



COMUNE DI
ROVERETO



► **Ricettario dei piatti preparati nei
nidi comunali e nelle scuole dell'infanzia
provinciali del Comune di Rovereto**





INFORMAZIONE ALL'UTENZA INERENTE LA PRESENZA NEGLI ALIMENTI DI INGREDIENTI O COADIUVANTI TECNOLOGICI CONSIDERATI **ALLERGENI O DEI LORO DERIVATI**

Si avvisa la gentile utenza e i loro famigliari che negli alimenti e bevande preparati e somministrati in questa scuola, possono essere contenuti ingredienti o coadiuvanti considerati allergeni.

Elenco degli ingredienti allergenici utilizzati in questo esercizio e presenti nell'allegato II del Reg. UE n. 1169/2011 – "Sostanze o prodotti che provocano allergie o intolleranze".

Cereali contenenti glutine e prodotti derivati (grano, segale, orzo, avena, farro, kamut)		Frutta a guscio e loro derivati (mandorle, nocciole, noci, noci di acagiù, di pecan, del Brasile, pistacchi, noci macadamia)	
Crostacei e prodotti a base di crostacei		Sedano e prodotti a base di sedano	
Uova e prodotti a base di uova		Senape e prodotti a base di senape	
Pesce e prodotti a base di pesce		Semi di sesamo e prodotti a base di sesamo	
Arachidi e prodotti a base di arachidi		Solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg	
Soia e prodotti a base di soia		Lupini e prodotti a base di lupini	
Latte e prodotti a base di latte		Molluschi e prodotti a base di molluschi	

Poiché le informazioni relative alla presenza di soggetti allergici sono state raccolte in precedenza mediante la **presentazione di idonea certificazione medica, in fase di produzione verranno formulati pasti specifici, privi degli ingredienti per cui risulta documentata una sensibilizzazione e/o allergia.**

Un **ricettario** appositamente predisposto con l'elenco per ogni piatto degli allergeni contenuti è a disposizione per fornire supporto o informazioni aggiuntive.

In ogni ricetta gli allergeni sono stati evidenziati con il carattere corsivo – grassetto e, per ogni piatto, sono state individuate tutte le alternative da adottarsi per le diete speciali.

PREMESSA

pag 7

PRESENTAZIONE DEL RICETTARIO

pag 8

PRIMI PIATTI ASCIUTTI:

1. pasta o riso al pomodoro	pag 9
2. pasta con broccoli	pag 10
3. pasta all'olio eco aromatizzato	pag 11
4. pasta con sugo di verdure	pag 12
5. pasta olio evo e grana	pag 13
6. pasta al forno con ragù di carne	pag 14
7. pasta con ragù di pesce	pag 15
8. pasta al pesto	pag 16
9. pasta al pesto di zucchine e mandorle	pag 17
10. pasta ricotta e basilico/zucchine	pag 17
11. pasta alla cima di broccolo	pag 18
12. riso o pasta al pomodoro fresco crudo	pag 18
13. risotto alla parmigiana	pag 19
14. risotto alla parmigiana con mele	pag 19
15. risotto con zucca	pag 20
16. risotto al basilico e grana	pag 20
17. risotto allo zafferano	pag 21
18. risotto con finocchi	pag 21
19. risotto con zucchine	pag 22
20. orzotto o farro con verdure	pag 22
21. farro ai porri o cavolfiori	pag 23
22. gnocchi alla romana	pag 24
23. gnocchi di patate al pomodoro	pag 25
24. gnocchi di pane	pag 26
25. strangolapreti	pag 27
26. canederli di prosciutto e speck	pag 28
27. canederli al formaggio	pag 29
28. pasticcio di verdure	pag 30
29. cous cous caldo con sugo di verdure	pag 31
30. speazle	pag 32
31. pasticcio di verdure con formaggio fresco	pag 33



PRIMI PIATTI IN BRODO

1. minestra (brodo vegetale) con pastina o riso	pag 34
2. crema di ceci	pag 35
3. crema di carote o zucca	pag 35
4. orzetto	pag 36
5. semolino vegetale	pag 37
6. crema di patate e lattuga	pag 37
7. passato di verdure	pag 38
8. crema di zucchine	pag 38
9. crema di porri	pag 39
10. panada	pag 39
11. bro-brusà	pag 40
12. pasta e fagiolini	pag 40
13. passatelli	pag 41

SECONDI PIATTI DI CARNE BIANCA

1. cotoletta/pepite di pollo (senza uova)	pag 42
2. straccetti di tacchino	pag 42
3. tacchino al vapore	pag 43
4. arrosto di tacchino	pag 43
5. coniglio al forno	pag 44
6. arrosto di tacchino	pag 45

SECONDI PIATTI DI CARNE ROSSA

1. traccetti di vitello	pag 45
2. spezzatino di vitello/manzo/puledro	pag 45
3. fesa di vitello al forno (arrosto)	pag 46
4. traccetti di vitello	pag 46
5. fettina di manzo alla pizzaiola	pag 47
6. svizzera di manzo/puledro in forno	pag 47
7. palline di vitellone al pomodoro	pag 48
8. macinato di vitellone al pomodoro	pag 48
9. polpette di puledro in forno	pag 49

SECONDI PIATTI DI CARNE DI SUINA

1. scaloppa di maiale agli agrumi	pag 50
2. arrosto di maiale	pag 50



SECONDI PIATTI DI PESCE

- | | |
|--|--------|
| 1. polpette/crochette di pesce (halibut, platessa, persico, smeriglio, merluzzo) | pag 51 |
| 2. pesce persico/halibut al forno | pag 51 |
| 3. pesce persico al vapore | pag 52 |
| 4. filetti di platessa gratinati | pag 52 |
| 5. pesce persico/nasello al limone | pag 53 |
| 6. smeriglio al forno | pag 53 |
| 7. filetti di nasello basilico e pomodoro | pag 54 |
| 8. polpette di tonno | pag 54 |

SECONDI PIATTI A BASE DI UOVA E VERDURE

- | | |
|--|--------|
| 1. frittata con patate o verdure | pag 55 |
| 2. crocchette /polpette vegetali o sformatino di verdure | pag 56 |
| 3. uova strapazzate | pag 57 |
| 4. cubetti di uova sode | pag 57 |
| 5. crocchette/bastoncini/sformatino di ricotta e verdure | pag 58 |
| 6. verdure gratinate al forno | pag 59 |

SECONDI PIATTI DI LEGUMI

- | | |
|--|--------|
| 1. piselli stufati o in umido | pag 60 |
| 2. fagioli in umido (fagioli embragai) | pag 60 |

PIZZA

- | | |
|---|--------|
| 1. pizza e focaccia pomodoro grana e mozzarella | pag 61 |
|---|--------|

PIATTI FREDDI

- | | |
|---------|--------|
| caprese | pag 62 |
|---------|--------|

FORMAGGI/PROSCIUTTO/COTTO/SPECK

pag 63

VERDURE CRUDE

pag 64

CONTORNI COTTI

- | | |
|---------------------------------------|--------|
| 1. purea di patate | pag 65 |
| 2. Polenta | pag 65 |
| 3. Verdure lessate/vapore | pag 66 |
| 4. spinaci/biete spadellate con grana | pag 66 |



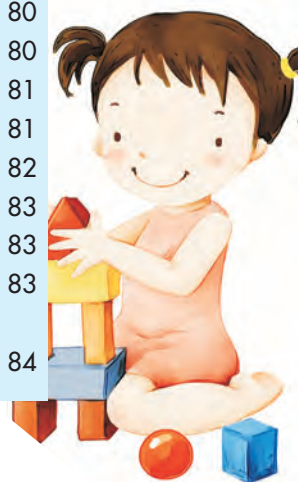
5. patate al forno	pag 67
6. patate all'olio evo e prezzemolo	pag 67

