

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (primavera/estate)

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/ Adulti	3	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	4	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	5	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti
PASSATO DI VERDURA CON ORZO/FARRO					RISO ALLO ZAFFERANO					SEDANINI AL POMODORO E BASILICO					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PASTA DI SEMOLA AL PESTO ALLA GENOVESE				
Orzo/Farro	25	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80
Verdure /Verdure miste* (sedano)	50	60	80	100	Carote	2	2	4	6	Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	5	6	7	8
Carote	2	5	5	6	Cipolla	2	2	2,5	3	Carote	20	25	30	35	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Basilico	5	6	7	8
Cipolla	2	4	4	5	Sedano	1	1	1,5	2	Cipolla	3	5	6	7					Prezzemolo	2	3	4	5	
Sedano	2	4	4	5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sedano	1	2	2	2,5					Pinoli/Mandorle	5	5	10	15	
	1	3	3	4	Zafferano	QB	QB	QB	QB	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	
Olio EVO	2	3	3	4	Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB	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	Basilico	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.										
Parmig. / Grana	5	5	5	10						Parmig. / Grana	5	5	5	10										
PIZZA MARGHERITA					POLPETTE DI TACCHINO					BOCCONCINI MISTI DI PESCE GRATINATI AL FORNO CON OLIVE					TAGLIATELLE AL RAGÙ DI MANZO					FRITTATA AL FORNO CON VERDURE				
Farina di grano	35	50	65	65	Tacchino	25-30	40	70	80	Pesce misto*	35-50	70	90	150	Tagliatelle secche all'uovo	25-40	50	80	100/80	Uovo pastorizz.	50	50	60	60
Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Uovo pastorizz.	5	6	7	8	Pangrattato	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Latte	10	10	20	20
Mozzarella	20	25	38	50	Patate	4	6	8	10	Olio EVO	2	2,5	3	4	Manzo	18	25	40	50	Verdure*	10	15	20	25
Olio EVO	3	4	5	6	Parmig. / Grana	5	6	7	8	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Carote	3	3,5	4	5	Prezzemolo	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Lievito Secco	2	3	4	4	Olio EVO	2	2,4	3,6	4	Olive	QB	QB	QB	QB	Cipolla	2	2	2,5	3	Parmig. / Grana	4	5	7	9
Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Sedano	1	1	1,5	2	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Pomodoro	40	45	50	55	Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	1	1	2	3	Olio EVO	4	5	6	7
					Carote	1	2	2	3	Olive	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3					
					Cipolla	1	2	2	3						Parmig./ Grana	5	5	5	10					
VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO					PATATE AL FORNO					MACEDONIA DI VERDURE E PISELLI				
Verdura fresca di stagi	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	Patate	80	150	200	250	Verdure miste (zucch/spin/peper)-	70-80	120	150	200
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Verdure* (sedano)				
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Frutta a guscio	5	10	15	20	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Piselli*	15	25	30	45
										Sale IODATO	QB	QB	QB	QB						Olio EVO	4	4	5	7
																				Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
FRUTTA FRESCA	/	/	/	/	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
	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 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

