fette biscottate con marmellata	Bruschetta con pomodoro
2 <sup>a</sup>	Fette biscottate con crema di nocciole	Latte e crackers	Frutta fresca estiva	Gelato fior di latte	Pane e frutta di stagione estiva
3 <sup>a</sup>	Fette biscottate e frutta di stagione estiva	Latte e biscotti	Budino al cacao	Pane con crema di nocciole	Yogurt naturale intero con frutta fresca
4 <sup>a</sup>	Yogurt naturale intero con frutta fresca	Budino al cacao	Pane e frutta di stagione estiva	Bruschetta con pomodoro	Pane con crema di nocciole

## Elenco delle ricette

Nome piatto      Ingredienti

## Frutta

Fette biscottate e frutta di stagione estiva	Frutta fresca estiva : 80 g , Fette Biscottate ( <b>grano</b> ) : 10 g
Frutta fresca estiva	Albicocca , Banana  , Pesca , Ciliegia , Melone retato , Anguria , Fragola , Susina Gialla
Frutta fresca estiva	Frutta fresca estiva : 100 g
Pane e frutta di stagione estiva	Frutta fresca estiva : 80 g , Pane comune ( <b>grano</b> ) : 20 g

## Dessert

Budino al cacao	<b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 150 g , Preparato per budino al cioccolato ( <b>Latte</b> intero e <b>latte</b> scremato in polvere, zucchero, cioccolato (zucchero, pasta di cacao, cacao magro in polvere), cacao magro in polvere, permeato di siero di <b>latte</b> in polvere, amido. ) : 10 g , Zucchero : 5 g
Fette biscottate con crema di nocciole	Fette Biscottate ( <b>grano</b> ) : 15 g , Crema di Nocciola ( <b>nocciole</b> ) : 10 g
Fette biscottate con marmellata	Fette Biscottate ( <b>grano</b> ) : 15 g , Confettura di frutta : 15 g
Gelato alla frutta	Gelato alla frutta ( <b>latte</b> ) : 50 g
Gelato fior di latte	Gelato fior di <b>latte</b> : 50 g
Latte e biscotti	<b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 100 g , Biscotti secchi ( <b>latte, grano, uova, Lisozima da uovo</b> ) : 15 g
Latte e crackers	<b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 100 g , Crackers non salati ( <b>grano</b> ) : 15 g
Pane con crema di nocciole	Pane comune ( <b>grano</b> ) : 30 g , Crema di Nocciola ( <b>nocciole</b> ) : 10 g

## Toast, panini e tramezzini

Bruschetta con pomodoro	Pane comune ( <b>grano</b> ) : 30 g , Passata di Pomodoro : 12 g , Olio extravergine di Oliva : 1.2 g , Origano essiccato : 0.3 g , Sale fino iodato : 0.1 g
-------------------------	--

## Yogurt

Yogurt naturale intero con frutta fresca	Yogurt al naturale da <b>latte</b> intero : 125 g , Mela : 50 g , Fragola : 50 g
--	--

## Elenco dei valori nutrizionali

## Nome piatto

Frutta	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Fette biscottate e frutta di stagione estiva	288 kj / 69 kcal	0.73 g	0.08 g	14.39 g	6.05 g	1.36 g	1.71 g	0.06 g
Frutta fresca estiva	141 kj / 34 kcal	0.16 g	0 g	7.61 g	7.29 g	1.26 g	0.73 g	0.01 g
Frutta fresca estiva	142 kj / 34 kcal	0.16 g	0 g	7.61 g	7.29 g	1.26 g	0.73 g	0.01 g
Pane e frutta di stagione estiva	362 kj / 86 kcal	0.21 g	0.02 g	19.59 g	6.21 g	1.61 g	2.22 g	0.33 g
Dessert	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Budino al cacao	424 kj / 101 kcal	2.64 g	1.57 g	14.53 g	14.43 g	0 g	5.63 g	0.19 g
Fette biscottate con crema di nocciole	488 kj / 116 kcal	4.14 g	1.12 g	18.26 g	6.14 g	0.65 g	2.39 g	0.09 g
Fette biscottate con marmellata	404 kj / 97 kcal	0.9 g	0.12 g	21.26 g	9.14 g	0.86 g	1.77 g	0.08 g
Gelato alla frutta	375 kj / 90 kcal	4 g	2.48 g	12.35 g	11.85 g	0 g	1.75 g	0.08 g
Gelato fior di latte	456 kj / 109 kcal	6.85 g	4.29 g	10.35 g	10.35 g	0 g	2.1 g	0.13 g
Latte e biscotti	454 kj / 108 kcal	2.69 g	0.89 g	17.72 g	7.78 g	0.39 g	4.49 g	0.27 g
Latte e crackers	477 kj / 114 kcal	3.95 g	1.36 g	15.25 g	5 g	0.92 g	4.93 g	0.34 g
Pane con crema di nocciole	597 kj / 143 kcal	3.36 g	1.02 g	26.06 g	6.38 g	1.02 g	3.15 g	0.49 g
Toast, panini e tramezzini	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Bruschetta con pomodoro	431 kj / 103 kcal	1.37 g	0.21 g	20.76 g	1.08 g	1.21 g	2.65 g	0.63 g
Yogurt	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Yogurt naturale intero con frutta fresca	494 kj / 118 kcal	5.08 g	2.59 g	13.03 g	13.03 g	2.1 g	5.3 g	0.16 g