MERENDA

1. torta allo yogurt	pag 68
2. torta alle carote	pag 69
3. salame di cioccolato	pag 69
4. rotolo di marmellata	pag 70
5. crostata con confettura di frutta	pag 71
6. torta mele leggera	pag 72

MENU LATTANTI

1. Passato di verdure	pag 73
2. pastina olio e grana	pag 73
3. panada	pag 74
4. minestra (brodo vegetale) per lattanti	pag 74
5. passato di verdure	pag 75
6. crema d'orzo	pag 75
7. crema di cereali	pag 76
8. crema di semolino	pag 76
9. crema di zucchine	pag 77
10. bro brusà	pag 77
11. pastina al pomodoro	pag 78
12. passatelli	pag 78
13. petto di pollo o vitello o tacchino (bollito o al vapore)	pag 79
14. polpette di vitello	pag 79
15. macinato di vitello al vapore	pag 79
16. pesce persico /merluzzo/platessa al vapore	pag 80
17. halibut al prezzemolo	pag 80
18. halibut o persico la forno	pag 80
19. filetti di nasello o merluzzo basilico e pomodoro	pag 81
20. filetto di nasello olio e limone	pag 81
21. polpette di pesce	pag 82
Formaggi	pag 83
prosciutto cotto al naturale	pag 83
Purea di patate o carote o zucchine o cavolfiori o finocchi	pag 83
Frullato di frutta o frullato con lo yogurt	pag 84



Un'alimentazione equilibrata e corretta, ma anche gradevole ed accettabile, costituisce a tutte le età un presupposto essenziale per il mantenimento di un buono stato di salute e, in età evolutiva, anche per garantire una crescita ottimale.

Per questo la ristorazione scolastica rappresenta per i piccoli utenti un momento prezioso di apprendimento ed un'opportunità per promuovere sane abitudini alimentari, coinvolgendo non solo i bambini, ma anche le famiglie e i docenti, con l'intento di favorire e mantenere nel tempo corretti stili di vita, al fine di prevenire le malattie cronico-degenerative (obesità, diabete, malattie cardiovascolari, tumori, osteoporosi, ecc.).

A scuola i bambini imparano a stare a tavola, a mangiare ciò che hanno nel piatto senza sprechi e ad apprezzare sapori nuovi, a volte inconsueti. In tale contesto assume particolare importanza il ruolo formativo degli educatori e il coinvolgimento della famiglia nel consolidare i corretti comportamenti alimentari.

Il servizio di ristorazione è organizzato con l'obiettivo di garantire la massima soddisfazione dell'utenza ed il costante miglioramento della qualità. In proposito la Carta dei servizi della ristorazione nelle scuole provinciali dell'infanzia del Comune di Rovereto definisce in maniera puntuale obblighi, obiettivi e caratteristiche del servizio.

Da tempo il Comune di Rovereto offre alla propria utenza due menù a rotazione stagionale, uno per l'autunno/inverno ed uno per la primavera/estate, articolati su sei settimane e predisposti con la supervisione da una consulente nutrizionista nel pieno rispetto dei LARN (Livelli di Assunzione giornaliera Raccomandati in Nutrienti per la popolazione italiana). L'adozione di un menù a rotazione stagionale consente non solo di non ripetere quasi mai la stessa ricetta ma anche di far conoscere ai bambini alimenti diversi stimolando la loro curiosità verso il cibo.

I menù giornalieri sono distinti per i nidi e per le scuole infanzia e sono costituiti da un primo, un secondo, un contorno, pane e frutta con le opportune differenze di grammature per fasce di età e di eventuali alimenti.

Con la pubblicazione di questo ricettario l'Amministrazione vuole fare un passo in più verso l'utenza cercando di divulgare in una forma gradevole e facilmente fruibile le ricette che vengono elaborate dai nostri cuochi in modo che le stesse possano essere facilmente riprodotte anche dalle famiglie a casa.

In particolare nel Ricettario sono indicati per ogni pietanza gli alimenti che la compongono, evidenziando quelli che contengono sostanze potenzialmente allergizzanti. Per ogni singola ricetta è indicata la grammatura per porzione, secondo le indicazioni raccomandate dall'Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari e la modalità di preparazione, per consentire a chi lo desidera, di ricreare lo stesso piatto a casa propria. In calce ad ogni pietanza sono stati inoltre inseriti anche gli alimenti da utilizzare in alternativa in caso di specifiche diete speciali. Il Ricettario è consultabile e scaricabile dal sito internet comunale.

Colgo infine l'occasione per ringraziare tutti coloro che a vari livelli hanno consentito la realizzazione di questo utile opuscolo informativo ed, in particolare, i cuochi ed il personale ausiliario dei nidi e delle scuole dell'infanzia, che, grazie alla loro professionalità ed al loro entusiasmo, consentono di preparare quotidianamente per i nostri bambini tutte queste gradevoli pietanze.



L'Assessora all'Educazione e alla Città Universitaria
dott.ssa Giulia Robol

“
Spesso i genitori dei bambini che frequentano i nidi e le scuole dell'infanzia accolgono con stupore e incredulità le notizie riguardanti l'approccio al cibo dei propri figli.

Non riconoscono i gusti e le modalità con cui i bambini vivono pranzi e merende, nelle parole di educatrici e insegnanti.

Dopo un primo periodo di ambientamento è però piuttosto comune che i bambini si comportino in maniera diversa rispetto al rapporto con gli alimenti, tra casa e nido o scuola.

Il momento del pasto vissuto insieme ai compagni, unito alla professionalità e all'atteggiamento degli adulti presenti negli ambienti educativi, stimolano i bambini ad adottare progressivamente maggiore apertura verso l'assaggio di cibi nuovi e verso l'adozione di comportamenti socialmente positivi ed autonomi.

Analizziamo brevemente i fattori che favoriscono questa evoluzione, ben sapendo che la dimensione affettiva collegata all'alimentazione è molto forte e che il bambino, è disposto ad aprirsi al nuovo solo quando si sente sicuro e prova fiducia verso le persone che incontra nell'ambiente educativo.

Riconoscere ad esempio un ruolo "domestico" come quello del cuoco/a, associato a quanto sperimentato nella propria casa, fa apprezzare molto ai bambini questa figura professionale e questo può far leva per favorire un approccio positivo al cibo da essa preparato.

Rimanendo nell'ambito del confezionamento dei pasti, anche la cura con cui vengono presentati, con un aspetto gradevole e attraente per i bambini, può far la differenza nell'invogliare all'assaggio prima e nel favorire il gradimento poi.

Un clima conviviale e sereno è favorito dalle educatrici ed insegnanti e stimola all'apprendimento di comportamenti adeguati nei bambini sia dal punto di vista dell'alimentazione sia delle relazioni tra pari e con l'adulto.

L'educazione alimentare e un positivo approccio al cibo, costituisce argomento di riflessione e progettazione attenta all'interno dei servizi, per offrire ai bambini contesti idonei per una crescita armonica.

Importante ad esempio è la varietà dei cibi, presupposto della diversità interculturale e di apertura al mondo attraverso il gusto, uno dei nostri cinque sensi, che ci permette di apprendere nuove esperienze di vita.

Anche l'esempio dei compagni contribuisce a incentivare l'interesse verso il cibo da parte dei bambini: osservando il comportamento dei pari anche i più recalcitranti sapranno modificare eventuali atteggiamenti di iniziale rifiuto per aprirsi gradualmente a nuovi sapori e nuove consistenze.

