

ALLEGATO B4 del Capitolato d'appalto : Ricettario allegato ai menù

Il peso delle derrate è da considerarsi a crudo e al netto degli scarti

Le grammature degli ingredienti base sono da considerarsi vali de per tutte le ricette se non altrimenti indicato.

Pietanza/ Ingredienti	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
Pasta	grammi	50	70	90
Olio extra vergine	grammi	4	5	8
Sale	grammi	q.b	q.b	q.b
Parmigiano reggiano	grammi	5	5	7
Burro	grammi	5	7	9
trito di sedano, carote, cipolle (trito vegetale)	grammi	q.b	q.b	q.b
pomodoro pelato	grammi	20	25	30

1	Pasta con i broccoli	come da dettaglio iniziale		
	Pasta/aglio,broccoli,sale parmigiano olio			
	Broccoli	grammi	20	40
				60

2	Pasta al pomodoro e ricotta	come da dettaglio iniziale		
	Pasta,pomodoro,ricotta, carote sedano,cipolle, parmigiano, sale			
	Ricotta	grammi	20	40
				60

3	Pasta al pomodoro e olive	come da dettaglio iniziale		
	Pasta,pomodoro, trito vegetale, olive, sale, parmigiano, olio			
	Olive	grammi	10	20
				30

4	Pasta al tonno				
	Pasta,olio, pomodoro,trito vegetale,tonno,sale			come da dettaglio iniziale	50
	Tonno		grammi	25	35

5	Pasta con le zucchine				
	Pasta,zucchine, olio, sale e parmigiano			come da dettaglio iniziale	90
	zucchine		grammi	40	60

6	Pasta al Ragù				
	Pasta ,olio,carne macinata, trito vegetale,parmigiano, sale			come da dettaglio iniziale	35
	carne macinata		grammi	20	30

7	Pasta al Pesto				
	Pasta, sale, olio			come da dettaglio iniziale	15
	Pesto		grammi	10	10

8	Pasta e Lenticchie				
	brodo vegetale,trito vegetale,sale olio			come da dettaglio iniziale	80
	Lenticchie		grammi	60	70
	Pasta		grammi	20/30	30/40
	brodo vegetale		grammi	q.b	q.b

9	Lasagne alla bolognese				
	Pasta fresca per lasagne, besciamella, carne macinata, trito vegetale, pomodoro, olio e sale		grammi	80	100
	besciamella		grammi	20	30
	carne macinata		grammi	20	30
	pomodoro		grammi	20	25

10	Gnocchi al Ragù				
	pomodoro, carne macinata, trito vegetale, sale, olio parmigiano			come da dettaglio iniziale	
	Gnocchi	grammi	100	150	200
	carne macinata	grammi	20	30	35
11	Agnolotti di magro conditi con olio e salvia				
	olio, salvia, parmigiano			come da dettaglio iniziale	
	Agnolotti ricotta e spinaci	grammi	60	90	120
12	Pizza margherita o Pizza al Prosciutto				
	Pasta per Pizza	grammi	100	130	215
	Passata di pomodoro	grammi	q.b	q.b	q.b
	Mozzarella	grammi	20	30	35
	Prosciutto cotto	grammi	20	25	30
	sale	grammi	q.b	q.b	q.b
13	Polenta e spezzatino				
	Polenta	grammi	120	120	150
	carne di vitellone	grammi	50/60	70/80	90/120
	pomodoro	grammi	20	40	50
	olio extravergine d'oliva	grammi	4	5	7
	aromi e sale	grammi	q.b.	q.b.	q.b.

