



Registro allergeni presenti nei piatti
MENU' ESTIVO

INFANZIA- PRIMARIA
SCUOLA GESU LAVORATORE



Nome piatto

Cereali
con glutine

Crostacei

Uova

Pesce

Arachidi

Soia

Latte

Frutta a
guscio

Sedano

Senape

Sesamo

Lupini

Molluschi

Solfiti



Primi

Crema di zucchine																
Formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato						P										
Insalata di orzo con verdure	P				T		T	P			T					P
Insalata di pasta con pomodoro fresco, mozzarella, olive e origano	P		T		T	P										
Insalata di riso con verdure								P								P
Olio extravergine di oliva																
Pasta al pesto di zucchine	P		T		T	P										
Pasta al pomodoro	P		T		T											
Pasta al pomodoro e olive	P				T											
Pasta al pomodoro e tonno	P			P	T			P								
Pasta al ragù di carne bianca	P		T		T			P								
Pasta all'olio extravergine d'oliva	P		T		T											
Pasta alla carbonara di verdure	P		P		T	P										
Pasta alla norma	P		T		T	P		P								
Pasta zucchine e zafferano	P		T		T											
Pizza margherita	P		T		T	P	T				T					
Risotto al pomodoro e basilico						P		P								
Risotto alla parmigiana						P										
Risotto alle erbe aromatiche						P		P								
Vellutata di carote e rosmarino						P		P								

Secondi

1/2 porzione Fontal						P										
Arrosto di tacchino freddo						P										
Coscia di pollo al forno																
Crescenza 1/2 porzione						P										
Filetto di limanda* alla pizzaiola				P				P								
Filetto di platessa* al forno				P												
Frittata al timo			P			P										
Involto di prosciutto cotto ed Edamer					T	P	T									
Mozzarella 1/2 porzione						P										
Platessa* al forno	P		P	P	T	P										
Polpette di bovino al forno	P		P		T	P	T				T					

Nome piatto



Secondi

Polpette di legumi	P		P			T	P		T		T			
Rotolo di frittata al prosciutto e formaggi			P			T	P	T						
Spezzatino di maiale alla salvia	P					T			P					
Spezzatino di pollo alle erbe aromatiche	P					T			P					
Spezzatino di tacchino alle erbe aromatiche	P					T			P					
Tonno				P										
Tortino di *piselli	P		P			T	P		T					
Tortino di *verdure	P		P			T	P							

Contorni

Biete erbette* al vapore														
Carote al forno									T					
Carote Julienne														
Carote prezzemolate														
Fagiolini* al forno							P		T					
Insalata di fagiolini*									T					
Insalata di pomodori														
Insalata verde														
Pane bianco	P		T			T		T			T			
Pane integrale	P		T			T		T			T			
Patate al forno														
Patate prezzemolate														
Spinaci* al forno							P		T					
Zucchine prezzemolate														
Zucchine trifolate														

Dessert

Budino			T			T	P							
Frutta fresca di stagione														
Gelato*	T		T		T	T	P	T						
Macedonia di frutta														
Yogurt							P							

