

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

1	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/A dulti	2	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/A dulti	3	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/A dulti	4	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/A dulti	5	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/A dulti
FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					SEDANINI ALLE ERBE AROMATICHE E FR A GUSCIO					PASSATO DI LEGUMI E VERDURE MISTE CON ORZO					PENNE/FUSILLI INTEGRALI ALLE VERDURE				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Orzo	25	30	40	50/40	Pasta di semol integrale	25-40	50	80	100/80
Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	5	6	7	8	Fagioli	15	25	40	40	Polpa di pomodoro	40	45	50	55
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Basilico	0,5	1	1	2	Piselli*	12	15	18	20	Verdure di stagione	15	15	20	25
Parmig. / Grana	5	6	8	10						Erba Cipollina	0,5	1	1	2	Verdure miste*	15	20	25	40	Carote	5	5	6	8
										Prezzemolo	QB	QB	QB	QB	Carote	4	5	5	5	Cipolla	1,5	2	2	2,5
										Maggiorana	QB	QB	QB	QB	Cipolla	3	4	4	4	Olio EVO	1	1	1,2	1,4
										Timo	QB	QB	QB	QB	Sedano	2	3	3	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
										Rucola fresca	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	2	3	3	3	Parmig. / Grana	5	5	5	10
										Pinoli/Mandorle	5	5	10	15	Sale IODATO	1	1	1,5	1,5					
										Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Parmig. / Grana	5	5	5	10					
										Parmig. / Grana	5	5	5	10										
BRODO VEGETALE CON PASTINA (N.)																								
BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO					LASAGNE AL RAGù DI MANZO					FORMAGGIO					PIZZA AL POMODORO					ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE				
Pesce misto*	35-50	70	80-100	150	Sfoglie pasta uovo	25	35	40-45	50	Asiago	20	30	50	70	Farina di grano	35	50	65	65	Tacchino	40	50	80	100
Pangrattato	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	Caciotta	20	30	50	70	Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Carote	10	15	20	25
Olio EVO	2	2,5	3	4	Manzo/Vitellone	15	22	28	35	Grana Padano	20	20	30	50	Olio EVO	3	4	5	6	Sedano	8	10	12	14
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Carote	3	3,5	4	5	Mozzarelline	30	40	70	100	Lievito Secco	2	3	5	6	Cipolla	4	5	6	7
Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Cipolla	2	2	2,5	3	Squacquerone	30	40	70	100	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	2	2	3	4
Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sedano	1	1	1,5	2	Stracchino	30	40	70	100	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale profumato	1	1	1,5	2
					Olio EVO	1	1	2	3											Succo di limone	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
					Latte	110	130	140	150															
					Farina di grano	5	9	10	11															
					Parm. / Grana	5	5	5	10															
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3															
					§§ CANNELLONI/GIRELLE CON RAGù E BESCIAAMELLA																			
INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO					PATATE AL FORNO					VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO				
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Patate	80	150	200	250	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca/ Verdura* (sedano)	70-80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7
Frutta a guscio	5	5	10	15	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB																				
					§§PATATE PREZZEMOLATE/LESSE																			
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	/	/	/	/	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE. (I.P.)	20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

6	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	7	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	8	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	9	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	10	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