6	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	7	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	8	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	9	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	10	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti
FUSILLI INTEGRALI AL POMODORO (I.P)					CASERECE/ GNOCCHETTI SARDI ALL'OLIO EVO					RISO/ORZO CON POMODORO E LEGUMI					MEZZE PENNE CON SALSA ROSATA (I.P)					ANTIPASTO VERDURE CRUDE				
Pasta di semol int	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Riso/ Orzo	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200
Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Olio EVO	4	5	6	7	Polpa di pomod	40	45	50	55	Polpa di pomod	40	45	50	55	Olio EVO	3	4	5	7
Carote	20	25	30	35	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Legumi secchi	12	15	18	20	Latte	10	11	12	14	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
Cipolla	3	5	6	7	Parmig. / Grana	6	7	8	10	Carote	3	4	5	6	Carote	3	3	4	5					
Sedano	1	2	2	2,5						Cipolla	1,5	2	2	2,5	Cipolla	2	2	2	2,5					
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4						Sedano	1	2	2	2,5	Sedano	1,5	1,5	2	3					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2						Olio EVO	0,8	1	1,2	1,4	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	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
										Parmig. / Grana	5	5	5	10	Parmig. / Grana	5	5	5	10					
FUSILLI AL POMODORO (N.)															BRODO VEGETALE CON PASTINA (N.)									
§§CIOUS COUS CON VERDURE																								
BOCCONCINI DI POLLO AL LIMONE					COTOLETTA DI PESCE AL FORNO					BURGER DI VERDURA					MOZZARELLA					SEDANINI/STRIGOLI ALLA PESCATORA				
Pollo	30-40	50	80	100	Pesce*	35-50	70	80-100	150	Verdure/Verdure*	40	45	50	55	Mozzarelline	30	40	70	100	Pasta di semola O Strigoli surgelati	25-40	50	80	100/80
Olio EVO	4	5	6	7	Pangrattato	7	10	12	15	Ricotta vaccina	10	15	20	25						35-50	70	90	100	
Sale Profumato	Q.B.	0,1	0,1	0,2	Uovo pastorizz.	5	6	7	9	Patate	15	25	30	40										
SALSA					Olio EVO	4	5	6	8	Uovo pastorizz.	8	10	12	14						Pomodoro	40	45	50	55
Farina di grano	2	2	3	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Parm. / Grana	8	10	12	14						Pesce misto*	15-25	30	40	75
Carote	2,5	3,2	3,4	4,5						Pangrattato	2	4	6	8						Olio EVO	3	4	5	6
Cipolla	1,5	1,6	1,8	3						Olio EVO	2	2	2,5	3,8						Sale IODATO	0,1	0,1	0,1	0,1
Succo di limone	0,5	1	1,2	2						Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						Prezzemolo	0,4	0,4	0,5	0,5
Sedano	0,3	0,4	0,4	0,5																Aglio	QB	QB	QB	QB
Sale Profum IODATO	Q.B.	0,1	0,1	0,2																				
					§§PESCE AZZURRO GRATINATO										BRODO VEGETALE CON PASTINA (N)									
VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					VERDURA CRUDA					INSALATA MISTA					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA CON PARMIGIANO E FR A GUSCIO				
Verdure fresc/ Verdure* (sedano)	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdure/Verdure*	70-80	120	150	200
Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	8	10	12	15
					VERDURA CRUDA O COTTA (N.)										VERDURA CRUDA O COTTA (N.)					Frutta a guscio	5	5	10	15
																				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	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 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

11	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	12	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	13	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	14	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	15	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti
GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PASTA DI SEMOLA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO					RISO AL POMODORO E MELANZANE					PASSATO DI LEGUMI CON PASTINA DI SEMOLA				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Riso	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25	30	40	50/40
Olio EVO	5	6	7	8	Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Polpa di Pomod	40	45	50	55	Legumi misti secchi	15	25	40	40
Basilico	0,5	1	1	2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Melanzane	15	15	20	25	Carote	5	5	6	7
Erba Cipollina	0,5	1	1	2						Parmig. / Grana	6	7	8	10	Carote	4	4	5	6	Salvia	3	4	5	5
Prezzemolo	QB	QB	QB	QB											Cipolla	2	2	2	2,5	Rosmarino	3	4	5	5
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2											Olio EVO	1	1	1,2	1,4	Cipolla	2	3	4	5
Parmig. / Grana	5	5	5	10											Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sedano	2	3	3	4
															Basilico	0,2	0,2	0,3	0,3	Olio EVO	2	2	3	3
															Parmig. / Grana	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
																				Parmig./ Grana	5	5	5	10
PESCE GRATINATO AL FORNO					PASTA ALL'UOVO RIPIENA AL RAGù DI MANZO					UOVO SODO CON SALSA VERDE					SVIZZERA DI POLLO AL FORNO					PIZZA AL POMODORO				
Pesce*	35-50	70	80-100	150	Pasta ripiena all'uovo	40-60	80	120	160	Uovo intero	50	50	60	60	Carne di pollo	30-40	50	80	100	Farina di grano	35	50	65	65
Pangrattato	4	5	6	7	Polpa di pomodoro	40	45	50	55	Tonno	/	8	9	10	Patate	4	6	8	10	Polpa di pomodoro	30	35	45	45
Parmigiano	2	3	4	5	Manzo	15-20	25	40	50	Capperi	0,2	0,2	0,2	0,3	Olio EVO	1	2	3	5	Olio EVO	3	4	5	6
Olio EVO	2	2,5	3	4	Carote	3	3,5	4	5	Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Lievito Secco	2	3	5	6
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Cipolla	2	2	2,5	3	Olio EVO	5	6	7	8	BRODO					Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sedano	1	1	1,5	2	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Carote	10	12	14	14	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	1	1	2	3						Sedano	6	7	8	8					
					Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						Cipolla	6	7	8	8					
					Parmig./ Grana	5	5	5	10															
§§POLPETTINE DI PESCE AL POMODORO										(N) UOVO SODO CON SALSA VERDE (NO TONNO)														
VERDURA CRUDA					PATATE AL FORNO					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA AL FORNO					INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Patate	80	150	200	250	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca/ Verdura* (sedano)	70-80	120	150	200	Verdura fresca a foglia	15/20	40	50	80/50
Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	5	6	7	Olio EVO	4	4	5	7	Pangrattato	1	1,5	2	3	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Parmigiano	2	3	4	5	Frutta a guscio	5	5	10	15
															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.)	/	/	/	/
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 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