Nome piatto

Ingredienti

Primi

Crema di zucchini	003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 35 g ^{PL} , 003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 35 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato	000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP}
Insalata di orzo con verdure	001157 - Orzo perlato/decorticato biologico (tracce di: cereali contenenti glutine,soia,frutta a guscio,sesamo) : 35 g ^{BIO} , 004238 - Verdure miste sott'olio (sedano, solfiti) : 10 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata di pasta con pomodoro fresco, mozzarella, olive e origano	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 35 g ^{BIO} , 001507 - Mozzarella biologica (latte) : 10 g ^{BIO} , 003524 - Pomodoro fresco - Prodotto locale Piemonte : 10 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000174 - Oliva Nera snocciolata : 5 g, 001274 - Oliva Verde a rondelle : 5 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata di riso con verdure	000252 - Riso Parboiled : 60 g, 004238 - Verdure miste sott'olio (sedano, solfiti) : 10 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Olio extravergine di oliva	000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g
Pasta al pesto di zucchini	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 2 g ^{DOP} , 003534 - Basilico fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta al pomodoro	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000203 - Pomodoro Pelato : 40 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta al pomodoro e olive	000194 - Pasta di Semola di grano duro (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 65 g, 000203 - Pomodoro Pelato : 25 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000174 - Oliva Nera snocciolata : 5 g, 001274 - Oliva Verde a rondelle : 5 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta al pomodoro e tonno	000194 - Pasta di Semola di grano duro (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 65 g, 000203 - Pomodoro Pelato : 25 g, 000293 - Tonno sott'olio di oliva (pesce) : 10 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta al ragù di carne bianca	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000097 - Tacchino Fesa intera refrigerata : 10 g, 000738 - Pollo Petto porzionato refrigerato : 10 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL}
Pasta all'olio extravergine d'oliva	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta alla carbonara di verdure	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 10 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 000091 - Grano tenero Tipo "oo" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 2 g, 001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 2 g ^{BIO} , 006493 - Latte UHT Intero - Prodotto locale Piemonte : 2 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta alla norma	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 70 g ^{BIO} , 000203 - Pomodoro Pelato : 10 g, 000244 - Ricotta di Vacca (latte) : 5 g, 003514 - Melanzana fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta zucchini e zafferano	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000308 - Zafferano : 5 g, 003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000091 - Grano tenero Tipo "oo" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 0.5 g, 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 0.2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Pizza margherita	003123 - Base Pizza precotta condita alla margherita refrigerata (grano, latte , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 170 g
Risotto al pomodoro e basilico	000252 - Riso Parboiled : 65 g, 000203 - Pomodoro Pelato : 25 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 000033 - Burro (latte) : 2 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g

Nome piatto

Ingredienti

Primi

Risotto alla parmigiana	002633 - Riso Thai Parboiled biologico : 65 g ^(BIO) , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 10 g ^(PL) , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^(DOP) , 003145 - Latte UHT Intero biologico : 5 g ^(BIO) , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^(PL) , 004153 - Sale : 0.1 g
Risotto alle erbe aromatiche	000252 - Riso Parboiled : 65 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^(DOP) , 000033 - Burro (latte) : 2 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^(PL) , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^(PL) , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^(PL) , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^(PL) , 004153 - Sale : 0.1 g
Vellutata di carote e rosmarino	000450 - Carota fresca : 50 g, 000196 - Patata fresca : 30 g, 000146 - Latte UHT Parzialmente Scremato : 10 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003633 - Preparato per brodo vegetale (sedano) : 0.1 g, 004153 - Sale : 0.1 g

Secondi

1/2 porzione Fontal	003825 - Fontal (latte)
Arrosto di tacchino freddo	003750 - Tacchino Fesa arrosto (latte) : 50 g
Coscia di pollo al forno	000743 - Pollo Sovracoscia refrigerata : 45 g, 000745 - Pollo Fuso refrigerato : 45 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 1 g ^(PL) , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 1 g ^(PL) , 002630 - Misto aromi per arrosti : 0.1 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.1 g ^(PL) , 004153 - Sale : 0.1 g
Crescenza 1/2 porzione	000290 - Stracchino/Crescenza (latte)
Filetto di limanda* alla pizzaiola	000104 - Platessa filetto surgelata (pesce) : 90 g, 003524 - Pomodoro fresco - Prodotto locale Piemonte : 10 g ^(PL) , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^(PL) , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^(PL) , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^(PL) , 003492 - Aglio fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^(PL) , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^(PL) , 004153 - Sale : 0.1 g
Filetto di platessa* al forno	000104 - Platessa filetto surgelata (pesce) : 90 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003492 - Aglio fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^(PL) , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.2 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Frittata al timo	001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 90 g ^(BIO) , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^(DOP) , 006493 - Latte UHT Intero - Prodotto locale Piemonte : 5 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^(PL) , 004153 - Sale : 0.1 g
Involto di prosciutto cotto ed Edamer	000229 - Prosciutto Cotto (E250, E251 , tracce di: soia, frutta a guscio) : 50 g, 003825 - Fontal (latte) : 5 g
Mozzarella 1/2 porzione	001507 - Mozzarella biologica (latte) ^(BIO)
Platessa* al forno	000104 - Platessa filetto surgelata (pesce) : 90 g, 001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 10 g ^(BIO) , 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 7 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003145 - Latte UHT Intero biologico : 5 g ^(BIO) , 004153 - Sale : 0.1 g
Polpette di bovino al forno	004482 - Bovino adulto Polpa da tritare refrigerata CO.AL.VI. - P.L. Piemonte : 60 g ^(PL) , 000203 - Pomodoro Pelato : 30 g, 003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 15 g ^(PL) , 005293 - Pane bianco poco sale (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 15 g, 003145 - Latte UHT Intero biologico : 15 g ^(BIO) , 001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 10 g ^(BIO) , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^(PL) , 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 10 g, 002610 - Grano tenero Biologico Farina Tipo "00" (tracce di: soia) : 5 g ^(BIO) , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000228 - Prezzemolo fresco : 0.1 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Polpette di legumi	003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^(PL) , 001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 15 g ^(BIO) , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 7 g ^(PL) , 001585 - Fagiolo Borlotti secco biologico (tracce di: cereali contenenti glutine,soia,sesamo) : 7 g ^(BIO) , 000054 - Ceci secchi (tracce di: cereali contenenti glutine,soia,sesamo) : 7 g, 001124 - Fagiolini surgelati (tracce di: sedano) : 7 g, 000149 - Lenticchia secca (tracce di: cereali contenenti glutine,soia,sesamo) : 7 g, 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 5 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003145 - Latte UHT Intero biologico : 2 g ^(BIO) , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.1 g, 004153 - Sale : 0.1 g, 003531 - Zucchina fresca - Prodotto locale Piemonte : 7 g ^(PL)
Rotolo di frittata al prosciutto e formaggi	001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 50 g ^(BIO) , 000229 - Prosciutto Cotto (E250, E251 , tracce di: soia, frutta a guscio) : 10 g, 000084 - Edamer (latte) : 5 g
Spezzatino di maiale alla salvia	004079 - Maiale bocconcini per spezzatino refrigerati : 70 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^(PL) , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^(PL) , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000091 - Grano tenero Tipo "00" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 2 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^(PL) , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.1 g ^(PL) , 004153 - Sale : 0.1 g

