



**MENU' E  
RICETTARIO  
PER LE  
SCUOLE  
infanzia,  
primaria,  
secondaria**

Da Taty





**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

<b>MENÙ AUTUNNO - INVERNO</b>					
	<b>LUNEDI</b>	<b>MARTEDI</b>	<b>MERCOLEDI</b>	<b>GIOVEDI</b>	<b>VENERDI</b>
<b>PRIMA SETTIMANA</b>	Pasta al sugo (1,3,7)	Riso dello chef (con verdure di stagione) (3,7)	Ravioli al sugo (1,3,7)	Minestra di legumi, ceci lenticchie o fagioli (1)	Pasta olio EVO e Grana o pecorino (1,3,7)
	Insalata caprese (mozzarella e pomodoro) (7)	Fettina di maiale al forno	Sformato di Verdure (3,7)	Polpettone di carne mista al forno (1,3,7,9)	Filetto di pesce (merluzzo o platessa) al forno (1,4)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
<b>SECONDA SETTIMANA</b>	Pasta con le zucchine (1,3,7)	Lasagne alla bolognese (1,3,7,9)	Passato di verdure con legumi (3,7,9)	Riso in bianco all'olio EVO e grana o pecorino (3,7)	Minestra di patate (1)
	Insalatona di Tonno e pomodorini (4)	Prosciutto cotto	Straccetti di petto di tacchino	Bastoncini di pesce (1,4)	Omelette con verdure (3,7)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
<b>TERZA SETTIMANA</b>	Pasta al sugo (1,3,7)	Minestra vegetale con riso	Malloreddus alla campidanese (1,3,7,9)	Passato di verdure e legumi (3,7,9)	Risotto al sugo e Grana o pecorino (3,7)
	Uovo sodo o in camicia (3)	Spezzatino di maiale con patate e carote (9)	Formaggio vaccino fresco o pecorino a bassa stagionatura (7)	Cosce di pollo al forno	Filetto di pesce (merluzzo o platessa) gratinato (1,4)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
<b>QUARTA SETTIMANA</b>	Pasta al ragù di lenticchie (1,3,7)	Pizza Margherita (1,7)	Pasta olio EVO e Grana (1,3,7)	Risotto alla Milanese (3,7)	Vellutata di verdure con legumi (3,7,9)
	Salsicce di pollo (9)	Tacchino arrosto (insaccato)	Bastoncini di pesce (1,4)	Formaggio fresco o pecorino a bassa stagionatura (7)	Polpette di carne mista (1,3,7)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

I numeri tra parentesi fanno riferimento alla tabella allergeni di seguito allegata Reg. 1169/11





**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

<b>MENÙ PRIMAVERA - ESTATE</b>					
	<b>LUNEDI</b>	<b>MARTEDI</b>	<b>MERCOLEDI</b>	<b>GIOVEDI</b>	<b>VENERDI</b>
<b>PRIMA SETTIMANA</b>	Pasta al pomodoro (1,3,7)	Insalata di riso (formaggio fresco prosciutto cotto pomodoro) (7)	Ravioli al sugo (1,3,7,9)	Pasta con ragù di lenticchie (1,3,7,9)	Pasta olio EVO e Grana o pecorino (1,3,7)
	Insalata caprese (mozzarella e pomodoro) (7)	-	Uovo sodo o in camicia (3)	Straccetti di maiale	Filetto di pesce (merluzzo o platessa) al forno (1,4)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
<b>SECONDA SETTIMANA</b>	Pasta alla Carlofortina (1,3,4,7,8)	Lasagne al ragù di verdure (1,3,7,9)	Riso dello chef freddo con zucchine a julienne e pomodoro	Pasta alle zucchine (1,3,7)	Pasta olio evo e grana (1,3,7)
	Polpette di ceci (1,3,7)	Prosciutto cotto	filetto di pesce al forno (4)	Cosciotti di pollo	Formaggio dolce (7)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
<b>TERZA SETTIMANA</b>	Insalata di pasta pomodoro fresco e basilico (1, 4, 7)	Vellutata di zucchine (3,7,9)	Malloreddus alla campidanese (1,3,7,9)	Passato di verdure e legumi (3,7,9)	Risotto al sugo o EVO e Grana o pecorino (3,7)
	Uovo sodo o in camicia (3)	Spezzatino maiale con patate e carote (9)	Formaggio vaccino fresco o pecorino a bassa stagionatura (7)	Bocconcini di tacchino	Filetto di pesce (merluzzo o platessa) (1,4)
	Verdure di stagione	Pomodori in insalata	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione
<b>QUARTA SETTIMANA</b>	Polpette di lenticchie (1,3)	Pizza margherita (1,7)	Pasta olio EVO e Grana (1,3,7)	Pasta alle verdure (1,9)	Risotto alla milanese (3,7)
	Formaggio fresco (7)	Tacchino arrosto (insaccato)	Insalata di tonno (4)	Omellette con verdure (3,7)	Uovo sode (3)
	Verdure di stagione	Verdure di stagione	Pomodori in insalata	Verdure cotte	Verdure di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