PASTA DI SEMOLA CON SALS A DI CAROTE/VERDURE					PASSATO DI LEGUMI CON DITALINI					PENNETE/SPAGHETTI AL POMODORO					BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA (N.I.)					RISO ALLA ZUCCA				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	20	30	40	50/40	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	20	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80
Carote /Altra Verdura	40	50	65	80	Legumi secchi	15	25	40	40	Polpa di pomod	40	45	50	55	Pomodoro	10	12	14	16	Zucca gialla	25	30	35	40
Cipolla	4	5	6	8	Carote	5	5	6	7	Carote	20	25	30	35	Carote	8	10	11	12	Cipolla	3	3	4	5
Latte	10	15	20	25	Salvia	3	4	5	5	Cipolla	3	5	6	7	Cipolla	5	6	7	8	Olio EVO	4	5	6	7
Prezzemolo	QB	QB	QB	QB	Rosmarino	3	4	5	5	Sedano	1	2	2	2,5	Sedano	3	4	4	5	Brodo vegetale (sedano)	QB	QB	QB	QB
Olio EVO	3	5	6	7	Cipolla	2	3	4	5	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sedano	2	3	3	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	Parmig. / Grana	5	5	5	10
Parmig./ Grana	5	5	5	10	Olio EVO	2	2	3	3	Parmig. / Grana	5	5	5	10	Parmig./ Grana	5	5	5	10					
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2															
					Parmig. / Grana	5	5	5	10															

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

11	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	12	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	13	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	14	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	15	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
FUSILLI INTEGRALI CON POMODORO E OLIVE					PASSATO DI VERDURE CON PASTINA					PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO					RISO AL RAGÙ DI LEGUMI					ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta di semola</i>	20	30	40	50/40	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80	Riso	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200
Pomodoro salsa	30	40	50	55	Patate	12	15	18	22	Olio EVO	4	5	6	7	Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	3	4	5	7
Olive verdi e/o nere	4	6	8	10	Verdure/ <i>Verdure *(sedano)</i>	50	55	60	65	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Legumi secchi	12	15	18	20	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Aglio/orig/basil	QB	QB	QB	QB	Carote	5	6	7	8	<i>Parmig. / Grana</i>	6	7	8	10	Carote	3	4	5	6					
Olio EVO	4	5	6	7	Cipolla	3	3	3	3,5						Cipolla	1,5	2	2	2,5					
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	2	2	2,5	3						<i>Sedano</i>	1	2	2	2,5					
<i>Parmig./ Grana</i>	5	5	5	10	Sale IODATO	1	1	1,5	1,5						Olio EVO	0,8	1	1,2	1,4					
					<i>Parmig./ Grana</i>	5	5	5	10						Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
															<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10					
FUSILLI (N)																								
COTOLETTA DI PLATESSA AL FORNO					PIZZA MARGHERITA					SVIZZERA AL FORNO DI TACCHINO/POLLO					CROCCHETTE DI VERDURA					PASSATELLI IN BRODO DI VERDURA				
					<i>Farina di grano</i>	35	50	65	65	Tacchino/Pollo	40	50	80	100						<i>Uovo pastorizz.</i>	25-50	50	60	60
<i>Platessa*</i>	50	70	80-100	150	Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Patate	4	6	8	10	Verdura cotta	40	45	50	55	<i>Pangrattato</i>	10 20	20	40	40
<i>Pangrattato</i>	7	10	12	15	<i>Mozzarella</i>	20	25	38	50	Olio EVO	1	2	3	5	<i>Ricotta vaccina</i>	10	15	20	25	<i>Parmigiano</i>	15-30	30	40	40
<i>Uovo pastorizz.</i>	5	6	7	9	Olio EVO	3	4	5	6	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Patate	15	25	30	40	Succo di limone	0,5	0,6	0,7	0,8
Olio EVO	4	5	6	8	Lievito Secco	2	3	4	4	BRODO					<i>Uovo pastorizz.</i>	5	6	7	8	Sale IODATO	Q.B.	0,2	0,3	0,4
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Carote	10	12	14	14	<i>Pangrattato</i>	3	4	6	8	Noce Moscata	Q.B.	Q.B	QB	Q.B.