E' importante che le conquiste dei bambini e i cambiamenti sperimentati e introdotti sia a scuola/nido che a casa, siano condivisi così da sostenere e confermare insieme e coerentemente il bambino nella sua crescita

Con questo opuscolo vorremmo far conoscere alle famiglie le gustose e speciali ricette che le nostre cuoche e cuochi preparano ai bimbi, così che le possano anche sperimentare e gustare a casa, condividendo il prezioso bagaglio di sapere culinario e i piccoli segreti che rendono il cibo al nido e alla scuola dell'infanzia così ...unico.

A cura del coordinamento pedagogico dei nidi comunali e
delle scuole dell'infanzia provinciali di Rovereto





Pasta o riso al pomodoro

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	45	60	Far stufare in una casseruola un trito di carote, cipolla e sedano con acqua a calore moderato. Aggiungere i pomodori e cuocere. A fine cottura frullare il tutto ed aggiungere olio evo a crudo. Cuocere la pasta o il riso in acqua salata, scolare e condire con la salsa di pomodoro ed il grana
Riso	45	60	
Pomodori pelati o passata di pomodoro o polpa di pomodoro	15	20	
Carota	5	5	
Cipolla	5	5	
Sedano	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica



Pasta con i broccoli

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	40	Pulire e lavare i broccoli e lessarli in acqua salata assieme alla cipolla tagliata a piccoli pezzi e all'olio. Cuocere per circa 15/20 minuti. Frullare le verdure con un mixer ad immersione. Cuocere la pasta in acqua salata, scolirla e condire con il sugo ai broccoli, l'olio evo a crudo ed il grana.
Cipolla	15	
Broccoli	50	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta



Pasta all'olio evo aromatizzato



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Pasta di semola (glutine)	45
Salvia	2 foglie
Basilico	2 foglie
Rosmarino	q.b.
Olio evo	5
Grana (latte, uova)	2 - 5
Sale iodato	q.b.

Mettere in infusione a crudo l'olio evo con tutti gli aromi (precedentemente lavati e tritati) e poi toglierli filtrando l'olio evo. Cuocere la pasta in acqua salata, scolarla e condire con olio evo aromatizzato ed il grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica



Pasta con sugo di verdure

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	45	60	Lavare, tagliare e stufare le verdure con un po' di acqua, aggiungere il pomodoro e cuocere per circa 15 minuti. Cuocere la pasta, scolarla e condirla con il sugo di verdure, l'olio evo a crudo ed il grana.
Cipolle	3	3	
Carote	3	3	
Sedano	3	3	
Porri	3	3	
Zucchini	3	3	
Piselli	3	3	
Pomodori pelati o passata di pomodoro o polpa di pomodoro	10	10	
Olio evo	5	5	
Basilico	q.b.	q.b.	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica salvo diversa prescrizione medica (ovvero esclusione di fave e piselli)



Pasta olio evo e grana

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	45	60	Cuocere la pasta in acqua salata, scolare e condire con olio evo a crudo e grana.
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica



Pasta al forno con ragù di carne

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine) oppure Pasta all'uovo secca (glutine, uova)	50	50	Per il ragù di carne: Lavare e stufare in una casseruola un trito di carota, cipolla, sedano a calore moderato. Unire la carne di vitellone tritata, il pomodoro, il brodo ed il rosmarino tritato. Cuocere lentamente il sugo per almeno 2 o 3 ore; a fine cottura aggiungere l'olio evo.
Pomodori pelati o passata di pomodoro o polpa di pomodoro	10	10	
Cipolle	3	3	
Carote	3	3	
Sedano	3	3	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Carne di Vitellone	20	20	
Olio evo	2	2	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Ingredienti per la besciamella			Per la besciamella: Sciogliere olio evo o burro con la farina e lasciare cuocere per qualche minuto mescolando. Aggiungere il latte bollente, mescolare per evitare la formazione di grumi e cuocere a fuoco basso per 5/10 minuti. Stendere le sfoglie di lasagna in una teglia precedentemente unta ed alternare la pasta con uno strato di besciamella, di ragù e aggiunta di grana. Procedere fino ad esaurimento del ragù e spolverizzare grana ed olio evo. Mettere in forno già caldo a 180° per circa 45 minuti.
Latte fresco	100	100	
Burro (latte)	3	3	
Farina 00 (glutine)	7	7	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: utilizzare latte di riso, eliminare il burro e il grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare pasta senza uovo oppure pasta di riso o mais. Utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica. Attenzione che la pasta all'uovo garantisca in etichetta l'assenza di fave e derivati



Pasta con ragù di pesce



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Pasta di semola (glutine)	45
Merluzzo (pesce)	20
Platessa (pesce)	20
Cipolla	3
Pomodori pelati o passata di pomodoro o polpa di pomodoro	10
Basilico	3
Carota	3
Olio evo	5
Grana (latte, uova)	2 - 5
Sale iodato	q.b.

Mettere i filetti di pesce sminuzzati o tritati in una casseruola con cipolla, carote, salsa di pomodoro, basilico e lasciare stufare per circa 40 minuti; a fine cottura aggiungere olio evo. Lessare la pasta, scolarla e condirla con il ragù di pesce. Spolverizzare con il grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa



Pasta al pesto

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	40	60	Lavare il basilico ed il prezzemolo, asciugarli e tritarli assieme ai pinoli (noci) aggiungendo alla fine l'olio evo e il sale. Condire la pasta con il pesto e spolverizzarla con il grana
Basilico	5	5	
Prezzemolo	3	3	
Pinoli (frutta a guscio)	2	2	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Noci (frutta a guscio)	-	2	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di frutta a guscio e loro derivati: eliminare pinoli e noci

Esclusione di fave: nessuna modifica

Pasta al pesto di zucchine e mandorle



Ingredienti

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml

Preparazione

Pasta di semola (glutine)	60
Zucchine	3
Mandorle (frutta a guscio)	2
Basilico	2
Olio evo	5
Grana (latte, uova)	2 - 5
Sale iodato	q.b.

Lavare accuratamente le zucchine e il basilico e frullarli assieme alle mandorle, olio evo e sale. Cuocere la pasta, condirla con il pesto e aggiungere il grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di frutta a guscio e loro derivati: eliminare le mandorle

Esclusione di fave: nessuna modifica

Pasta ricotta basilico e zucchine



Ingredienti

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml

Preparazione

Pasta di semola (glutine)	60
Ricotta (latte)	10
Basilico	q.b.
Zucchine	5
Olio evo	5
Grana (latte, uova)	2 - 5
Sale iodato	q.b.