16	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	17	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	18	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	19	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	20	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	
GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO E PISELLI (I.P.)					PASTA DI SEMOLA AL PESTO ALLA GENOVESE					PENNE INTEGRALI ALL'ORTOLANA ESTIVA					BRODO VEGETALE CON PASTINA DI SEMOLA					RISO E ZUCCHINE/ ASPARAGI					
<i>Gnocchi di patate</i>	100	130	160	180	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta di semola integr</i>	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta di semola</i>	15-25	30	40	50/40	Riso	25-40	50	80	100/80	
Polpa di pomod	30	35	40	45	Olio EVO	5	6	7	8	Polpa di pomod	35	40	45	50	Pomodoro	10	12	14	16	Zucchine/Asparagi	25	30	35	40	
Piselli*	25	35	45	50	Basilico	5	6	7	8	Carote	3	4	5	6	Carote	8	10	11	12	Cipolla	3	3	4	5	
Carote	5	6	7	8	Prezzemolo	2	3	4	5	Cipolla	2	3	4	5	Cipolla	5	6	7	8	Olio EVO	4	5	6	7	
<i>Sedano</i>	5	6	7	8	<i>Pinoli/Mandorle</i>	5	5	10	15	Melanzane	12	15	20	22	<i>Sedano</i>	3	4	4	5	<i>Brodo vegetale</i>	QB	QB	QB	QB	
Cipolla	1,5	1,5	2	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Peperoni	10	12	15	16	Olio EVO	1	1	2	3	Sale IODATO	1	1,5	2	2	
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,2	Sale IODATO	QB	QB	0,1	0,2	<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10	
<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10						Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,4	<i>Parmig./ Grana</i>	5	5	5	10						
										<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10											
§GNOCCHETTI SARDI CON POMODORO E PISELLI (N.I.P.)										PENNETTE ALL'ORTOLANA ESTIVA (N.)															
BURGER DI VERDURA					PESCE AZZURRO GRATINATO					POLPETTE DI CARNE E VERDURE					PIZZA MARGHERITA					ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE					
	Verdure/Verdure*	40	45	50	55	<i>Pesce azzurro</i>	40	55	80	130	Carne (bovino/pollo/ tacchino...)	30	35	45	55	<i>Farina di grano</i>	35	50	65	65	Tacchino	30-40	50	80	100
	<i>Ricotta vaccina</i>	10	15	20	25	<i>Pangrattato</i>	4	5	6	7					Polpa di pomodoro	30	35	45	45	Carote	10	15	20	25	
	Patate	15	25	30	40	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	<i>Ricotta</i>	10	15	20	25	<i>Mozzarella</i>	20	25	38	50	<i>Sedano</i>	8	10	12	14
	<i>Uovo pastorizz.</i>	8	10	12	14	Olio EVO	2	2,5	3	4	Bieta	15	20	30	40	Olio EVO	3	4	5	6	Cipolla	4	5	6	7
	<i>Parm. / Grana</i>	8	10	12	14	Prezzemolo	2	2	2,5	3	<i>Uovo</i>	3	4	5	6	Lievito Secco	2	3	4	4	Olio EVO	2	2	3	4
	<i>Pangrattato</i>	2	4	6	8	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	<i>Parmigiano/Grana</i>	2	3	4	5	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale profumato	1	1	1,5	2
	Olio EVO	2	2	2,5	3,8	Aglione	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Olio evo	1	2	3	3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Succo di limone	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						Sale iodato	Q.B.	0,1	0,2	0,3										
						§PESCE GRATINATO																			
VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					VERDURA GRATINATA AL FORNO					VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					
Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca/ Verdura* (<i>sedano</i>)	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	
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	4	5	7	
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	
										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	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	