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<i>Sedano</i>	6	7	8	8	<i>Parm. / Grana</i>	8	10	12	14	Carote	4	5	6	7
										Cipolla	6	7	8	8	Olio EVO	2	2	2,5	3,8	<i>Sedano</i>	2	3	3	4
															Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3	Cipolla	2	3	3	4
																				Pomodoro	2	3	3	4
																				Olio EVO	1	2	2	3
																				<i>55 CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE</i>				
VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA AL FORNO					INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO					PATATE AL FORNO				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca/ Verdura* (<i>sedano</i>)	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagio	20	40	50	80/50	Patate	80	150	200	250
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	<i>Pangrattato</i>	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	<i>Frutta a guscio</i>	5	5	10	15	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3
										Olio EVO	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB					
										Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2										
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

16	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	17	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	18	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	19	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	20	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
CREMA DI SEDANO E CAROTE CON COUS COUS/PASTINA					GNOCCHETTI SARDI CON SALSÀ ROSATA					RISO CON ZUCCHINE/SPINACI/ CARCIOFI/ASPARAGI					PASSATO DI FAGIOLI CON DITALI					ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Cous-cous/ Pastina sem	20	30	40	50/40	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Riso	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	20	30	40	50/40	Verdure fresche	80	100	150	200
Patate	50	55	60	65	Polpa di pomod	40	45	50	55	Zucchine/Spinaci/Carci ofi/Asparagi	25	30	35	40	Fagioli secchi	15	25	40	40	Olio EVO	3	4	5	7
Sedano	12	15	18	22	Latte	10	11	12	14	Cipolla	3	3	4	5	Carote	2	5	5	6	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Carote	5	6	7	8	Carote	3	3	4	5	Olio EVO	4	5	6	7	Cipolla	2	4	4	5					
Cipolla	3	3	3	3,5	Cipolla	2	2	2	2,5	Brodo vegetale (sedano)	QB	QB	QB	QB	Sedano	1	3	3	4					
Olio EVO	2	2	2,5	3	Sedano	1,5	1,5	2	3	Sale IODATO	1	1,5	2	2	Olio EVO	2	3	3	4					
Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	Farina di grano	0,5	1	1,1	1,2	Parmig. / Grana	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
Parmig./ Grana	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Parmig. / Grana	5	5	5	10					
					Parmig. / Grana	5	5	5	10															
					§§GNOCCHI DI PATATE CON SALSÀ ROSATA (INF/PRIM)															§§PASTA AL POMODORO				
UOVO SODO CON SALSÀ VERDE					BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO					COTOLETTA DI MAIALE					FORMAGGIO					SPAGHETTI AL RAGù DI PESCE				
Uovo intero	50	50	60	60	Pesce misto*	35-50	70	90	150	Lombo di maiale	40	50	80	100	Asiago	20	30	50	70	Pasta di semola	25-40	50	80	80/100
Tonno (no nido)	/	8	9	10	Pangrattato	4	5	6	7	Pangrattato	5	7	8	9	Caciotta	20	30	50	70	Polpa di pomodoro	50	55	60	65
Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3	Olio EVO	2	2,5	3	4	Uovo pastorizz.	7	8	9	10	Grana Padano	20	20	30	50	Pesce misto*	25	35	40	75
Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Olio EVO	2	3	4	6	Mozzarella	30	40	70	100	Cipolla	2	3	3	4
Olio EVO	5	6	7	8	Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Squacquerone	30	40	70	100	Olio EVO	0,5	0,5	0,8	1
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.						Stracchino	30	40	70	100	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
																				Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
																				Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
					§§PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO															§§SPAGHETTI AL RAGù BIANCO DI VONGOLE				
																				§§ SEPPIA CON PATATE/PISELLI				
VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					VERDURE COTTE CON SALSÀ AI CAPPERI					INSALATA MISTA					VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdure fresc/ Verdure* (sedano)	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdure/Verdure*	70-80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Capperi	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	8	10	12	15
										Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.						Frutta a guscio	5	5	10	15
										Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2						Olio EVO	2	3	4	5
																				Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PIADINA/FORNARINA	20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

21	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	22	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	23	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	24	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	25	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
RISO ALLO ZAFFERANO					PASTA DI SEMOLA ALL'ORTOLANA INVERNALE					PASSATO DI VERDURA CON PASTINA					FUSILLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA					ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Riso	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	20	30	40	50/40	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200
Carote	2	2	4	6	Pomodoro	35	40	45	50	Verdure miste* (sedano)	50	60	80	100	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	3	4	5	7
Cipolla	2	2	2,5	3	Carote	13	15	18	20	Carote	2	5	5	6	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Sedano	1	1	1,5	2	Porro fresco	8	8,5	9	10	Cipolla	2	4	4	5	Parmig. / Grana	5	6	8	10					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Cavolfiore	4	5	6	8	Sedano	1	3	3	4										