Lavare le zucchine e cuocerle a vapore, poi frullarle con mixer ad immersione e aggiungere basilico, ricotta, olio evo e grana. Cuocere la pasta e condirla con il sugo.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana e la ricotta

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica

Pasta alla cima di broccolo

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	45	Lavare e lessare le cime di broccolo con la cipolla; frullare il tutto e a fine cottura aggiungere olio evo. Cuocere la pasta in acqua salata e condire con il sugo.
Cime di broccolo	5	
Olio evo	5	
Cipolla	3	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica

Riso o pasta al pomodoro fresco crudo

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	45	60	Cuocere la pasta o il riso in acqua bollente. Pulire, lavare i pomodori e tritarli assieme al basilico, olio evo e sale. Scolare pasta o riso e condire con il sugo.
Riso	45	60	
Pomodoro a grappolo	30	40	
Basilico	2	2	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica

Risotto alla parmigiana (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Riso	45	60	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua e olio evo, aggiungere il riso con il brodo e cuocere 15/30 minuti per riso bianco, o 30 minuti per riso integrale. A fine cottura mantecare con burro e grana.
Cipolla	1	1	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	2	2	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Burro (latte)	3	3	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: sostituire con riso all'olio evo o con altra preparazione permessa

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Risotto alla parmigiana con mele (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Riso	45	60	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua e olio evo, aggiungere il riso, la mela sbucciata e tagliata a pezzetti, il brodo e cuocere 15/30 minuti per riso bianco, o 30 minuti per riso integrale. A fine cottura mantecare con burro e grana.
Cipolla	1	1	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	2	2	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Burro (latte)	3	3	
Mele	10	10	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana, eliminare il burro (mantecare con olio evo) o sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Risotto con zucca (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Riso	45	60	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua, aggiungere il riso, la zucca precedentemente lavata e tagliata a pezzetti, il brodo e cuocere 15/30 minuti per riso bianco, o 30 minuti per riso integrale. A fine cottura mantecare con olio evo e grana.
Zucca	10	20	
Cipolla	1	1	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Risotto al basilico e grana (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Riso	45	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua, aggiungere il riso con il brodo e cuocere 15/30 minuti o 30 minuti per riso integrale. A fine cottura aggiungere il basilico accuratamente lavato e tritato e mantecare con olio evo e grana.
Cipolla	1	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Olio evo	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Basilico	2	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Risotto allo zafferano (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Riso	45	60	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua, aggiungere il riso con il brodo e cuocere 15/30 minuti o 30 minuti per riso integrale. A metà cottura aggiungere lo zafferano sciolto con un po' di brodo portato ad ebollizione. A fine cottura mantecare con burro crudo e grana.
Cipolla	1	1	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Burro (latte)	5	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Zafferano	0,05	0,05	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana, eliminare il burro (mantecare con olio evo)

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Risotto con finocchi (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Riso	45	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua, aggiungere il riso, i finocchi precedentemente lavati e tagliati a pezzetti, il brodo e cuocere 15/30 minuti per riso bianco, o 30 minuti per riso integrale. A fine cottura mantecare con olio evo, burro e grana.
Cipolla	1	
Finocchi	10	
Olio evo	3	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Burro (latte)	2	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il burro e il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Risotto con zucchine (con riso bianco o integrale)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Riso	45	60	(Attenzione: per la preparazione con riso integrale mettere in ammollo il riso 2 ore prima). Tritare la cipolla e stufarla con acqua e olio evo e poi aggiungere il riso, le zucchine precedentemente lavate e tagliate a pezzetti, il brodo e cuocere 15/30 minuti per riso bianco o 30 minuti per riso integrale. A fine cottura mantecare con olio evo e grana.
Cipolla	1	1	
Zucchine	10	20	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

**MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI****Esclusione di glutine:** utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata**Esclusione di latte e derivati:** eliminare il formaggio grana.**Esclusione di uova e derivati:** utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo**Esclusione di sedano:** eliminare il sedano dalla ricetta**Esclusione di fave:** nessuna modifica**Orzotto o farro alle verdure**

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Farro o Orzo (glutine)	50-60	Stufare le verdure precedentemente lavate e tritate con acqua e poi aggiungere il pomodoro e cuocere. Aggiungere il farro o l'orzo e portare a cottura con il brodo vegetale per circa 45/50 minuti. A fine cottura condire con olio evo e formaggio grana.
Cipolle	5	
Carote	5	
Sedano	2	
Zucchine	5	
Zucca	5	
Pomodori pelati/ passata/polpa di pomodoro	5	
Basilico	q.b.	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	

**MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI****Esclusione di glutine:** sostituire il farro o l'orzo con il riso bianco/integrale. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata**Esclusione di glutine:** sostituire con riso bianco o integrale condito con olio evo o verdure**Esclusione di latte e derivati:** eliminare il formaggio grana.**Esclusione di uova e derivati:** utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo**Esclusione di sedano:** eliminare il sedano dalla ricetta**Esclusione di fave:** nessuna modifica.



Farro ai porri o cavolfiori



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Farro (glutine)	40
Porri o cavolfiore	15
Brodo vegetale (sedano)	q.b.
Olio evo	5
Grana (latte, uova)	2 - 5
Sale iodato	q.b.

Lavare e tagliare i porri o i cavolfiori e stufarli con acqua. Aggiungere il farro e portare a cottura con il brodo vegetale per circa 45-50 minuti. Condire con olio evo e formaggio grana a fine cottura.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire il farro o l'orzo con il riso bianco/integrale. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di glutine: sostituire con riso bianco/ integrale condito con porri o cavolfiori

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Gnocchi alla Romana

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Latte	100	200	Versare il latte in una casseruola con il burro e il sale. Appena il latte inizia a bollire versare a pioggia il semolino e mescolare con una frusta per evitare formazione di grumi. Cuocere il composto a fuoco basso per almeno 20 minuti sino a quando non si sarà addensato. Togliere la casseruola dal fuoco, incorporare i tuorli e mescolare velocemente. Versare il composto su un piano pulito unto con olio evo e stenderlo fino ad arrivare ad uno spessore di 1,5 cm e lasciare raffreddare. Formare dei dischetti e posizionarli su una placca da forno precedentemente unta e spolverizzarli con grana e fiocchi di burro. Mettere la teglia in forno a 170°C fino a doratura.
Semolino (glutine)	25	50	
Uova	10	15	
Burro (latte)	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina di mais. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: Utilizzare al posto del latte il brodo vegetale. Eliminare il formaggio grana e il burro

Esclusione di uova e derivati: non utilizzare le uova e utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica



Gnocchi di patate al pomodoro



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Patate	100	150
Farina 00 (glutine)	15/20	20/25
Uova	0,05	0,06
Cipolle	5	5
Carote	5	5
Sedano	5	5
Pomodori pelati o passata di pomodoro o polpa di pomodoro	15	20
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5
Olio evo	5	5
Sale iodato	q.b.	q.b.

Preparazione salsa pomodoro:

Far stufare in una casseruola un trito di carote, cipolla e sedano con acqua a calore moderato.

Aggiungere i pomodori e cuocere. A fine cottura frullare il tutto ed aggiungere olio evo a crudo.

Preparazione gnocchi:

Pelare le patate dopo averle lavate e cuocerle a vapore. Schiacciarle ancora calde con lo schiacciapatate sul un piano da lavoro igienizzato e lasciarle raffreddare. Aggiungere uova, farina sale ed impastare.

Formare dei cilindri di 1 cm e con il coltello formare gnocchetti di grandezza uniforme e poi metterli a cuocere in acqua bollente salata fino a quando affiorano. Scolarli e condire con la salsa di pomodoro.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: eliminare le uova e utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica



Gnocchi di pane

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pane raffermo (glutine)	100	150	Mettere in ammollo il pane con latte caldo e lasciare risposare per circa 1 ora. Aggiungere grana, prezzemolo tritato e pane grattugiato (uova) quanto basta per formare un impasto morbido. Formare dei cilindri di circa 1 cm e con il coltello formare gnocchetti di grandezza uniforme e metterli a cuocere in acqua bollente salata fino a quando affiorano. Scolarli e condire con olio evo e formaggio grana.
Uova	0,05	0,06	
Latte p.s.	q.b.	q.b.	
Prezzemolo	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	5	5	
Pane grattugiato (glutine)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare pane senza glutine e farina senza glutine.