Nome piatto

Ingredienti

Secondi

Spezzatino di pollo alle erbe aromatiche	001476 - Pollo Petto intero refrigerato : 80 g , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g , 000091 - Grano tenero Tipo "00" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 2 g , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.1 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Spezzatino di tacchino alle erbe aromatiche	000097 - Tacchino Fesa intera refrigerata : 80 g , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g , 000091 - Grano tenero Tipo "00" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 2 g , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.1 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Tonno	000293 - Tonno sott'olio di oliva (pesce) : 70 g
Tortino di *piselli	001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 90 g ^{BIO} , 000215 - Pisello Fine surgelato (tracce di: sedano) : 40 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g , 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 0.2 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.2 g , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 0.2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Tortino di *verdure	001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 90 g ^{BIO} , 006493 - Latte UHT Intero - Prodotto locale Piemonte : 20 g , 003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 003514 - Melanzana fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g , 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.2 g , 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 0.2 g , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 0.2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g

Contorni

Biete erbette* al vapore	001126 - Bieta Erbetta surgelata : 80 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Carote al forno	001832 - Carota surgelata (tracce di: sedano) : 75 g , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 75 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Carote Julienne	003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 40 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Carote prezzemolate	003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.5 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Fagiolini* al forno	001124 - Fagiolini surgelati (tracce di: sedano) : 150 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 2 g ^{DOP} , 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata di fagiolini*	001124 - Fagiolini surgelati (tracce di: sedano) : 150 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata di pomodori	003524 - Pomodoro fresco - Prodotto locale Piemonte : 100 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata verde	003511 - Insalata Lattuga Romana fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 003512 - Insalata lattuga pan di zucchero fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Pane bianco	005293 - Pane bianco poco sale (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 30 g
Pane integrale	005349 - Pane integrale poco sale (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 30 g
Patate al forno	003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Patate prezzemolate	003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.5 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Spinaci* al forno	003903 - Spinaci surgelati (tracce di: sedano) : 150 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 2 g ^{DOP} , 004153 - Sale : 0.1 g
Zucchine prezzemolate	003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.5 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Zucchine trifolate	003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.5 g , 003492 - Aglio fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g








Elenco delle ricette : Primaria (7-10 anni)