Il peso delle derrate è da considerarsi a crudo e al netto degli scarti

Le grammature degli ingredienti base sono da considerarsi vali de per tutte le ricette se non altrimer

S. Secondaria I°

1	Riso in bianco	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
	Riso	grammi	50	70	90
	Burro	grammi	5	7	9
	Sale	grammi	q.b	q.b	q.b
	Parmigiano Reggiano	grammi	5	5	7

2	Risotto con piselli e prosciutto	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
	Riso	grammi	50	70	90
	Burro	grammi	3	4	7
	Cipolla	grammi	q.b	q.b	q.b
	Brodo vegetale	grammi	q.b	q.b	q.b

3	Risotto al pomodoro	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
	Riso	grammi	60	70	90
	Burro	grammi	3	4	7
	cipolla	grammi	q.b	q.b	q.b
	brodo vegetale	grammi	q.b	q.b	q.b
	sale	grammi	q.b	q.b	q.b
	vino bianco	grammi	q.b	q.b	q.b
	olio extra vergine	grammi	2	2	4
	pomodoro	grammi	20	25	35

4	Risotto alla boscaiola	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
	Riso	grammi	60	70	90

		grammi	3	4	7
Burro		grammi	q.b	q.b	q.b
Cipolla		grammi	q.b	q.b	q.b
brodo vegetale		grammi	q.b	q.b	q.b
sale		grammi	q.b	q.b	q.b
vino bianco		grammi	2	2	4
olio extra-vergine		grammi	10	15	20
piselli		grammi	10	15	20
funghi		grammi	10	15	20
prosciutto		grammi	20	25	35
pomodoro		grammi			

5	Riso e Piselli	grammi	30	40	40
	Riso	grammi	4	5	8
	Olio extra-vergine	grammi	q.b	q.b	q.b
	brodo vegetale	grammi	60	70	90
	piselli	grammi	q.b	q.b	q.b
	sale	grammi			

6	Risotto allo zafferano	grammi	q.b	q.b	q.b
	burro,cipolla,brodo vegetale,sale, olio, parmigiano come da ricetta base	grammi	q.b	q.b	q.b
	vino bianco				
	zafferano				

7	Insalata di Riso	grammi	60	70	90
	Riso	grammi	20	35	45
	prosciutto cotto	grammi	10	20	30
	piselli	grammi	20	35	45
	formaggio	grammi	20	35	45
	tonno	grammi	20	35	45

uova sode	grammi	10	20	30
pomodori	grammi	2	2	4
olio extravergine	grammi	2	2	4
sale	grammi	q.b	q.b	q.b

Il peso delle derrate è da considerarsi a crudo e al netto degli scarti

Le grammature degli ingredienti base sono da considerarsi vali de per tutte le ricette se non altrimenti indicato.

1	Crema di zucchine	Unità di misura	S.Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
	Zucchine	grammi	30	50	80
	Latte	grammi	q.b	q.b	q.b
	Brodo vegetale	grammi	20	25	30
	sale	grammi	q.b	q.b	q.b
	parmigiano reggiano	grammi	5	5	7

2	Minestra di ceci	grammi	60	70	90
	Ceci	grammi	3	4	5
	Olio extra-vergine	grammi	q.b	q.b	q.b
	sedano, carote, cipolle	grammi	q.b	q.b	q.b
	brodo vegetale	grammi	20/30	30/40	40
	Pasta	grammi	q.b	q.b	q.b
	sale	grammi	q.b	q.b	q.b

3	Minestrone con Pasta o riso o crostini	grammi	50	70	90
	Verdure miste	grammi	3	4	5
	olio extra-vergine	grammi	q.b	q.b	q.b
	sedano, carote, cipolle	grammi	q.b	q.b	q.b
	brodo vegetale	grammi	20/30	30/40	40
	riso	grammi	20/30	30/40	40
	Pasta	grammi	20	30	50
	crostini	grammi	q.b	q.b	q.b
	Sale	grammi	q.b	q.b	q.b

Pesto (nei casi previsti di minestrone crostini e pesto)	grammi	20	30	40
---	--------	----	----	----

4	Minestra di riso e patate			
	riso,patate,sale, brodo vegetale parmigiano reggiano			
	Brodo, parmigiano, sale e olio	come da dettaglio iniziale		
	Riso	grammi	25	30
	Patate	grammi	80	100
				40
				130