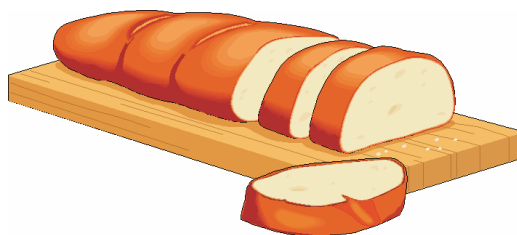
Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana ed il latte (sostituire con brodo o acqua)

Esclusione di uova e derivati: non utilizzare uova e utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica

Se presenti più intolleranze sostituire con altra pietanza permessa



Strangolapreti

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pane raffermo (glutine)	100	150	Mettere in ammollo il pane con latte caldo e lasciare risposare per circa 1 ora. Aggiungere gli spinaci lessati e tritati, grana e pane grattugiato quanto basta per formare un impasto morbido. Formare dei cilindri di circa 1 cm e con il coltello formare gnocchetti di grandezza uniforme, (oppure delle palline) e poi metterli a cuocere in acqua bollente salata fino a quando affiorano. Scolarli e condire con olio evo e formaggio grana.
Uova	0,05	0,05	
Latte p.s.	q.b.	q.b.	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Pane grattugiato (glutine)	q.b.	q.b.	
Spinaci surgelati	10	15	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana ed il latte. Sostituire con brodo o acqua

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Se presenti più intolleranze sostituire con altra pietanza permessa



Canederli di prosciutto e speck



Ingredienti

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Pane (glutine)	150
Prosciutto	15
Uova	0,05
Grana (latte, uova)	3
Latte p.s.	10
Prezzemolo	q.b.
Olio evo	5
Pane grattugiato (glutine)	q.b.
Brodo vegetale (sedano)	q.b.
Speck	15
Sale iodato	q.b.

Tagliare il pane a pezzetti ed ammolloarlo con il latte caldo e lasciarlo risposare per 15/20 minuti. Aggiungere il prosciutto e lo speck tagliati a dadini, uova, prezzemolo, sale e grana. Impastare e poi formare delle sfere regolari "canederli" e cuocerli nel brodo vegetale bollente per circa 10 minuti. Scolarli e condirli con olio evo e grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana ed il latte. Sostituire con brodo o acqua

Esclusione di uova e derivati: eliminare le uova, utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Se presenti più intolleranze sostituire con altra pietanza permessa



Canederli al formaggio

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pane (glutine)	100	120	Tagliare il pane a pezzetti ed ammolloarlo con il latte caldo e lasciarlo risposare per 15/20 minuti. Aggiungere il formaggio tagliato a dadini, uova, prezzemolo, sale e grana. Impastare e poi formare delle sfere regolari "canederli" e cuocerli nel brodo vegetale bollente per circa 10 minuti. Scolarli e condirli con olio evo e grana.
Formaggio (latte)	20	30	
Uova	0,05	0,05	
Grana (latte, uova)	3	3	
Prezzemolo	q.b.	q.b.	
Latte p.s.	10	10	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Pane grattugiato (glutine)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana ed il latte.

Esclusione di uova e derivati: eliminare le uova e utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo o sostituire con parmigiano

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Se presenti più intolleranze sostituire con altra pietanza permessa



Pasticcio di verdure



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Pasta di semola (glutine)
oppure
Pasta secca all'uovo
(glutine, uova)

45

60

Porri

3

3

Carote

3

3

Cipolle

3

3

Sedano

3

3

Zucchine

3

3

Piselli

3

3

Zucca

3

3

Olio evo

2

2

Grana (latte, uova)

2-5

2-5

Ingredienti per besciamella fresca

Latte p.s.

30

30

Burro (latte)

3

3

Farina (glutine)

7

7

Sale iodato

q.b.

q.b.

Lavare, tagliare le verdure e stufarle con aggiunta di acqua e sale.

Per la besciamella:

Sciogliere olio evo o burro con la farina e lasciare cuocere per qualche minuto mescolando. Aggiungere il latte bollente, mescolare per evitare la formazione di grumi e cuocere a fuoco basso per 5/10 minuti.

Stendere le sfoglie di lasagna in una teglia precedentemente unta ed alternare la pasta con uno strato di besciamella, di verdure stufate e grana.

Procedere fino ad esaurimento delle verdure e spolverare con grana. Mettere in forno già caldo a 180° per circa 45 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: utilizzare latte di riso, eliminare il burro e il grana.

Esclusione di uova e derivati: eliminare la pasta fresca all'uovo e sostituirla con pasta di semola di grano duro. Utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica salvo diversa prescrizione medica (ovvero esclusione di fave e piselli). Attenzione che la pasta all'uovo garantisca in etichetta l'assenza di fave e derivati



Cous Cous con sugo di verdure

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Cous cous (glutine)	20	30	Lavare e tagliare le verdure e stufarle in acqua; aggiungere il cous cous che va poi coperto con acqua bollente salata e lasciato riposare coperto e senza mescolare per 10 minuti. Per i bimbi più grandi il cous cous va sgranato mentre per il nido va servito più morbido. Condire con olio evo e formaggio grana.
Porri	3	3	
Carote	3	3	
Cipolle	3	3	
Sedano	3	3	
Zucchine	3	3	
Piselli	3	3	
Zucca	3	3	
Grana (latte, uova)	2-5	2-5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire il cous cous con riso oppure con cous cous senza glutine.

Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica salvo diversa prescrizione medica (ovvero esclusione di fave e piselli)



Speazle

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Farina (glutine)	40	50	Cuocere gli spinaci a vapore e poi tritarli. Miscelare farina, uovo, latte, sale, spinaci, fino a formare un impasto semi-denso; lasciare cadere l'impasto, utilizzando l'apposito attrezzo, nell'acqua bollente precedentemente salata. Dopo qualche minuto di cottura raccogliere con la schiumaiola gli speazle e condirli con olio evo e grana.
Uova	15	15	
Latte p.s.	0,10	0,10	
Spinaci	0,10	0,10	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2-5	2-5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: utilizzare acqua o latte di riso.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra pietanza permessa ed utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica

Se presenti più intolleranze sostituire con altra pietanza permessa



Pasticcio di verdure con formaggio fresco trentino



Ingredienti

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Pasta di semola (glutine)
oppure
Pasta secca all'uovo
(glutine, uova)

45

Porri

3

Carote

3

Cipolle

3

Sedano

3

Zucchine

3

Piselli

3

Zucca

3

Olio evo

2

Grana (latte, uova)

5

Ingredienti per besciamella fresca

Latte p.s.

30

Olio evo

3

Farina (glutine)

8

Formaggio fresco (latte)

20

Sale iodato

q.b.

Lavare, tagliare le verdure e stufarle con aggiunta di acqua e sale.

Per la besciamella:

Sciogliere olio evo o burro con la farina e lasciare cuocere per qualche minuto mescolando. Aggiungere il latte bollente e mescolare per evitare la formazione di grumi e far cuocere a fuoco basso per 5/10 minuti. A fine cottura aggiungere il formaggio a pezzetti e mescolare. Stendere le sfoglie di lasagna in una teglia precedentemente unta ed alternare la pasta con uno strato di besciamella, di sugo alle verdure e spolverare con grana.