I numeri tra parentesi fanno riferimento alla tabella allergeni di seguito allegata Reg. 1169/11



## ALLERGENI

**SI INFORMANO GLI UTENTI CHE GLI ALIMENTI SOMMINISTRATI PRESSO QUESTO ESERCIZIO POSSONO CONTENERE UNO O PIÙ DEI SEGUENTI ALLERGENI COME INGREDIENTE O IN TRACCE DERIVANTI DAL PROCESSO PRODUTTIVO**

Elenco degli Allergeni alimentari (ai sensi del Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.)

- 1. Cereali contenenti glutine**, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne: a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio; b) maltodestrine a base di grano; c) sciroppi di glucosio a base di orzo; d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
- 2. Crostacei e prodotti a base di crostacei.**
- 3. Uova e prodotti a base di uova.**
- 4. Pesce e prodotti a base di pesce**, tranne: a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi; b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino.
- 5. Arachidi e prodotti a base di arachidi.**
- 6. Soia e prodotti a base di soia**, tranne: a) olio e grasso di soia raffinato ( 1 ); b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia; c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia; d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia.
- 7. Latte e prodotti a base di latte** (incluso lattosio), tranne: a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola; b) lattiolio.
- 8. Frutta a guscio**, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L.), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola.
- 9. Sedano e prodotti a base di sedano.**
- 10. Senape e prodotti a base di senape.**
- 11. Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo.**
- 12. Anidride solforosa e solfiti** in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO<sub>2</sub> totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti.
- 13. Lupini e prodotti a base di lupini.**
- 14. Molluschi e prodotti a base di molluschi.**

**I consumatori allergici o intolleranti ad uno o più degli allergeni sopra riportati, sono invitati a chiedere informazioni al nostro personale incaricato e consultare il RICETTARIO nel quale sono riportati gli ALLERGENI PRESENTI COME INGREDIENTI nei singoli piatti.**

## Specifiche

In base all'esperienza l'azienda "Da Taty" propone un menù che si quanto più possibile gradito ai gusti degli allievi e che riduca al minimo lo spreco. Il menù proposto è stato predisposto seguendo le seguenti specifiche:

- Nei periodi iniziali e finali della stagione scolastica (autunno e primavera), i primi piatti, potranno essere preparati utilizzando ortaggi e verdure freschi in alternativa alle salse e i risotti sostituiti con insalate di riso a base di verdure;
- Si evita di aggiungere troppi condimenti grassi, preferendo quelli semplici quali sughi a base di pomodoro o altre verdure;
- Si è incentivata l'offerta di legumi sulle 4 settimane, i legumi sono alimenti, spesso, non graditi dagli utenti per cui sono stati proposti o sotto forma di passati o creme o associati ad alcuni ortaggi graditi tipo le zucchine
- Sono presenti tutti i gruppi alimentari, al fine di garantire il giusto apporto di proteine di origine animale e vegetale, di acidi grassi, di glucidi semplici e complessi, nonché di sali minerali e di vitamine;
- Le verdure sono abbinare come condimento a pasta o riso;
- Le carni sono preferenzialmente magre, il polpettone e le polpette saranno preparate utilizzando carne mista di bovino e maiale, le carni risultano più gradite se proposte gratinate, a bocconcini, a straccetti, a polpette. Tali tipi di preparazioni, inoltre, permettono il non uso del coltello;
- Il pesce comprende sia le varietà fresche sia surgelate, preferendo pesce azzurro, i filetti di pesce potranno essere di: merluzzo, platessa o persico, risultano molto graditi se gratinati, panati o cucinati a polpettine o crocchette;
- I formati della pasta saranno variati e di tipo "corto";
- Per verdura cotta si intendono: fagiolini, spinaci, bietole, carote;
- La frutta varierà giornalmente secondo tipologia e stagionalità;
- I dolci potranno alternarsi tra: ricotta e miele, torte, crostate, dolci tipici.
- Negli spuntini e merende saranno privilegiati prodotti come macedonie di stagione, frullati di frutta.
- In occasione di festività religiose e/o ricorrenze speciali in cui la tradizione richieda proporre cibi o preparazioni tipiche si prevede di modificare il menù con gli alimenti tradizionali scelti per l'occasione.

**MENU' ALTERNATIVO SENZA CARNE SUINA PER MOTIVI RELIGIOSI:** ogni volta che il menu prevede una preparazione a base di carne suina si procederà alla sostituzione della stessa con una delle altre tipologie di carne previste dal menu.

In situazioni temporanee di emergenza, dovute a disservizi o problemi merceologici e comunque per brevi periodi può essere offerto ai bambini un "pasto alternativo-merenda" scegliendo una delle alternative proposte: pane, prosciutto cotto, formaggio fresco, il piatto verrà sempre



Ditta "Da Taty"  
TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE  
MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria

Rev.2 03/2024

accompagnato con dell'insalata fresca e di stagione e frutta fresca e di stagione.

## SCHEMA GENERALE DEGLI INGREDIENTI E DELLE QUANTITÀ E DEGLI ALLERGENI

Le grammature sono suddivise per fasce d'età.

- Le quantità indicate in tabella si riferiscono al peso dell'alimento a crudo e al netto degli scarti.
- Il peso de/ pesce (in caso di prodotto congelato/surgelato) si riferisce al prodotto scongelato e privato de/la pelle e de/le parti di scarto
- Nel caso del passato di verdura ovvero della minestra, la grammatura è riferita al riso-pasta-orzo-presenti;
- Il prosciutto cotto è da intendersi senza polifosfati, glutine e lattosio
- Frutta e verdura saranno servite a rotazione in base a stagionalità e reperibilità

### PRIMI PIATTI

	Sez. Primavera	Scuola infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria 1 grado	Allergeni
	1/3 aa	3/6 aa	6/11 aa	11/14 aa	
<b>Pasta al sugo</b>					
pasta	50	60	80	90	1
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Pasta al burro</b>					
pasta	50	60	80	90	1
burro	8	8	8	8	7
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
<b>Pasta all'olio</b>					
Pasta	50	60	80	90	1
Olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
parmigiano grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
<b>Pasta con ragù di lenticchie</b>					
pasta	50	60	80	90	1
Pomodori pelati o passata di pomodoro	50	65	80	100	
Olio extravergine di oliva	3	5	5	5	
Parmigiano reggiano	3	5	5	10	3,7
aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	9
Lenticchie	40	50	60	80	
<b>Pasta alla carlofortina</b>					
pasta	50	60	80	90	1
Olio extravergine di oliva	3	5	5	5	