# Menu: Primavera/Estate Merenda



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 89.5 kcal  <b>Grassi:</b> 4 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2.48 g  <b>Carboidrati:</b> 12.35 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 11.85 g  <b>Fibre:</b> 0 g  <b>Proteine:</b> 1.75 g  <b>Sodio:</b> 30.5 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 118 kcal  <b>Grassi:</b> 5.08 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2.59 g  <b>Carboidrati:</b> 13.03 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 13.03 g  <b>Fibre:</b> 2.1 g  <b>Proteine:</b> 5.3 g  <b>Sodio:</b> 62.5 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 33.75 kcal  <b>Grassi:</b> 0.16 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0 g  <b>Carboidrati:</b> 7.61 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 7.29 g  <b>Fibre:</b> 1.26 g  <b>Proteine:</b> 0.73 g  <b>Sodio:</b> 2.88 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 96.6 kcal  <b>Grassi:</b> 0.9 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.12 g  <b>Carboidrati:</b> 21.26 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 9.14 g  <b>Fibre:</b> 0.86 g  <b>Proteine:</b> 1.77 g  <b>Sodio:</b> 32.7 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 102.97 kcal  <b>Grassi:</b> 1.37 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.21 g  <b>Carboidrati:</b> 20.76 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 1.08 g  <b>Fibre:</b> 1.21 g  <b>Proteine:</b> 2.65 g  <b>Sodio:</b> 250.55 mg</p>
2 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 116.45 kcal  <b>Grassi:</b> 4.14 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 1.12 g  <b>Carboidrati:</b> 18.26 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6.14 g  <b>Fibre:</b> 0.65 g  <b>Proteine:</b> 2.39 g  <b>Sodio:</b> 35.9 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 113.95 kcal  <b>Grassi:</b> 3.95 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 1.36 g  <b>Carboidrati:</b> 15.25 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 5 g  <b>Fibre:</b> 0.92 g  <b>Proteine:</b> 4.93 g  <b>Sodio:</b> 137.5 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 34 kcal  <b>Grassi:</b> 0.16 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0 g  <b>Carboidrati:</b> 7.61 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 7.29 g  <b>Fibre:</b> 1.26 g  <b>Proteine:</b> 0.73 g  <b>Sodio:</b> 2.88 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 109 kcal  <b>Grassi:</b> 6.85 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4.29 g  <b>Carboidrati:</b> 10.35 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 10.35 g  <b>Fibre:</b> 0 g  <b>Proteine:</b> 2.1 g  <b>Sodio:</b> 50 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 86.4 kcal  <b>Grassi:</b> 0.21 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.02 g  <b>Carboidrati:</b> 19.59 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6.21 g  <b>Fibre:</b> 1.61 g  <b>Proteine:</b> 2.22 g  <b>Sodio:</b> 130.3 mg</p>
3 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 68.9 kcal  <b>Grassi:</b> 0.73 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.08 g  <b>Carboidrati:</b> 14.39 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6.05 g  <b>Fibre:</b> 1.36 g  <b>Proteine:</b> 1.71 g  <b>Sodio:</b> 22.9 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 108.4 kcal  <b>Grassi:</b> 2.69 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.89 g  <b>Carboidrati:</b> 17.72 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 7.78 g  <b>Fibre:</b> 0.39 g  <b>Proteine:</b> 4.49 g  <b>Sodio:</b> 107.5 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 101.3 kcal  <b>Grassi:</b> 2.64 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 1.57 g  <b>Carboidrati:</b> 14.53 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 14.43 g  <b>Fibre:</b> 0 g  <b>Proteine:</b> 5.63 g  <b>Sodio:</b> 77.05 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 142.7 kcal  <b>Grassi:</b> 3.36 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 1.02 g  <b>Carboidrati:</b> 26.06 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6.38 g  <b>Fibre:</b> 1.02 g  <b>Proteine:</b> 3.15 g  <b>Sodio:</b> 197 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 118 kcal  <b>Grassi:</b> 5.08 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2.59 g  <b>Carboidrati:</b> 13.03 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 13.03 g  <b>Fibre:</b> 2.1 g  <b>Proteine:</b> 5.3 g  <b>Sodio:</b> 62.5 mg</p>
4 <sup>a</sup>	<p><b>Energia:</b> 118 kcal  <b>Grassi:</b> 5.08 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2.59 g  <b>Carboidrati:</b> 13.03 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 13.03 g  <b>Fibre:</b> 2.1 g  <b>Proteine:</b> 5.3 g  <b>Sodio:</b> 62.5 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 101.3 kcal  <b>Grassi:</b> 2.64 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 1.57 g  <b>Carboidrati:</b> 14.53 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 14.43 g  <b>Fibre:</b> 0 g  <b>Proteine:</b> 5.63 g  <b>Sodio:</b> 77.05 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 86.4 kcal  <b>Grassi:</b> 0.21 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.02 g  <b>Carboidrati:</b> 19.59 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6.21 g  <b>Fibre:</b> 1.61 g  <b>Proteine:</b> 2.22 g  <b>Sodio:</b> 130.3 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 102.97 kcal  <b>Grassi:</b> 1.37 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0.21 g  <b>Carboidrati:</b> 20.76 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 1.08 g  <b>Fibre:</b> 1.21 g  <b>Proteine:</b> 2.65 g  <b>Sodio:</b> 250.55 mg</p>	<p><b>Energia:</b> 142.7 kcal  <b>Grassi:</b> 3.36 g  <b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 1.02 g  <b>Carboidrati:</b> 26.06 g  <b>Di cui zuccheri:</b> 6.38 g  <b>Fibre:</b> 1.02 g  <b>Proteine:</b> 3.15 g  <b>Sodio:</b> 197 mg</p>