[illegible]

RISTORAZIONE SCOLASTICA 2025-2026 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

26	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	27	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	28	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	29	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Adulti/ Second	30	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti
RISO ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA E PARMIGIANO					PASTA DI SEMOLA AL SUGO DI TONNO					GRAMIGNA ALLE ERBE AROMATICHE					FUSILLI AL POMODORO E VERDURE ESTIVE					PASSATO DI LEGUMI E VERDURE CON PASTINA (N.I.P)				
Riso	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola		50	80	100/80	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pasta di semola	25	30	40	50/40
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Polpa di pomodoro		35	40	45	Olio EVO	5	6	7	8	Polpa di pomod	35	40	45	50	Fagioli	15	25	40	40
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Tonno	/	25	30	35	Basilico	0,5	1	1	2	Carote	3	4	5	6	Piselli*	12	15	18	20
Parmig./ Grana	6	7	8	10	Carote		15	20	25	Erba Cipollina	0,5	1	1	2	Cipolla	2	3	4	5	Verdure/Verdure miste*	15	20	25	30
					Cipolla		3	4	5	Prezzemolo	QB	0,5	0,5	1	Verdura estiva mista	25	30	35	40	Carote	4	5	5	5
					Sedano		6	7	8	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,2	Cipolla	3	4	4	4
					Olio EVO		1	1,2	1,4	Parmig. / Grana	6	7	8	10	Sale IODATO	0,1	0,2	0,3	0,4	Sedano	2	3	3	3
					Sale IODATO		Q.B.	0,1	0,2						Parmig. / Grana	5	5	5	10	Olio EVO	2	3	3	3
																				Sale IODATO	1	1	1,5	1,5
																				Parmig./ Grana	5	5	5	10
§§RISO ALLA PARMIGIANA					§§PASTA AL SUGO DI POMODORO (N.I.)															§PASTA/ORZO CON ZUCCHINE E PISELLI (I.P.)				
SPEZZATINO DI TACCHINO/POLLO					ROTOLO DI FRITTATA					ARISTA DI MAIALE AL FORNO					PESCE AZZURRO GRATINATO CON MANDORLE					FORMAGGIO				
Tacchino	40	50	80	100	Uovo pastorizz.	40	40	50	50	Lonza di suino	40	50	80	100	Pesce azzurro	40	55	80	130	Asiago	20	30	50	70
Polpa di pomodoro	20	25	30	35	Latte	5	10	18	18	Sale profumato	0,2	0,3	0,3	0,3	Pangrattato	4	5	6	7	Caciotta	20	30	50	70
Sedano	3	4	5	6	Parmig. / Grana	2	3	4	5	SALSA					Olio EVO	2	2,5	3	4	Grana Padano	20	20	30	50
Carota	3	4	5	6	Mozzarella/Asiago/Mont asio	5	10	15	15	Carota	1,5	2	2,5	3	Prezzemolo	2	2	2,5	3	Mozzarelline	30	40	70	100
Cipolla	2	3	4	5						Cipolla	1	1	2	2	Sale IODATO	QB	0,1	0,2	0,3	Squacquerone	30	40	70	100
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sedano	0,3	0,4	0,5	1	Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Stracchino	30	40	70	100
Olio EVO	4	5	6	7						Farina di grano	1	2	3	4	Mandorle tostate	5	5	10	15					
Sale IODATO	QB	QB	Q.B.	Q.B.						Olio EVO	3	4	5	7										
										Aglio	QB	Q.B.	Q.B.	Q.B.										
					§§FRITTATA CON PATATE AL FORNO					§§FETTINA DI MAIALE GRATINATA					§§ BOCCONCINI MISTI GRATINATI CON MANDORLE									
VERDURE COTTE ALL'OLIO EVO					VERDURA CRUDA					INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA				
Verdure fresc/ Verdure* (sedano)	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca a foglia	15/20	40	50	80/50	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca di stagior	20/80	40/120	50/150	70/200
Olio EVO	3	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7	Olio EVO	4	4	5	7
Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Frutta a guscio	5	5	10	15	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
										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.)	/	/	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 (primavera/estate)
Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