Menù Infanzia "Gesù Lavoratore" comune Borso San D

Nome piatto

Ingredienti

Dessert

Budino	001263 - Budino alla vaniglia (latte , tracce di: uova,soia) : 50 g , 003101 - Budino al cacao (latte , tracce di: uova,soia) : 50 g
Frutta fresca di stagione	000014 - Arancia , 000019 - Banana , 001330 - Clementina , 003491 - Pesca fresca - Prodotto locale Piemonte  , 003515 - Mela fresca - Prodotto locale Piemonte  , 003522 - Pera fresca - Prodotto locale Piemonte 
Gelato*	004350 - Gelato vaschetta gusti misti (latte , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,arachidi,soia,frutta a guscio) , 004351 - Gelato vaschetta gusti misti (latte , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,arachidi,soia,frutta a guscio)
Macedonia di frutta	003146 - Macedonia frutta conserve : 120 g , 000151 - Limone : 7 g , 000343 - Zucchero bianco : 5 g
Yogurt	002646 - Yogurt intero gusti misti biologico (latte)  , 003284 - Yogurt magro gusti misti con probiotici biologico (latte) 

Nome piatto

Valori nutrizionali

Primi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Crema di zucchine	351 kj / 84 kcal	5.4 g	0.72 g	7.9 g	1.74 g	1.18 g	1.39 g	0.13 g
Formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato	81 kj / 19 kcal	1.41 g	0.93 g	0 g	0 g	0 g	1.68 g	0.08 g
Insalata di orzo con verdure	671 kj / 160 kcal	5.72 g	0.84 g	24.98 g	0.28 g	3.6 g	3.79 g	0.1 g
Insalata di pasta con pomodoro fresco, mozzarella, olive e origano	899 kj / 215 kcal	9.47 g	0.8 g	28.21 g	1.98 g	1.49 g	5.91 g	0.16 g
Insalata di riso con verdure	1050 kj / 251 kcal	5.41 g	0.74 g	49.08 g	0.46 g	0.68 g	4.59 g	0.11 g
Olio extravergine di oliva	188 kj / 45 kcal	5 g	0.72 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g
Pasta al pesto di zucchine	1184 kj / 283 kcal	6.48 g	1.24 g	51.51 g	2.82 g	1.82 g	7.84 g	0.14 g
Pasta al pomodoro	1250 kj / 299 kcal	6.19 g	0.87 g	56.04 g	7.35 g	3.25 g	8.1 g	0.19 g
Pasta al pomodoro e olive	1255 kj / 300 kcal	8.04 g	0.87 g	52.52 g	3.84 g	2.41 g	7.55 g	0.12 g
Pasta al pomodoro e tonno	1261 kj / 301 kcal	8.09 g	1.02 g	52.48 g	3.79 g	2.09 g	10.39 g	0.12 g
Pasta al ragù di carne bianca	1065 kj / 254 kcal	1.14 g	0.21 g	52.21 g	3.51 g	2.04 g	12.04 g	0.06 g
Pasta all'olio extravergine d'oliva	1149 kj / 274 kcal	5.91 g	0.87 g	51.42 g	2.73 g	1.76 g	7.09 g	0.1 g
Pasta alla carbonara di verdure	1377 kj / 329 kcal	7.75 g	1.9 g	58.29 g	6.34 g	3.11 g	10.06 g	0.26 g
Pasta alla norma	1283 kj / 306 kcal	6.62 g	1.22 g	56.76 g	4.32 g	2.4 g	8.47 g	0.15 g
Pasta zucchine e zafferano	1223 kj / 292 kcal	6.21 g	0.87 g	55.15 g	2.81 g	2.02 g	7.78 g	0.11 g
Pizza margherita	1929 kj / 461 kcal	9.52 g	0 g	89.93 g	21.93 g	0 g	9.52 g	0 g
Risotto al pomodoro e basilico	1279 kj / 305 kcal	8.4 g	2.63 g	53.93 g	1.28 g	0.66 g	6.89 g	0.2 g
Risotto alla parmigiana	1204 kj / 288 kcal	6.86 g	1.82 g	53.45 g	1.32 g	0.91 g	6.35 g	0.19 g
Risotto alle erbe aromatiche	1257 kj / 300 kcal	8.28 g	2.63 g	53.2 g	0.53 g	0.44 g	6.6 g	0.2 g
Vellutata di carote e rosmarino	389 kj / 93 kcal	5.57 g	0.72 g	9.69 g	4.43 g	2.03 g	1.52 g	0.22 g