**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

Parmigiano reggiano	5	5	5	10	3,7
Pesto fresco di basilico e prezzemolo	15	20	25	30	7,8
Tonno in scatola all'olio d'oliva o naturale	20	30	30	30	4
Pomodorini	50	60	60	80	
<b>Lasagne con ragù di verdure</b>					
Pasta all'uovo	45	55	65	75	1,3
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
Cipolla, sedano, carote, zucchine triturate	35	45	55	70	9
latte	30	40	50	50	7
Burro	3	3	4	4	7
farina	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	1
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Pasta alle zucchine</b>					
pasta	50	60	80	90	1
zucchine	40	50	70	80	
Olio extravergine di oliva	3	5	5	5	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
<b>Insalata di pasta</b>					
pasta	50	60	80	90	1
mozzarella	20	20	25	30	7
pomodorini	40	50	60	80	
tonno	25	30	35	35	4
<b>Lasagna al ragù di carne (bolognese)</b>					
Pasta all'uovo	45	55	65	75	1,3
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	9
Macinato misto Suino/bovino	15	20	25	30	
latte	30	30	40	45	7
Burro	3	3	4	4	7
farina	3	3	4	4	1
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Malloredus alla campidanese</b>					
pasta	50	60	80	90	1
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	9





**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

Macinato misto Suino/bovino	10	10	20	30	
<b>Ravioli al sugo</b>					
Pasta fresca ripiena di ricotta e spinaci	50	60	80	90	1,7
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	9
<b>Riso in bianco</b>					
Riso	50	60	80	90	
Olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
parmigiano grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
<b>Riso dello chef con verdure di stagione</b>					
Riso	50	60	80	90	
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
zucchine / zucca / cavolfiore /carote /broccoli come da stagione	20	20	30	40	
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Risotto alla milanese</b>					
riso	50	60	80	90	
zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
parmigiano grana o pecorino	3	5	7	7	3,7
<b>Risotto al sugo</b>					
riso	50	60	80	90	
pomodori pelati	50	65	80	100	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	3,7
piante aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Insalata di riso</b>					
riso	50	60	80	90	
mozzarella	20	20	25	30	7
Prosciutto cotto	15	15	20	20	
pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
<b>Minestra in brodo vegetale</b>					
riso	20	25	30	40	
pomodori pelati	5	5	10	15	
verdure (zucchine, sedano carote, cipolle, patate)	50	50	70	70	9
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Passato / vellutata di verdure o legumi</b>					





**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

verdure ( <i>carote, bietole, zucchine, cavolfiore o altro cavolo, pomodoro, zucca, patate, cipolle in base alla stagione</i> )	120	150	200	250	<b>9</b>
legumi ( <i>ceci o fagioli o lenticchie</i> )	20	25	30	35	<b>3,7</b>
Patate	30	35	50	70	
parmigiano o grana o pecorino	3	5	5	10	
cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
olio extra vergine di oliva	3	6	8	8	
<b>Minestra di patate</b>					
pasta	20	30	40	50	<b>1</b>
pomodori pelati	5	5	10	15	
patate	40	40	50	70	
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Minestra di legumi di stagione</b>					
pasta	20	25	30	40	<b>1</b>
pomodori pelati	5	5	10	15	
Legumi di stagione	25	30	35	40	
olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
<b>Pizza margherita</b>					
pasta di pane	40	45	60	80	<b>1</b>
pomodori pelati	80	100	150	200	
mozzarella	20	20	25	30	<b>7</b>
Olio extra vergine di oliva	3	5	5	5	
origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	

## SECONDI PIATTI

	Sez. Prima- vera	Scuola infanzia	Scuola primaria	Scuola secon- daria 1 grado	Allergeni
	1/3 aa	3/6 aa	6/11 aa	11/14 aa	
<b>Cosce di pollo arrosto</b>					
Coscia e sovracoscia di pollo	30	50	80	80	
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
<b>Spezzatino di maiale</b>					
carne suino	30	50	80	80	
pomodoro	5	5	5	5	
patate	20	20	30	40	
carote	80	80	90	100	
aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	<b>9</b>
cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	