Zafferano	QB	QB	QB	QB	Sedano	3	4	5	6	Olio EVO	2	3	3	4										
Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2										
Parmig. / Grana	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Parmig. / Grana	5	5	5	10										
					Parmig./ Grana	5	5	5	10															
§§ CREMA DI VERDURE CON ORZO/RISO (NIDO)																								
BURGER DI PESCE CON SALSA AL PREZZEMOLO					POLPETTE DI CARNE E VERDURE					PIZZA MARGHERITA					BOCCONCINI DI POLLO ALLA CACCIATORA					CAPPELLETTI/RAVIOLI/CANN ELLONI CON RAGÙ DI LENTICCHIE E PISELLI				
Pesce*	40	60	80	120	Carne (bovino/pollo/ tacchino...)	30	35	45	55	Farina di grano	35	50	65	65	Pollo	40	50	80	100	Cappelletti*/Ravioli*	60	80	120	160
Patate	16	18	20	22						Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Olio EVO	4	5	6	7	Cannelloni*	60	90	120	150
Uovo pastorizz.	8	10	15	20	Ricotta	10	15	20	25	Mozzarella	20	25	38	50	Sale Profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Pomodoro	25	30	35	40
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Bieta	15	20	30	40	Olio EVO	3	4	5	6	SALSA					Carote	3	3,5	4	5
SALSA AL PREZZEMOLO					Uovo	3	4	5	6	Lievito Secco	2	3	4	4	Polpa di pomodoro	35	40	45	50	Cipolla	2	2	2,5	3
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Parmigiano/Grana	2	3	4	5	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Carote	6	6	6	6	Sedano	1	1	1,5	2
Olio EVO	2	2,5	3	4	Olio evo	1	2	3	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Cipolla	1	2	2	2	Lenticchie secche	10	15	18	20
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Sale iodato	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sedano	1	1,5	2	2	Piselli*	10	15	18	20
Sale IODATO	0,2	0,2	0,3	0,4											Olio EVO	1	1,2	1,5	2	Olio EVO	2	2	3	3
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.											Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
§§ BURGER DI PESCE CON KETCHUP/ PESCE GRATINATO																								
															§FETTINA ALLA PIZZAIOLA					§§CAPPELLETTI/RAVIOLI/CANNELLONI CON SALSA ROSATA				
VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					MACEDONIA DI VERDURA				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdure fresc/ Verdure* (sedano)	70-80	120	150	200	Verdure miste/ Verdure* (sedano)	60	70	90	110
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Frutta a guscio	5	5	10	15	Olio EVO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	/	/	/	/	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

26	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	27	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	28	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	29	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	30	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA					RISO AL POMODORO E VERDURE					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					CREMA DI ZUCCA CON CROSTINI/PASTINA INTEGRALE					PENNE AL POMODORO				
<i>Pasta di semola</i>	20	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	<i>Pasta di semola integra</i>	25	30	40	50/40	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80
Pomodoro	10	12	14	16	Polpa di pomodoro	30	35	40	45	Olio EVO	3	4	5	7	Zucca	20	30	40	45	Polpa di pomod	40	45	50	55
Carote	8	10	11	12	Verdure miste fr/verd*	20	25	35	45	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Patate	20	30	40	45	Carote	20	25	30	35
Cipolla	5	6	7	8	Carote	10	15	20	25					Carote	5	6	7	8	Cipolla	3	5	6	7	
<i>Sedano</i>	3	4	4	5	Cipolla	2	3	4	5					Cipolla	3	3	3	3,5	<i>Sedano</i>	1	2	2	2,5	
Olio EVO	1	1	2	3	<i>Sedano</i>	5	6	7	8					<i>Sedano</i>	2	2	2,5	3	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4					Olio EVO	2	2	2,5	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	
<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10	
					<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10					<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10						
															GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE (P.S.)									
ARISTA DI MAIALE AL FORNO					ROTOLO DI FRITTATA					SEDANINI AL RAGù POLLO/TACCHINO/CONIG LIO E BESCIAPELLA GRATINATI					PESCE AZZURRO GRATINATO CON FRUTTA A GUSCIO					BURGER DI CECI				
Lonza di suino	40	50	80	100	<i>Uovo pastorizz.</i>	40	40	50	50	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	80/100	<i>Pesce azzurro</i>	40	55	80	130	Ceci secchi	12	20	30	45
Sale profumato	0,2	0,3	0,3	0,3	<i>Latte</i>	5	10	18	18	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	<i>Pangrattato</i>	4	5	6	7	Patate	20	25	30	35
SALSA					<i>Parmig. / Grana</i>	2	3	4	5	Pollo/tacchino/coniglio	18	25	40	50	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	<i>Uovo</i>	6	7	8	9
Carota	1,5	2	2,5	3	<i>Mozzarella/Asiago/ Mantasin</i>	5	10	15	15	Carote	3	4	5	6	<i>Mandorle tostate</i>	5	5	10	15	<i>Ricotta di mucca</i>	7	8	9	10
Cipolla	1	1	2	2						Cipolla	2	2	2,5	3	Olio EVO	2	2,5	3	4	<i>Pangrattato</i>	0,8	1	1,2	1,4
<i>Sedano</i>	0,3	0,4	0,5	1	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<i>Sedano</i>	1	1	1,5	2	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Olio EVO	2	2,5	3	3
<i>Farina di grano</i>	1	2	3	4						Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio EVO	3	4	5	7						<i>Latte</i>	20	30	35	40	Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Aglio	QB	Q.B.	Q.B.	Q.B.						<i>Farina di grano</i>	2	3	5	6										
										<i>Parm. / Grana</i>	5	6	7	10	§§PESCE GRATINATO CON FR A GUSCIO					§§ HUMMUS DI CECI				
					§§FRITTATA CON VERDURE					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3	§§POLPETTE DI PESCE AL POMODORO					§§FALAFEL DI CECI E ZUCCA				
										Noce Moscata	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.										