Secondi

	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
1/2 porzione Fontal	529 kj / 126 kcal	10.08 g	0 g	0.48 g	0.48 g	0 g	8.48 g	0 g
Arrosto di tacchino freddo	274 kj / 66 kcal	0.7 g	0.22 g	0 g	0 g	0 g	14.8 g	0.09 g
Coscia di pollo al forno	675 kj / 161 kcal	10.4 g	1.45 g	0.14 g	0.13 g	0.04 g	16.72 g	0.27 g
Crescenza 1/2 porzione	502 kj / 120 kcal	10.04 g	0 g	0 g	0 g	0 g	7.4 g	0 g
Filetto di limanda* alla pizzaiola	520 kj / 124 kcal	6.22 g	0.89 g	1.28 g	1.26 g	0.5 g	15.9 g	0.4 g
Filetto di platessa* al forno	494 kj / 118 kcal	6.17 g	0.89 g	0.13 g	0.13 g	0.03 g	15.58 g	0.37 g
Frittata al timo	765 kj / 183 kcal	14.42 g	4.61 g	0.25 g	0.24 g	0 g	13.01 g	0.48 g
Involto di prosciutto cotto ed Edamer	516 kj / 123 kcal	8.61 g	2.55 g	0.51 g	0.51 g	0 g	10.96 g	0.81 g
Mozzarella 1/2 porzione	424 kj / 101 kcal	7.8 g	0 g	0.28 g	0.28 g	0 g	7.48 g	0.2 g

Nome piatto

Valori nutrizionali

Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Platessa* al forno	663 kj / 158 kcal	7.36 g	1.31 g	5.77 g	0.68 g	0 g	17.68 g	0.47 g
Polpette di bovino al forno	1124 kj / 268 kcal	11.24 g	2.68 g	25.84 g	2.93 g	1.35 g	17.54 g	0.43 g
Polpette di legumi	732 kj / 175 kcal	7.46 g	1.31 g	20.35 g	1.89 g	4.12 g	7.85 g	0.23 g
Rotolo di frittata al prosciutto e formaggi	433 kj / 103 kcal	7.21 g	2.97 g	0.16 g	0.16 g	0 g	9.43 g	0.45 g
Spezzatino di maiale alla salvia	658 kj / 157 kcal	8.67 g	1.93 g	4.98 g	3.46 g	1.18 g	15.04 g	0.31 g
Spezzatino di pollo alle erbe aromatiche	618 kj / 148 kcal	5.74 g	0.92 g	4.98 g	3.46 g	1.18 g	19.4 g	0.24 g
Spezzatino di tacchino alle erbe aromatiche	642 kj / 153 kcal	6.06 g	1.03 g	4.98 g	3.46 g	1.18 g	19.96 g	0.28 g
Tonno	580 kj / 139 kcal	14.35 g	1.07 g	0 g	0 g	0 g	20.39 g	0 g
Tortino di *piselli	893 kj / 213 kcal	14.41 g	4.5 g	6.18 g	0.04 g	0.09 g	15.13 g	0.61 g
Tortino di *verdure	831 kj / 199 kcal	15.03 g	4.93 g	2.2 g	1.18 g	0.28 g	13.75 g	0.49 g
Contorni	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Biete erbette* al vapore	320 kj / 77 kcal	7.07 g	1.01 g	2.24 g	2.24 g	0.96 g	1.04 g	0.12 g
Carote al forno	483 kj / 115 kcal	7.29 g	1.01 g	11.4 g	11.4 g	4.65 g	1.65 g	0.45 g
Carote Julienne	322 kj / 77 kcal	7.07 g	1.01 g	3.04 g	3.04 g	1.24 g	0.44 g	0.19 g
Carote prezzemolate	484 kj / 116 kcal	7.3 g	1.01 g	11.4 g	11.4 g	4.68 g	1.67 g	0.45 g
Fagiolini* al forno	409 kj / 98 kcal	7.71 g	1.38 g	3.6 g	3.6 g	4.35 g	3.82 g	0.13 g
Insalata di fagiolini*	377 kj / 90 kcal	7.14 g	1.01 g	3.6 g	3.6 g	4.35 g	3.15 g	0.1 g
Insalata di pomodori	343 kj / 82 kcal	7.19 g	1.01 g	3.5 g	3.5 g	2 g	1 g	0.11 g
Insalata verde	295 kj / 71 kcal	7.15 g	1.01 g	0.88 g	0.88 g	0.6 g	0.72 g	0.11 g
Pane bianco	345 kj / 83 kcal	0.15 g	0 g	19.05 g	0.6 g	1.14 g	2.43 g	0.22 g
Pane integrale	281 kj / 67 kcal	0.39 g	0 g	14.55 g	0 g	1.95 g	2.25 g	0 g
Patate al forno	798 kj / 191 kcal	8.5 g	1.01 g	26.86 g	0.6 g	2.4 g	3.16 g	0.12 g
Patate prezzemolate	798 kj / 191 kcal	8.5 g	1.01 g	26.85 g	0.6 g	2.43 g	3.17 g	0.12 g
Spinaci* al forno	440 kj / 105 kcal	7.56 g	1.38 g	4.5 g	0 g	2.7 g	4.87 g	0.34 g
Zucchine prezzemolate	333 kj / 80 kcal	7.15 g	1.01 g	2.1 g	1.95 g	1.83 g	1.97 g	0.18 g
Zucchine trifolate	333 kj / 80 kcal	7.15 g	1.01 g	2.12 g	1.97 g	1.83 g	1.97 g	0.18 g
Dessert	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Budino	473 kj / 113 kcal	2.7 g	0.8 g	19.5 g	6.5 g	0.3 g	2.45 g	0.09 g
Frutta fresca di stagione	234 kj / 56 kcal	0.16 g	0 g	12.54 g	10.96 g	2.64 g	0.84 g	0 g