# Elenco degli allergeni

Nome piatto

Cereali  
con glutine

Crostacei

Uova

Pesce

Arachidi

Soia

Latte

Frutta a  
guscio

Sedano

Senape

Sesamo

Lupini

Molluschi

Solfiti



## Piatto unico

Pasta al pomodoro e ricotta	P						P										
Pasta e ceci	P		P				P										
Pizza Margherita	P						P										
Riso con piselli			P				P										

## Primi

Cous cous di verdure estive	P		P				P		P								
Crema di carote con riso			P				P										
Insalata di farro con melanzane e zucchine	P								P								
Orzotto in crema di piselli	P		P				P										
Pasta al pomodoro	P		P				P										
Pasta all'olio EVO e grana	P		P				P										
Pasta alla crema di zucchine	P		P				P		P								
Pasta con lenticchie	P		P				P										
Pastina in brodo di carne	P		P				P		P								
Pastina in brodo vegetale	P		P				P		P								
Riso alla caprese							P										
Risotto agli asparagi			P				P		P								
Risotto allo zafferano			P				P		P								
Risotto con zucchine			P				P		P								
Vellutata di patate e porri con pastina	P		P				P		P								

## Secondi

Burger di lenticchie e verdure	P						P										
Crocchette di ricotta e verdure	P		P				P										
Farinata di ceci																	
Filetto di platessa dorata al forno	P			P													
Frittata			P				P										
Hamburger di vitellone																	
Merluzzo alla ligure				P					P								P
Morbidelle al salmone				P													
Pepite di pesce dorate al mais	P		P	P			P										
Petto di pollo alla salvia	P																
Polpettine di manzo in umido			P				P		P								

«NB: s'informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contaminazione dovuta ai processi di produzione e somministrazione»

Legenda: P = presente; T = tracce

# Elenco degli allergeni

Nome piatto



## Secondi

Polpettone di tacchino	P		P				P		P					
Scaloppine di tacchino al limone	P								P					
Straccetti di pollo dorati al mais	P								P					
Stracchino							P							
Uova sode			P											

## Contorni

Carote														
Carote cotte all'olio														
Fagiolini cotti all'olio														
Insalata														
Morbidelle di verdure estive	P		P				P							
Patate al forno														
Patate lessate														
Piselli al prezzemolo									P					
Pomodoro														
Purea di patate			P				P							
Spinaci cotti all'olio														
Spinaci saltati			P				P							
Zucchine gratinate	P		P				P		P					
Zucchine trifolate									P					

## Dessert

Budino al cacao							P							
Budino al cacao							P							
Fette biscottate con crema di nocciole	P								P					
Fette biscottate con marmellata	P													
Gelato alla frutta							P							
Gelato fior di latte							P							
Latte e biscotti	P		P				P							
Latte e crackers	P						P							
Pane con crema di nocciole	P								P					

## Pane e Prodotti da forno

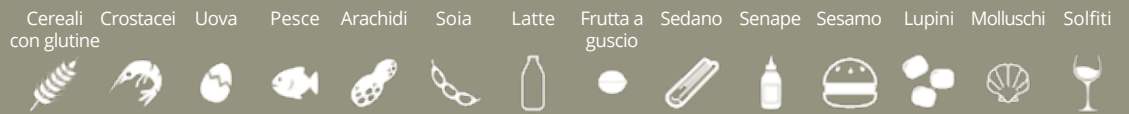
Pane	P													
------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

«NB: s'informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione»

Legenda: P = presente; T = tracce

# Elenco degli allergeni

Nome piatto



## Pane e Prodotti da forno

Pane integrale	P																	
----------------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## Yogurt

Yogurt alla frutta							P											
Yogurt bianco							P											
Yogurt naturale intero con frutta fresca							P											

## Frutta

Fette biscottate e frutta di stagione estiva	P																	
Frutta fresca estiva																		
Frutta fresca estiva																		
Pane e frutta di stagione estiva	P																	

## Toast, panini e tramezzini

Bruschetta con pomodoro	P																	
-------------------------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

«NB: s'informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione»

Legenda: P = presente; T = tracce