Procedere fino ad esaurimento del sugo di verdure. Mettere in forno già caldo a 180°C per circa 45 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta e farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di uova e derivati: eliminare la pasta fresca all'uovo e sostituirla con pasta di semola di grano duro. Utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: eliminare la pasta fresca all'uovo e sostituirla con pasta di semola di grano duro. Utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo



Minestra (brodo vegetale) con pastina o riso

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine) o riso	30	30	Lavare, pelare e tagliare le verdure e stufarle in una casseruola con acqua e sale. Far bollire 2 ore. Togliere le verdure dal brodo ed aggiungere la pastina o il riso. A fine cottura aggiungere olio evo e grana.
Cipolla	5	5	
Carota	5	5	
Sedano	2	2	
Zucchini	5	5	
Patata	5	5	
Porro	5	5	
Olio evo	5	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Grana (latte, uova)	2-5	2-5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire con riso o utilizzare pastina senza glutine.

Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di Sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Crema di ceci

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Ceci	15	30	Mettere in ammollo 24 ore prima i ceci. Scolare i ceci e cuocerli in acqua salata per almeno due ore in una casseruola con tutte le verdure pulite e lavate. Frullare il tutto con un mixer ad immersione e condire con olio evo a crudo e grana.
Carote	5	5	
Patata	10	10	
Cipolla	5	5	
Porro	5	5	
Sedano	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Crema di carote o di zucca

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Carote o zucca	50	70	Lavare, pelare e tagliare a pezzetti le verdure e cuocerle in acqua salata per 2 ore. Frullare con mixer ad immersione e aggiungere olio evo a crudo e grana.
Patate	50	50	
Cipolla	7	7	
Porri	5	10	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Orzetto

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Orzo (glutine)	45	60	Lavare e tagliare le verdure e lessarle in acqua salata. A cottura ultimata passarle e rimetterle su fuoco, aggiungere l'orzo (cotto a parte in acqua salata per circa 1 ora) e ultimare la cottura. Condire con olio evo a crudo e grana.
Porro	5	5	
Zucchine	5	5	
Patate	5	5	
Zucca (mesi invernali)	5	5	
Carote	5	5	
Cipolle	5	5	
Sedano	5	5	
Grana (latte, uova)	2-5	2-5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Sostituire l'orzo con pasta senza glutine o riso. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Semolino vegetale

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Semolino (glutine)	25	Far bollire il brodo vegetale e versare a pioggia la semola, mescolare per evitare la formazione di grumi e lasciare cuocere per 15 minuti a fuoco moderato. A fine cottura aggiungere olio evo a crudo e grana.
Brodo vegetale (sedano)	200	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Olio evo	5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare la semola con pastina micron senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Crema di patate e lattuga

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Patata	70	Lavare e tagliare le verdure e farle stufare con la loro acqua. Aggiungere acqua fino a coprirle, sale e lasciare cuocere per circa 1 ora e 30 minuti. Passare con il mixer ad immersione ed aggiungere olio evo a crudo e grana.
Lattuga	50	
Cipolla	10	
Porro	10	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Olio evo	5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Passato di verdure

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Patate	5	5	Lavare e tagliare le verdure e cuocerle con acqua e sale per circa 1 ora e 30 minuti. Passarle con il mixer ad immersione, aggiungere olio evo a crudo e grana.
Cipolle	5	5	
Zucchini	5	5	
Carote	5	5	
Porri	5	5	
Zucca	5	5	
Verza	5	5	
Sedano	5	5	
Biete	5	5	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI



Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Crema di zucchini

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Zucchini	30	30	Lavare e tagliare le verdure e cuocerle in acqua salata o con dado vegetale per circa 1 ora e 30 minuti. Passare le verdure con il mixer ad immersione, aggiungere olio evo a crudo e grana.
Patate	20	20	
Cipolla	3	3	
Porri	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI



Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Crema di porri

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Porri	15	15	Lavare e tagliare i porri e le patate e farli cuocere in acqua salata o con brodo vegetale per circa 1 ora e 30 minuti. Passare con il mixer ad immersione, aggiungere olio evo a crudo e grana.
Patate	40	10	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare la semola con pastina micron senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Panada

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	Far bollire il brodo vegetale e poi versare a pioggia il pane grattugiato fino ad ottenere una consistenza cremosa. Cuocere per 10 minuti mescolando per evitare formazione di grumi. A fine cottura aggiungere olio evo a crudo e grana.
Pane grattugiato (glutine)	15	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare la semola con pastina micron senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Bro-brusa

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	Abbrustolire nel forno la farina bianca, rimestando frequentemente fino a quando non assume un colore dorato. Togliere dal forno e mettere la farina in una casseruola ed aggiungere lentamente acqua fredda, mescolando per evitare formazione di grumi e diluire con brodo vegetale. Cuocere il composto fino a quando non diventa un po' denso. A fine cottura aggiungere olio evo a crudo e grana.
Farina bianca (glutine)	20	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Pasta e fagioli

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine)	30	30	Mettere a bagno i fagioli almeno 8 ore prima. Lavare e tagliare la verdura a pezzetti, aggiungere i fagioli, sale e cuocere lentamente per 2 ore con il coperchio. Passare con il mixer ad immersione ed aggiungere la pasta e lasciarla cuocere. A fine cottura aggiungere olio evo a crudo e grana.
Faggioli secchi	10	15	
Patate	40	40	
Cipolla	5	5	
Sedano	5	5	
Carota	5	5	
Pomodori pelati	5	5	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Passatelli



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Brodo vegetale (sedano)	200
Pane grattugiato (glutine)	15
Uova	20
Grana (latte, uova)	2-5
Olio evo	5
Sale iodato	q.b.

Impastare il pane grattugiato con uovo, grana, un pizzico di sale fino a formare un impasto solido e lasciarlo riposare in frigorifero per almeno 30 minuti. Far bollire il brodo vegetale e con lo schiacciapastate a fori larghi schiacciare l'impasto un po' per volta per formare i passatelli. Versarli nel brodo bollente e cuocere per circa 15 minuti. Servirli con aggiunta di olio evo a crudo e grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: Utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Cotolette/ Pepite/Bocconcini di pollo (senza uova)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Petto di pollo	40	50	Tagliare il pollo a dadini o a straccetti. A parte formare un mix con pane grattugiato, sale, farina di mais e rosmarino tritato ed impanare il pollo. Disporre il pollo in una teglia da forno e cuocere per 20 minuti a 180°C in forno.
Pane grattugiato (glutine)	4	5	
Farina di mais	2	3	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: se nel certificato medico è vietata la carne di pollo, sostituire con carne di manzo, tacchino o maiale

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Straccetti di tacchino

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Tacchino	50	Mettere a bagno i fagioli almeno 8 ore prima. Lavare e tagliare la verdura a pezzetti, aggiungere i fagioli, sale e cuocere lentamente per 2 ore con il coperchio. Passare con il mixer ad immersione ed aggiungere la pasta e lasciarla cuocere. A fine cottura aggiungere olio evo a crudo e grana.
Farina bianca o maizena (glutine)	2	
Olio evo	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Rosmarino	q.b.	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Tacchino al vapore

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Tacchino tagliato fettine	35	Disporre le fettine di tacchino sopra ad una griglia per la cottura a vapore oppure in forno a vapore. Cuocere per 15 minuti. Servire a pezzettini o frullato con aggiunta di sale e olio evo a crudo.
Olio evo	3	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Arrosto di tacchino

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Fesa di tacchino	40	50	Mettere in una teglia da forno, il tacchino, cipolla, carota e sedano a pezzetti; aggiungere rosmarino, salvia, sale e olio evo ed infornare a 180°C fino a cottura ultimata irrorando con brodo vegetale. Servire la carne con il sugo di cottura frullato al mixer.
Carota	5	5	
Cipolla	5	5	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Sedano	3	3	
Salvia	q.b.	q.b.	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Coniglio al forno