markas : Elenco dei valori nutrizionali: Primaria (7-10 anni)

Menù Infanzia "Gesù Lavoratore" comune Borso San D

Nome piatto

Valori nutrizionali

Dessert	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Gelato*	397 kj / 95 kcal	3.25 g	0.88 g	15.73 g	14.91 g	0 g	1.16 g	0.04 g
Macedonia di frutta	372 kj / 89 kcal	0 g	0 g	23.15 g	23.15 g	1.33 g	0.52 g	0.01 g
Yogurt	285 kj / 68 kcal	3.5 g	1.89 g	5.06 g	5.06 g	0 g	4.5 g	0.15 g

Nome piatto



Primi

Formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato								P											
Insalata di orzo con verdure	P							T		T	P			T					P
Olio extravergine di oliva																			
Pasta al pomodoro	P			T			T												
Pasta all'olio extravergine d'oliva	P			T			T												
Pasta zucchine e zafferano	P			T			T												
Pizza margherita	P			T			T	P	T					T					
Risotto alla parmigiana								P											
Risotto alle erbe aromatiche								P			P								
Vellutata di carote e rosmarino								P			P								

Secondi

Frittata al timo				P					P										
Mozzarella 1/2 porzione									P										
Polpette di bovino al forno	P			P			T	P	T					T					
Spezzatino di maiale alla salvia	P						T				P								
Spezzatino di tacchino alle erbe aromatiche	P						T				P								
Tonno							P												
Tortino di *piselli	P			P			T	P			T								

Contorni

Biete erbette* al vapore																			
Carote Julienne																			
Fagiolini* al forno									P		T								
Insalata di fagiolini*											T								
Insalata di pomodori																			
Pane bianco	P			T			T		T					T					
Pane integrale	P			T			T		T					T					
Patate prezzemolate																			
Zucchine prezzemolate																			

Dessert

Frutta fresca di stagione																			
Yogurt									P										

Nome piatto

Ingredienti

Primi

Formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato	000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP}
Insalata di orzo con verdure	001157 - Orzo perlato/deorticato biologico (tracce di: cereali contenenti glutine,soia,frutta a guscio,sesamo) : 35 g ^{BIO} , 004238 - Verdure miste sott'olio (sedano, solfiti) : 10 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Olio extravergine di oliva	000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g
Pasta al pomodoro	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000203 - Pomodoro Pelato : 40 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta all'olio extravergine d'oliva	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Pasta zucchine e zafferano	001190 - Pasta di semola di grano duro biologica (tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia) : 65 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000308 - Zafferano : 5 g, 003531 - Zucchini fresca - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000091 - Grano tenero Tipo "oo" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 0.5 g, 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 0.2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Pizza margherita	003123 - Base Pizza precotta condita alla margherita refrigerata (grano, latte , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 170 g
Risotto alla parmigiana	002633 - Riso Thai Parboiled biologico : 65 g ^{BIO} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 10 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 003145 - Latte UHT Intero biologico : 5 g ^{BIO} , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Risotto alle erbe aromatiche	000252 - Riso Parboiled : 65 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 000033 - Burro (latte) : 2 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 2 g ^{PL} , 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Vellutata di carote e rosmarino	000450 - Carota fresca : 50 g, 000196 - Patata fresca : 30 g, 000146 - Latte UHT Parzialmente Scremato : 10 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 003633 - Preparato per brodo vegetale (sedano) : 0.1 g, 004153 - Sale : 0.1 g