PURE' DI PATATE					VERDURA CRUDA E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA GRATINATA					VERDURA CRUDA					VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO				
Patate	60	120	140	160	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura/Verdura* (<i>sedano</i>)	80	100	150	200	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdure fresc/ Verdure* (<i>sedano</i>)	80	100	150	200
<i>Latte</i>	7	9,5	11	12	Olio EVO	4	4	5	7	<i>Pangrattato</i>	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7					
<i>Parmigiano</i>	4	6	7	9	<i>Frutta a guscio</i>	5	5	10	15	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	3	4	5	7
Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2						Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
§ PURE' PATATE E CAROTE										Olio EVO	2	3	4	5						§§VERDURA CRUDA PER HUMMUS				
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

31	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	32	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	33	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	34	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	35	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
PIPE/SEDANINI AL POMODORO					PENNETTE ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PASSATO DI LEGUMI E VERDURE MISTE CON ORZO/FARRO					RISO ALLA PARMIGIANA				
<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	<i>Orzo/Farro</i>	20	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80
Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	3	4	5	7	Fagioli	15	25	40	40	<i>Latte</i>	8	9	10	11
Carote	20	25	30	35	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Piselli*	12	15	18	20	<i>Brodo vegetale (sedano)</i>	QB	QB	QB	QB
Cipolla	3	5	6	7	<i>Parmig. / Grana</i>	5	6	8	10						Verdure/Verdure miste*	15	20	25	30	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2
<i>Sedano</i>	1	2	2	2,5											Carote	4	5	5	5	<i>Parmig. / Grana</i>	5	6	8	10
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4											Cipolla	3	4	4	4					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2											<i>Sedano</i>	2	3	3	3					
<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10											Olio EVO	2	3	3	3					
															Sale IODATO	1	1	1,5	1,5					
															<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10					
					BRODO VEGETALE CON PASTINA (N.)																			
FORMAGGIO					COTOLETTA DI PESCE					CAPPELLETTI IN BRODO VEGETALE					PIZZA AL POMODORO					POLPETTE DI MANZO AL POMODORO				
<i>Asiago</i>	20	30	50	70	<i>Pesce*</i>	35-50	70	90	150	<i>Cappelletti*</i>	50	70	110	130	<i>Farina di grano</i>	35	50	65	65	Vitellone/manzo	30	40	70	80
<i>Caciotta</i>	20	30	50	70	<i>Pangrattato</i>	7	10	12	15	Pomodoro	10	12	14	16	Polpa di pomodoro	30	35	45	45	<i>Uovo pastorizz.</i>	5	6	7	8
<i>Grana Padano</i>	20	20	30	50	<i>Uovo pastorizz.</i>	5	6	7	9	Carote	8	10	11	12	Olio EVO	3	4	5	6	<i>Patate</i>	4	6	8	10
<i>Mozzarelline</i>	30	40	70	100	Olio EVO	4	5	6	8	Cipolla	5	6	7	8	Lievito Secco	2	3	5	6	<i>Parmig. / Grana</i>	5	6	7	8
<i>Squacquerone</i>	30	40	70	100	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<i>Sedano</i>	3	4	4	5	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	2	2,4	3,6	4
<i>Stracchino</i>	30	40	70	100						Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3
										Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2						Olio EVO	0,3	0,5	0,6	0,7
										<i>Parmig. / Grana</i>	5	6	7	8						Pomodoro	40	45	50	55
																				Carote	1	2	2	3
																				Cipolla	1	2	2	3
					§§ BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATO					§§PASSATELLI IN BRODO DI VERDURE										§§POLPETTE CARNE E VERDURE				
INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA CRUDA					PATATE AL FORNO					VERDURA CRUDA					FAGIOLINI ALL'OLIO EVO				
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Patate	80	150	200	250	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Fagiolini*	80	100	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	3	4	5	7
<i>Frutta a guscio</i>	5	5	10	15	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB																				