**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

<b>Bocconcini di tacchino o pollo al forno</b>					
Bocconcini di pollo	30	50	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Straccetti di tacchino</b>					
Straccetti di tacchino	30	50	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Fettina di maiale al forno</b>					
Fettine di suino	30	50	80	80	
<b>Straccetti di maiale</b>					
Carne suino a tocchetti	30	50	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Salsicce di pollo/tacchino</b>					
Carne macinata mista di pollo e tacchino	30	50	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	9
<b>Polpette/polpettone al forno</b>					
carne mista bovino e suino	20	40	60	70	
uova	10	10	10	15	3
latte	10	10	15	15	
pane grattugiato	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	1
patate carote pomodori zucchine	50	50	50	50	9
<b>Filetto di pesce al forno</b>					
Filetto di platessa (platessa, merluzzo, salmone, tonno, baccalà)*	50	70	90	100	4
Panatura con uovo e pane grattugiato (quantità massima consentita in percentuale sul peso)	30%	30%	30%	30%	1
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Bastoncini di merluzzo panati al forno</b>					
Bastoncini 65 % merluzzo	60	70	90	100	1,4
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Insalata caprese</b>					
Mozzarella	30	40	70	80	7
Pomodoro	80	100	150	200	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Insalata di tonno e pomodorini</b>					
tonno	50	60	60	80	4
pomodorini	60	80	80	80	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Sformato di verdure</b>					
uovo	50	70	80	80	3
Parmigiano reggiano	5	5	5	5	3,7



**Ditta "Da Taty"**  
**TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE**  
**MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria**

Rev.2 03/2024

zucchine	30	40	40	50	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
<b>Omelette con verdure</b>					
Verdure	30	40	40	50	
Uovo	50	50	70	90	3
latte	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	7
<b>Polpette di ceci / lenticchie</b>					
Ceci e lenticchie (impasto)	15	20	20	30	
Patate	30	40	50	50	
uovo	5	5	5	5	3
parmigiano	7	7	10	10	3,7
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
Prezzemolo, cipolla, pomodoro	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	
<b>Razioni per secondi piatti</b>					
Pecorino/parmigiano/grana/asiago	20	30	40	50	7
Mozzarella/dolce sardo/ caciotta	30	50	80	80	7
Prosciutto cotto	20	30	35	40	
Uovo	1	1	1	1	3
Tacchino arrosto (insaccato)	20	25	30	35	
Tonno in scatola all'olio d'oliva o naturale	60	70	80	80	4

## CONTORNI/ FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

	Sez. Primavera	Scuola infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria 1 grado	Allergeni
	1/3 aa	3/6 aa	6/11 aa	11/14 aa	
<b>Patate</b>					
Patate	80	100	150	160	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Insalata mista di stagione</b>					
Ortaggi freschi	80	100	150	200	
Verdure cruda a foglia	30	40	50	60	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Verdure o ortaggi cotti*</b>					
Verdure miste	70	80	90	100	
Olio extravergine d'oliva	5	5	5	5	
<b>Frutta fresca di stagione o macedonia</b>	100	150	150	200	





Ditta "Da Taty"  
TABELLA DIETETICA 4 SETTIMANE  
MENU' E RICETTARIO PER LE SCUOLE – infanzia, primaria, secondaria

Rev.2 03/2024

## PANE

	Sez. Primavera	Scuola infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria 1 grado	Allergeni
	1/3 aa	3/6 aa	6/11 aa	11/14 aa	
<b>Pane</b>	30	40	50	80	<b>1</b>

## Pasto alternativo / spuntini / merende

	Sez. Primavera	Scuola infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria 1 grado	Allergeni
	1/3 aa	3/6 aa	6/11 aa	11/14 aa	
<b>Pane</b>	50	80	80	100	<b>1</b>
<b>Prosciutto cotto</b>	20	25	30	35	
<b>Formaggio fresco</b>	25	50	50	75	<b>7</b>
<b>Frutta fresca di stagione o macedonia</b>	100	150	150	200	
<b>Frutta fresca spremuta o frullata</b>	100	150	150	200	
<b>Biscotti secchi, fette biscottate, grissini</b>	25	30	35	40	<b>1</b>
<b>Yoghurt alla frutta gr. 125</b>	1	1	1	1	<b>7</b>
<b>Miele da spalmare</b>	10	15	20	25	
<b>Confettura</b>	10	15	20	25	
<b>Torta</b>	30	50	70	80	<b>1,3,7,8</b>
<b>Gelato base latte</b>	30	40	50	60	<b>3,7</b>