Secondi

Frittata al timo	001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 90 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 006493 - Latte UHT Intero - Prodotto locale Piemonte : 5 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Mozzarella 1/2 porzione	001507 - Mozzarella biologica (latte) ^{BIO}
Polpette di bovino al forno	004482 - Bovino adulto Polpa da tritare refrigerata CO.AL.VI. - P.L. Piemonte : 60 g ^{PL} , 000203 - Pomodoro Pelato : 30 g, 003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 15 g ^{PL} , 005293 - Pane bianco poco sale (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 15 g, 003145 - Latte UHT Intero biologico : 15 g ^{BIO} , 001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 10 g ^{BIO} , 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 10 g, 002610 - Grano tenero Biologico Farina Tipo "oo" (tracce di: soia) : 5 g ^{BIO} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000228 - Prezzemolo fresco : 0.1 g, 004153 - Sale : 0.1 g
Spezzatino di maiale alla salvia	004079 - Maiale bocconcini per spezzatino refrigerati : 70 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000091 - Grano tenero Tipo "oo" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 2 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.1 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Spezzatino di tacchino alle erbe aromatiche	000097 - Tacchino Fesa intera refrigerata : 80 g, 003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 30 g ^{PL} , 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 20 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000091 - Grano tenero Tipo "oo" Farina (tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 2 g, 003533 - Aromi misti freschi - Prodotto locale Piemonte : 0.5 g ^{PL} , 003528 - Sedano fresco - Prodotto locale Piemonte : 0.1 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g
Tonno	000293 - Tonno sott'olio di oliva (pesce) : 70 g
Tortino di *piselli	001269 - Uova Intere pastorizzate biologiche : 90 g ^{BIO} , 000215 - Pisello Fine surgelato (tracce di: sedano) : 40 g, 000170 - Olio extravergine di Oliva : 5 g, 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 5 g ^{DOP} , 003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 5 g ^{PL} , 000186 - Pane grattugiato (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,soia) : 0.2 g, 000228 - Prezzemolo fresco : 0.2 g, 003499 - Cipolla fresca - Prodotto locale Piemonte : 0.2 g ^{PL} , 004153 - Sale : 0.1 g

Nome piatto

Ingredienti

Contorni

Biete erbette* al vapore	001126 - Bieta Erbetta surgelata : 80 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Carote Julienne	003496 - Carota di San Rocco Castagnaretta - Prodotto locale Piemonte : 40 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Fagiolini* al forno	001124 - Fagiolini surgelati (tracce di: sedano) : 150 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000190 - Parmigiano Reggiano DOP (latte) : 2 g ^{DOP} , 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata di fagiolini*	001124 - Fagiolini surgelati (tracce di: sedano) : 150 g , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Insalata di pomodori	003524 - Pomodoro fresco - Prodotto locale Piemonte : 100 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Pane bianco	005293 - Pane bianco poco sale (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 30 g
Pane integrale	005349 - Pane integrale poco sale (grano , tracce di: cereali contenenti glutine,uova,soia,frutta a guscio,sesamo) : 30 g
Patate prezzemolate	003518 - Patata della Bisalta - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.5 g , 004153 - Sale : 0.1 g
Zucchine prezzemolate	003531 - Zucchina fresca - Prodotto locale Piemonte : 150 g ^{PL} , 000170 - Olio extravergine di Oliva : 7 g , 000228 - Prezzemolo fresco : 0.5 g , 004153 - Sale : 0.1 g

Dessert

Frutta fresca di stagione	000014 - Arancia , 000019 - Banana , 001330 - Clementina , 003491 - Pesca fresca - Prodotto locale Piemonte ^{PL} , 003515 - Mela fresca - Prodotto locale Piemonte ^{PL} , 003522 - Pera fresca - Prodotto locale Piemonte ^{PL}
Yogurt	002646 - Yogurt intero gusti misti biologico (latte) ^{BIO} , 003284 - Yogurt magro gusti misti con probiotici biologico (latte) ^{BIO}