26	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	27	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	28	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	29	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	30	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti
GNOCCHETTI SARDI AL PESTO ALLA GENOVESE					RISO CON ZUCCHINE E PEPERONI					ANTIPASTO VERDURE CRUDE					PIPE CON POMODORO E LEGUMI					PASSATO DI VERDURE CON COUS COUS INTEG/PASTINA				
Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Riso	25-40	50	80	100/80	Verdure fresche	80	100	150	200	Pasta di semola	25-40	50	80	100/80	Pastina di semola/cous cous	25	30	40	50/40
Olio EVO	5	6	7	8	Zucchine e peperoni	25	30	35	40	Olio EVO	3	4	5	7	Polpa di pomod	40	45	50	55	Verdure /Verdure miste*	50	60	80	100
Basilico	5	6	7	8	Cipolla	3	3	4	5	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Legumi secchi	12	15	18	20	Verdure /Verdure miste* (sedano)				
Prezzemolo	2	3	4	5	Olio EVO	4	5	6	7						Carote	3	4	5	6					
Pinoli/Mandorle	5	5	10	15	Brodo vegetale	QB	QB	QB	QB						Cipolla	1,5	2	2	2,5	Carote	2	5	5	6
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Sale IODATO	1	1,5	2	2						Sedano	1	2	2	2,5	Cipolla	2	4	4	5
Parmig. / Grana	6	7	8	10	Parmig. / Grana	5	5	5	10						Olio EVO	0,8	1	1,2	1,4	Sedano	1	3	3	4
															Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	Olio EVO	2	3	3	4
															Parmig. / Grana	5	5	5	10	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
																				Parmig. / Grana	5	5	5	10
PESCE GRATINATO AL FORNO					POLLO GRATINATO AL FORNO					PASSATELLI ASCIUTTI CON DADOLATA DI VERDURE					BURGER DI VERDURA					PIZZA MARGHERITA				
Pesce*	35-50	70	80-100	150	Pollo	40	50	80	100	Uovo pastorizz.	25-50	50	60	60	Verdure/Verdure*	40	45	50	55	Farina di grano	35	50	65	65
Pangrattato	4	5	6	7	Pangrattato	4	5	6	7	Pangrattato	10	20	20	40	Ricotta vaccina	10	15	20	25	Polpa di pomodoro	30	35	45	45
Parmigiano	2	3	4	5	Farina di mais	2	2	4	4	Parmigiano	15-30	30	40	40	Patate	15	25	30	40	Mozzarella	20	25	38	50
Olio EVO	2	2,5	3	4	Olio EVO	1	1	2	3	Succo di limone	0,5	0,6	0,7	0,8	Uovo pastorizz.	8	10	12	14	Olio EVO	3	4	5	6
Prezzemolo	2	2	2,5	3	Sale profumato	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	Q.B.	0,2	0,3	0,4	Parm. / Grana	8	10	12	14	Lievito Secco	2	3	4	4
Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3						Noce Moscata	Q.B.	Q.B	QB	Q.B.	Olio EVO	2	2	2,5	3,8	Origano	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
Aglio	QB	QB	Q.B.	Q.B.						Verdure miste*	20	25	28	30	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3	Sale IODATO	Q.B.	0,1	0,2	0,3
										Olio EVO	4	5	6	7										
										Sale IODATO	QB	QB	Q.B.	Q.B.										
§§COTOLETTA DI PESCE										§§RAVIOLI CON DADOLATA DI VERDURE §§RAVIOLI/MEZZELUNE OLIO EVO E SALVIA														
VERDURA CRUDA					VERDURA CRUDA					PATATE AL FORNO					INSALATA MISTA E FRUTTA A GUSCIO					INSALATA MISTA				
Verdura fresca di stagione	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 stagione	20/80	40/120	50/150	80/200	Verdura fresca di stagione	20/80	40/120	50/150	80/200
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	4	4	5	7
Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB	Sale profumato	0,1	0,2	0,3	0,3	Frutta a guscio	5	5	10	15	Sale IODATO	QB	QB	QB	QB
															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.)	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.)	//	//	//	//
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 (primavera/estate)