										§§ PATATE PREZZEMOLATE														
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	//	//	//	//	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (autunno/inverno)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

36	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	37	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	38	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	39	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti	40	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/Ad ulti
PASTA DI SEMOLA POMODORO E RICOTTA					BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA					RISO ALLO ZAFFERANO					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PASSATO DI LEGUMI CON CROSTINI/PASTINA (I)				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	20	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	Pasta di semola/Crostini	20	30	40	50/40
Polpa di pomodoro	30	35	40	45	Pomodoro	10	12	14	16	Carote	2	2	4	6	Olio EVO	3	4	5	7	Legumi secchi	15	25	40	40
Ricotta	5	10	15	15	Carote	8	10	11	12	Cipolla	2	2	2,5	3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Carote	5	5	6	7
Latte	3	4	5	6	Cipolla	5	6	7	8	Sedano	1	1	1,5	2					Salvia	3	4	5	5	
Carote	5	6	7	8	Sedano	3	4	4	5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					Rosmarino	3	4	5	5	
Cipolla	1,5	2	2	2,5	Olio EVO	1	1	2	3	Zafferano	QB	QB	QB	QB					Cipolla	2	3	4	5	
Sedano	1	2	2	2,5	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB					Sedano	2	3	3	4	
Olio EVO	4	5	6	7	Parmig./ Grana	5	5	5	10	Parmig. / Grana	5	5	5	10					Olio EVO	2	2	3	3	
Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2															Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	
Parmig./ Grana	5	5	5	10															Parmig. / Grana	5	5	5	10	
§§ PASTA DI SEMOLA RICOTTA E RADICCHIO																			§§PASTA E FAGIOLI (P.S.)					
UOVO SODO CON SALS VERDE					COTOLETTA DI MAIALE					PESCE GRATINATO AL FORNO CON OLIVE E CAPPERI					STRIGOLI AL RAGÙ DI CARNI BIANCHE					CROCCHETTE DI VERDURA				
Uovo intero	50	50	60	60	Lombo di maiale	40	50	80	100	Pesce *	35-50	70	80-100	150	Strigoli surgelati	35-50	70	90	100	Verdura cotta	40	45	50	55
Tonno (no nido)	/	8	9	10	Pangrattato	5	7	8	9	Pangrattato	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	30	40	50	55	Ricotta vaccina	10	15	20	25
Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3	Uovo pastorizz.	7	8	9	10	Olio EVO	2	2,5	3	4	Pollo/tacchino/coniglio	18	25	40	50	Patate	15	25	30	40
Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5	Olio EVO	2	3	4	6	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Carote	3	4	5	6	Uovo pastorizz.	5	6	7	8
Olio EVO	5	6	7	8	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Cipolla	2	2	2,5	3	Pangrattato	3	4	6	8
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.						Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sedano	1	1	1,5	2	Parm. / Grana	8	10	12	14
										Olive	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	1	1	2	3	Olio EVO	2	2	2,5	3,8
										Capperi	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3
															Parm. / Grana	5	6	7	9					
§§ SFORNATO CON VERDURE										§§PESCE AZZURRO GRATINATO CON OLIVE E CAPPERI														
VERDURA CRUDA					PURE' DI PATATE E ZUCCA					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO					INSALATA MISTA				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Patate	40	80	100	110	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdure/Verdure*	80	100	150	200	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	4	4	5	7	Zucca/Carote	20	30	40	50	Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Latte	7	10	11	12	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	8	10	12	15	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
					Parmigiano	4	6	7	9						Frutta a guscio	5	10	15	20					
					Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,3						Olio EVO	2	3	4	5					
					§§PURE' PATATE										Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,2					
PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50	PANE/P SEMI INT (N)/ PANE INTEGR. (I.P.S.)	15-20	40	50	50
FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150	FRUTTA FRESCA	100	100	150	150