Nome piatto Valori nutrizionali

Primi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Formaggio Parmigiano Reggiano grattugiato	81 kj / 19 kcal	1.41 g	0.93 g	0 g	0 g	0 g	1.68 g	0.08 g
Insalata di orzo con verdure	671 kj / 160 kcal	5.72 g	0.84 g	24.98 g	0.28 g	3.6 g	3.79 g	0.1 g
Olio extravergine di oliva	188 kj / 45 kcal	5 g	0.72 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g
Pasta al pomodoro	1250 kj / 299 kcal	6.19 g	0.87 g	56.04 g	7.35 g	3.25 g	8.1 g	0.19 g
Pasta all'olio extravergine d'oliva	1149 kj / 274 kcal	5.91 g	0.87 g	51.42 g	2.73 g	1.76 g	7.09 g	0.1 g
Pasta zucchine e zafferano	1223 kj / 292 kcal	6.21 g	0.87 g	55.15 g	2.81 g	2.02 g	7.78 g	0.11 g
Pizza margherita	1929 kj / 461 kcal	9.52 g	0 g	89.93 g	21.93 g	0 g	9.52 g	0 g
Risotto alla parmigiana	1204 kj / 288 kcal	6.86 g	1.82 g	53.45 g	1.32 g	0.91 g	6.35 g	0.19 g
Risotto alle erbe aromatiche	1257 kj / 300 kcal	8.28 g	2.63 g	53.2 g	0.53 g	0.44 g	6.6 g	0.2 g
Vellutata di carote e rosmarino	389 kj / 93 kcal	5.57 g	0.72 g	9.69 g	4.43 g	2.03 g	1.52 g	0.22 g
Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Frittata al timo	765 kj / 183 kcal	14.42 g	4.61 g	0.25 g	0.24 g	0 g	13.01 g	0.48 g
Mozzarella 1/2 porzione	424 kj / 101 kcal	7.8 g	0 g	0.28 g	0.28 g	0 g	7.48 g	0.2 g
Polpette di bovino al forno	1124 kj / 268 kcal	11.24 g	2.68 g	25.84 g	2.93 g	1.35 g	17.54 g	0.43 g
Spezzatino di maiale alla salvia	658 kj / 157 kcal	8.67 g	1.93 g	4.98 g	3.46 g	1.18 g	15.04 g	0.31 g
Spezzatino di tacchino alle erbe aromatiche	642 kj / 153 kcal	6.06 g	1.03 g	4.98 g	3.46 g	1.18 g	19.96 g	0.28 g
Tonno	580 kj / 139 kcal	14.35 g	1.07 g	0 g	0 g	0 g	20.39 g	0 g
Tortino di *piselli	893 kj / 213 kcal	14.41 g	4.5 g	6.18 g	0.04 g	0.09 g	15.13 g	0.61 g
Contorni	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Biete erbette* al vapore	320 kj / 77 kcal	7.07 g	1.01 g	2.24 g	2.24 g	0.96 g	1.04 g	0.12 g
Carote Julienne	322 kj / 77 kcal	7.07 g	1.01 g	3.04 g	3.04 g	1.24 g	0.44 g	0.19 g
Fagiolini* al forno	409 kj / 98 kcal	7.71 g	1.38 g	3.6 g	3.6 g	4.35 g	3.82 g	0.13 g
Insalata di fagiolini*	377 kj / 90 kcal	7.14 g	1.01 g	3.6 g	3.6 g	4.35 g	3.15 g	0.1 g
Insalata di pomodori	343 kj / 82 kcal	7.19 g	1.01 g	3.5 g	3.5 g	2 g	1 g	0.11 g
Pane bianco	345 kj / 83 kcal	0.15 g	0 g	19.05 g	0.6 g	1.14 g	2.43 g	0.22 g
Pane integrale	281 kj / 67 kcal	0.39 g	0 g	14.55 g	0 g	1.95 g	2.25 g	0 g
Patate prezzemolate	798 kj / 191 kcal	8.5 g	1.01 g	26.85 g	0.6 g	2.43 g	3.17 g	0.12 g
Zucchine prezzemolate	333 kj / 80 kcal	7.15 g	1.01 g	2.1 g	1.95 g	1.83 g	1.97 g	0.18 g



Elenco dei valori nutrizionali: Primaria (7-10 anni)

Menù Primaria "Gesù Lavoratore" comune Borgo S Dalmazzo

Nome piatto

Valori nutrizionali

Dessert	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Frutta fresca di stagione	234 kj / 56 kcal	0.16 g	0 g	12.54 g	10.96 g	2.64 g	0.84 g	0 g
Yogurt	285 kj / 68 kcal	3.5 g	1.89 g	5.06 g	5.06 g	0 g	4.5 g	0.15 g