Tabella dietetica con grammature di riferimento dei principali alimenti

36	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	37	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	38	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	39	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti	40	Nido 1-3 anni	Infanzia	Primaria	Secon/ Adulti
RISO AL POMODORO E BASILICO					PASSATO DI LEGUMI E VERDURE CON PASTINA					PENNE INTEGRALI AL POMODORO E BASILICO					SEDANINI RICOTTA E BASILICO					GRAMIGNA ALL'OLIO EVO E PARMIGIANO				
Riso	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta semola/Crostini</i>	25	30	40	50/40	<i>Pasta di semola integri</i>	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80	<i>Pasta di semola</i>	25-40	50	80	100/80
Polpa di pomod	30	35	40	45	Fagioli	15	25	40	40	Polpa di pomodoro	30	35	40	45	<i>Ricotta vaccina</i>	5	10	15	20	Olio EVO	4	5	6	7
Carote	10	15	20	25	Piselli*	12	15	18	20	Carote	10	15	20	25	Olio EVO	4	5	6	7	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2
Cipolla	2	3	4	5	Verdure/Verdure miste*	15	20	25	30	Cipolla	2	3	4	5	Basilico fresco	4	5	6	7	<i>Parmig. / Grana</i>	6	7	8	10
<i>Sedano</i>	5	6	7	8	Carote	4	5	5	5	<i>Sedano</i>	5	6	7	8	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2					
Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	Cipolla	3	4	4	4	Olio EVO	0,5	1	1,2	1,4	<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10					
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2	<i>Sedano</i>	2	3	3	3	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,1	0,2										
Basilico	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Olio EVO	2	3	3	3	Basilico	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.										
<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10	Sale IODATO	1	1	1,5	1,5	<i>Parmig. / Grana</i>	5	5	5	10										
§§RISO CON VERDURE					<i>Parmig./ Grana</i>	5	5	5	10															
FORMAGGIO					UOVO SODO CON SALSA VERDE					ARROSTO DI TACCHINO AL LIMONE					POLPETTINE DI PESCE CON POMODORO					POLLO ALLA CACCIATORA				
<i>Asiago</i>	20	30	50	70	<i>Uovo intero</i>	50	50	60	60	Tacchino	40	50	80	100	<i>Pesce misto*</i>	30-40	60	70	120	Pollo	40	50	80	100
<i>Caciotta</i>	20	30	50	70	<i>Tonno</i>	/	8	9	10	Carote	10	15	20	25	Patate	15	20	30	40	Olio EVO	4	5	6	7
<i>Grana Padano</i>	20	20	30	50	<i>Capperi</i>	0,2	0,2	0,2	0,3	<i>Sedano</i>	8	10	12	14	<i>Uovo</i>	4	6	10	12	Sale Profumato	0,1	0,2	0,3	0,3
<i>Mozzarella</i>	30	40	70	100	Prezzemolo	0,2	0,2	0,4	0,5	Cipolla	4	5	6	7	Porro	0,5	0,5	1	2	Polpa di pomodoro	35	40	45	50
<i>Squacquerone</i>	30	40	70	100	Olio EVO	5	6	7	8	Olio EVO	2	2	3	4	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Carote	6	6	6	6
<i>Stracchino</i>	30	40	70	100	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale profumato	1	1	1,5	2	Polpa di pomodoro	15	20	25	35	Cipolla	1	2	2	2
										Succo di limone	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Aglio	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	<i>Sedano</i>	1	1,5	2	2
					(N) UOVO SODO CON SALSA VERDE (NO TONNO)										Basilico	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Aglio e Rosmarino	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
															Olio EVO	4	5	6	7	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.
															Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	0,2	0,3					
															§§PESCE AZZURRO GRATINATO AL FORNO									
INSALATA MISTA					INSALATA VERDE E FRUTTA A GUSCIO					VERDURA GRATINATA AL FORNO					VERDURA CRUDA					FAGIOLINI ALL'OLIO EVO				
Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Verdura fresca a foglia	15/20	40	50	80/50	Verdura fresca/ Verdura* (<i>sedano</i>)	70-80	120	150	200	Verdura fresca di stagio	20/80	40/120	50/150	70/200	Fagiolini*	70-80	120	150	200
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	3	4	5	7
Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	<i>Frutta a guscio</i>	5	5	10	15	<i>Parmigiano</i>	2	3	4	5	Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Sale IODATO	0,1	0,1	0,2	0,2
					Sale IODATO	Q.B.	Q.B.	Q.B.	Q.B.	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	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