Pietanza/ Ingredienti	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
Prosciutto cotto	grammi	50	70	80
Prosciutto crudo	grammi	40	50	70
Formaggi freschi (esclusa mozzarella)	grammi	50	60	80
formaggio stagionato	grammi	40	50	60
mozzarella	grammi	30	50	100
Uova	grammi	40	50	60
Tonno all'olio di oliva (sgocciolato)	grammi	50	70	90
carne di vitello/vitellone/maiale/pollo e tacchino	grammi	50/60	70/80	90/120
1				
Formaggio e prosciutto come secondo misto	grammi			
Formaggio	grammi	40	50	70
prosciutto	grammi	20	30	40
2				
Mozzarella alla caprese	grammi	50	60	80
mozzarella	grammi	50	70	70
pomodori				
3				
Uova strapazzate				
uova, sale e olio extra-vergine		come dettaglio iniziale		
4				
Filetto di platessa (impanato a alla pizzaiola)	grammi	80	100	120
Filetto di platessa	grammi	q.b	q.b	q.b
sale	grammi	2	2	3
olio extravergine	grammi	q.b	q.b	q.b
uovo e pan grattato per impanatura	grammi	q.b	q.b	q.b
pomodoro	grammi	q.b	q.b	q.b
origano	grammi	q.b	q.b	q.b
5				
coscia di pollo al forno	grammi	150	180	250
pollo	grammi	q.b	q.b	q.b
aromi	grammi	q.b	q.b	q.b
sale	grammi	q.b	q.b	q.b

	olio extravergine	grammi	4	5	7
--	-------------------	--------	---	---	---

6	cuoricini di merluzzo al pomodoro	grammi	80	100	120
	merluzzo	grammi	2	3	5
	olio extravergine	grammi	q.b	q.b	q.b
	pomodoro e sale	grammi			

7	seppioline in umido	grammi	80	100	120
	seppioline	grammi	20	40	55
	piselli	grammi	2	3	5
	olio extravergine	grammi	q.b	q.b	q.b
	pomodoro e sale	grammi			

8	cotoletta di pollo o tacchino alla milanese	grammi	50/60	70/80	90/120
	pollo o tacchino	grammi		60 gr. ogni 5 persone	
	uovo	grammi	2	2	4
	olio extravergine	grammi	q.b	q.b	q.b
	pangrattato e sale	grammi			

9	Arrostio di vitello	grammi		come da ricetta base	
	carne	grammi	q.b	q.b	q.b
	vino bianco, aromi sale	grammi	4	5	7
	olio extravergine d'oliva	grammi			

10	Rolata di Tacchino	grammi		come da ricetta base	
	carne di tacchino	grammi	q.b	q.b	q.b
	vino bianco, aromi sale	grammi	4	5	7
	olio extravergine d'oliva	grammi			

11	stracotto di vitello	grammi		come da ricetta base	
	sedano, carote, cipolle, pomodoro e sale	grammi	q.b	q.b	q.b
	olio extravergine d'oliva	grammi	4	5	7

12	arrosto di lonza al latte	grammi		come da ricetta base	
	lonza di maiale	grammi	4	5	7
	olio extravergine d'oliva	grammi			

	latte,aromi,sale	grammi	q.b	q.b	q.b
--	------------------	--------	-----	-----	-----

13	polpettine di carne				
	carne macinata di vitello o tacchino	grammi	35	55	75
	patate	grammi	20	25	30
	uova,pangrattato,prezzemole e sale	grammi	q.b	q.b	q.b

14	scaloppine di carne al limone o vino bianco			come da ricetta base	
	carne di vitello, vitellone, pollo o tacchino				
	olio extravergine d'oliva	grammi	4	5	7
	vino bianco, limone e sale	grammi	q.b	q.b	q.b

Prodotto per merenda	Unità di misura	S. Infanzia	S. Primaria	S. Secondaria I°
Pane +	grammi	30	50	non previsto
frutta	grammi	100	100	non previsto
pomodoro	grammi	20	30	non previsto
cioccolata	grammi	20	20	non previsto
marmellata	cucchiaino minestra	1 cucchiaino	1 cucchiaino e mezzo	non previsto
torta	grammi	50	80	80
latte o The	ml	100	100	non previsto
corn flakes	grammi	15	15	non previsto
riso soffiato	grammi	15	15	non previsto
biscotti	grammi	15	15	non previsto
macedonia	grammi	100	150	150
gelato	grammi	60	70	70