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Coniglio disossato	40	50	Mettere in una teglia da forno, il coniglio, cipolla, carota e sedano a pezzetti; aggiungere rosmarino salvia, sale, olio evo ed infornare a 180°C fino a cottura ultimata irrorando con brodo vegetale. Servire la carne con il sugo di cottura frullato al mixer.
Carota	5	5	
Cipolla	5	5	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Sedano	3	3	
Olio evo	5	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Salvia	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica

Straccetti di vitello

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Vitello	50	Tagliare a striscioline il vitello, infarinarlo e disporlo su una teglia da forno con olio evo e sale, cuocere per circa 20 minuti a 180°C irrorando con brodo vegetale.
Farina bianca o maizena (glutine)	2	
Olio evo	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Spezzatino di vitello/manzo/puledro

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Spalla vitello	40	50	Tagliare la carne a bocconcini e a parte lavare e tritare le verdure e stufarle con brodo vegetale; aggiungere la carne, passata di pomodoro, acqua e sale e cuocere per circa 1 ora e 30 minuti. A fine cottura aggiungere l'olio evo a crudo.
Carota	6	8	
Cipolla	6	8	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Sedano	2	3	
Passata di pomodoro	5	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	7	7	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Fesa di vitello al forno (arrosto)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Fesa di vitello	40	50	Mettere in una teglia da forno, il vitello, cipolla, carota e sedano a pezzetti e stufarle con brodo vegetale; aggiungere rosmarino salvia sale e olio evo ed infornare a 180°C fino a cottura ultimata. Servire la carne con il sugo di cottura frullato al mixer.
Carota	6	8	
Cipolla	6	8	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Sedano	3	3	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Straccetti di vitello

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Vitello	50	Tagliare a striscioline il vitello e infarinarlo; disporlo su una teglia da forno con olio evo e sale e cuocere per circa 20 minuti a 180°C irrorando con brodo vegetale.
Farina bianca o maizena (glutine)	2	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Olio evo	5	
Rosmarino (facoltativo)	q.b.	
Sale iodato	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Fettina di manzo alla pizzaiola

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Manzo	50	Tagliare la carne a fettine ed infarinarla, metterla in una casseruola con un po' di brodo vegetale e cuocere per circa 5 minuti. Aggiungere la passata di pomodoro, origano e salare e terminare la cottura per altri 10 minuti. A fine cottura aggiungere l'olio evo a crudo.
Farina bianca o maizena (glutine)	2	
Passata di pomodoro	10	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Olio evo	5	
Origano	q.b.	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Svizzera di manzo/puledro in forno

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Manzo puledro	40	50	Macinare la carne di manzo/puledro aggiungere un pizzico di sale e formare le svizzere. Cuocere in forno per 20 minuti a 180°C irrorando con brodo vegetale. A fine cottura condire con olio evo a crudo.
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Palline di vitellone al pomodoro

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Vitellone	40	Macinare la carne di vitellone, aggiungere un pizzico di sale e formare le palline e cuocerle in padella per circa 30 minuti con passata di pomodoro, basilico e brodo vegetale. A fine cottura aggiungere l'olio evo a crudo.
Passata di pomodoro	5	
Olio evo	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Basilico	q.b.	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Macinato di vitellone con pomodoro

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Vitellone	40	Macinare la carne e aggiungerle la cipolla precedentemente tagliata e stufata con un po' di acqua. Aggiungere la passata di pomodoro, il basilico, sale e cuocere per circa due ore irrorando con il brodo vegetale. A fine cottura aggiungere l'olio evo a crudo.
Cipolla	3	
Passata di pomodoro	5	
Basilico	q.b.	
Olio evo	3	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

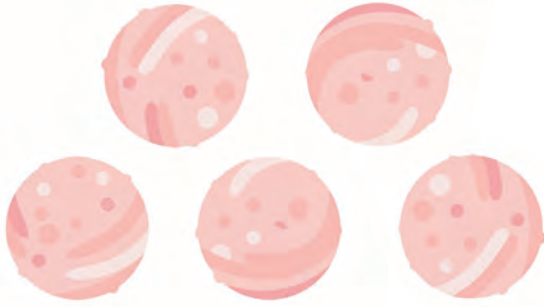
Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Polpette di puledro in forno

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Puledro	40	50	Mettere il pane a pezzetti in ammollo con il latte. Macinare la carne, aggiungere sale, pane strizzato dal latte, prezzemolo, noce moscata, grana e uovo. Impastare e formare delle polpette. Passarle nel pane grattugiato e mettere in forno su una teglia unta e cuocere a 180° per circa 20 minuti irrorando con brodo vegetale.
Pane raffermo (glutine)	3	3	
Latte	q.b.	q.b.	
Uovo	0,02	0,02	
Prezzemolo	q.b.	q.b.	
Grana (latte, uova)	2	2	
Pane grattugiato (glutine)	q.b.	q.b.	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	3	3	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane senza glutine e/o pane grattugiato senza glutine

Esclusione di latte e derivati: al posto del latte utilizzare brodo vegetale ed eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: eliminare l'uovo e utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica SE presenti più intolleranze sostituire con altre pietanze permesse

Scaloppe di maiale agli agrumi



Ingredienti

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Maiale	50
Farina bianca o maizena (glutine)	2
Brodo vegetale (sedano)	q.b.
Succo di arancia o di limone	q.b.
Olio evo	5
Sale iodato	q.b.

Tagliare a pezzetti il maiale ed infarinarlo, metterlo in una casseruola con un po' di olio evo, brodo vegetale e cuocere per 5 minuti; bagnarlo con il succo di arancia e/o limone, salare e cuocere per altri 15 minuti irrorando, se necessario, con altro brodo vegetale.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Arrosto di maiale



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Lonza di maiale	50
Carota	5
Cipolla	5
Sedano	3
Rosmarino	q.b.
Salvia	q.b.
Olio evo	5
Brodo vegetale (sedano)	q.b.
Sale iodato	q.b.

Mettere in una teglia da forno unta con poco olio evo il maiale, cipolla, carota e sedano tagliate a pezzetti; aggiungere rosmarino, salvia, sale ed infornare a 180°C fino a cottura ultimata irrorando con brodo vegetale. Frullare il sugo di cottura con il mixer.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Polpette/Crocchette di pesce

(halibut, platessa, persico, smeriglio, merluzzo)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pesce	50	70	Macinare il pesce e aggiungere patate lesse, schiacciate, prezzemolo, sale, pane grattugiato, grana, scorzetta di limone. Mescolare l'impasto e formare le polpette e passarle nel pane grattugiato. Cuocerle in forno sopra ad una teglia precedentemente unta con olio evo a 180°C per 20 minuti.
Patate	20	25	
Pane grattugiato (glutine)	1	1	
Prezzemolo	q.b.	q.b.	
Grana (latte, uova)	2 - 5	2 - 5	
Olio evo	5	5	
Limone (scorze)	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: eliminare il pane come ingrediente o utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa

Pesce persico/Halibut al forno con aromi

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Pesce persico (pesce)	50	70	Tagliare il pesce a pezzetti disporlo sopra ad una teglia precedentemente unta con olio evo e condire con gli aromi tritati. Cuocere a 180°C per 20 minuti.
Olio evo	5	5	
Rosmarino	q.b.	q.b.	
Salvia	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

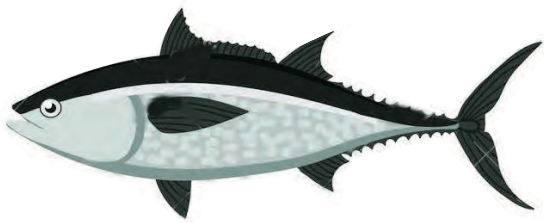
Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa



Pesce persico al vapore

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Pesce persico (pesce)	50	Disporre il pesce a pezzetti sopra ad una griglia per la cottura a vapore oppure in forno a vapore. Cuocere per 15 minuti 180°C. Servire a pezzettini o frullato con aggiunta di olio evo a crudo.
Olio evo	5	
Sale iodato	q.b.	

 MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** nessuna modifica.
- Esclusione di latte e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di uova e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di fave:** nessuna modifica.
- Per intolleranze al pesce:** sostituire con altra pietanza permessa

Filetti di platessa gratinati

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Platessa (pesce)	70	Passare il pesce in un mix di grana, pane grattugiato e sale e disporlo in una teglia da forno precedentemente unta. Cuocere a 180°C per 20 minuti.
Pane grattugiato (glutine)	6	
Grana (latte, uova)	3	
Olio evo	5	
Sale iodato	q.b.	

 MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** Eliminare il pane come ingrediente e utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata
- Esclusione di latte e derivati:** eliminare il formaggio grana.
- Esclusione di uova e derivati:** utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo
- Esclusione di fave:** nessuna modifica.
- Per intolleranze al pesce:** sostituire con altra pietanza permessa



Pesce persico /Nasello al limone



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Persico o Nasello
(pesce)

50

70

Prezzemolo

q.b.

q.b.

Olio evo

5

5

Succo di limone

q.b.

q.b.

Sale iodato

q.b.

q.b.

Pulire il pesce e tagliarlo a pezzetti, disporlo su una teglia da forno precedentemente unta con olio evo, cospargere con il succo di limone, prezzemolo ed infornare a 180°C per 20 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa

Smeriglio al forno con pomodorini



Ingredienti

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Smeriglio
(pesce)

70

Pomodorini

10

Prezzemolo

q.b.

Olio evo

5

Sale iodato

q.b.

Pulire il pesce, tagliarlo a pezzetti e disporlo in una teglia da forno precedentemente unta con olio evo. Aggiungere i pomodorini lavati e tagliati a pezzi ed infornare con aggiunta di prezzemolo tritato e sale. Cuocere a 180°C per 20 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa

Filetti di nasello con basilico e pomodoro

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Nasello (pesce)	50	70	Pulire e tagliare a pezzetti il pesce, metterlo su una teglia unta con olio evo e cospargerlo con la passata di pomodoro, il basilico tritato, sale e un'aggiunta di olio evo. Cuocere a 180°C per 20 minuti.
Basilico	q.b.	q.b.	
Passata di pomodoro	10	10	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** nessuna modifica.
- Esclusione di latte e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di uova e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di fave:** nessuna modifica.
- Per intolleranze al pesce:** sostituire con altra pietanza permessa

Polpette di tonno

 Ingredienti	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Tonno in scatola (pesce)	30	Scolare il tonno e passarlo al mixer. Lessare le patate e schiacciarle con il passapatate. Amalgamare il tutto assieme a uova, grana, prezzemolo sale e pane grattugiato. Formare delle piccole sfere da 60 gr cadauna e passarle nel pane grattugiato. Disporre le polpette su una teglia precedentemente unta e mettere in forno a 180° per 20 minuti.
Patate	30	
Pane grattugiato (glutine)	20	
Uova	0,05	
Grana (latte, uova)	2	
Prezzemolo	q.b.	
Olio evo	3	
Sale iodato	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** nessuna modifica.
- Esclusione di latte e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di uova e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di fave:** nessuna modifica.
- Per intolleranze al pesce:** sostituire con altra pietanza permessa



Frittata con patate o verdure



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Uova

n.1/2

n.1

Patate

5

10

Carote

3

3

Zucchine

3

3

Prezzemolo

q.b.

q.b.

Olio evo

5

5

Grana (latte, uova)

2

2

Sale iodato

q.b.

q.b.

Per frittata con patate:

Lavare le uova in acqua corrente e poi romperle in un recipiente; aggiungere le patate a pezzetti precedentemente lessate, sale, grana e prezzemolo.

Versare il contenuto in una teglia precedentemente unta con poco olio evo ed infornare a 180° per 20/30 minuti.

Per frittata con verdure:

Lavare le uova in acqua corrente poi romperle in un recipiente ed aggiungere le verdure a pezzetti precedentemente lessate, il sale, grana e prezzemolo. Versare il contenuto in una teglia precedentemente unta con poco olio evo ed infornare a 180° per 20/30 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di fave: nessuna modifica



Crocchette/Polpette vegetali o Sformatino di verdure

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Uova	5	6	Lessare le patate e cuocere le altre verdure. Passare le patate con lo schiaccia patate ed aggiungere le verdure frullate ed amalgamare con uova, grana, pane grattugiato, sale. Formare delle palline di 50/60 grammi e passarle nel pane grattugiato e disporle sopra ad una teglia precedentemente unta con un filo di olio evo; informare a 200°C per 20 minuti. Nel caso venissero utilizzati i legumi al posto delle verdure, questi vanno aggiunti alle patate dopo averli lessati e frullati. Amalgamare con uova, grana, pane grattugiato, sale. Formare delle palline di 50/60 grammi e passarle nel pane grattugiato e disporle sopra ad una teglia precedentemente unta con un filo di olio evo; informare a 180° C per 20 minuti.
Patate	15	20	
Carote	5	5	
Zucchine	5	5	
Zucca	5	5	
Verze	5	5	
Porro	5	5	
Piselli	5	5	
Lenticchie	10	10	
Fagioli	5	5	
Ceci	5	5	
Grana (latte, uova)	3	3	
Pane grattugiato (glutine)	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** utilizzare pane grattugiato senza glutine e utilizzare formaggio grana grattu- giato con grattugia dedicata
- Esclusione di latte e derivati:** eliminare il formaggio grana
- Esclusione di uova e derivati:** sostituire con altra preparazione permessa
- Esclusione di sedano:** eliminare il sedano dalla ricetta
- Esclusione di fave:** nessuna modifica salvo diversa prescrizione medica (ovvero esclusione di fave e piselli)



Uova strapazzate

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Uova	30	60	Unire le uova con il grana grattugiato, versare il tutto su una casseruola precedentemente unta con poco olio evo e cuocere a fuoco basso mescolando fino a cottura.
Grana (latte, uova)	2	3	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Cubetti di uova sode

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Uova	n. 1/2	n. 1	Lavare sotto l'acqua corrente le uova e poi metterle in una casseruola con acqua fredda. Portare a bollitura per circa 10 minuti, toglierle dall'acqua e lasciare intiepidire. Sgusciare le uova e tagliarle a cubetti. Condire con olio evo a crudo e sale.
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Crocchette/ Bastoncini/Sformatino di ricotta e verdure

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Uova	5	6	Pulire e cuocere le verdure, passarle al mixer, amalgamare la ricotta con le verdure, uovo, grana, pane grattugiato, sale e formare delle crocchette. Passarle nel pane grattugiato ed infornare a 180° per circa 20 minuti su una teglia precedentemente unta con poco olio evo.
Ricotta (latte)	20	35	
Zucchine	5	5	
Carote	5	5	
Spinaci	5	5	
Zucca	5	5	
Cavolfiore	5	5	
Piselli	5	5	
Olio evo	3	3	
Pane grattugiato (glutine)	5	5	
Grana (latte, uova)	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo ed eliminare l'uovo e sostituire con altra pietanza permessa

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica salvo diversa prescrizione medica (ovvero esclusione di fave e piselli)



Verdure gratinate al forno



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Finocchi	100
Cavolfiori	100
Spinaci	100
Biete	100
Pane grattugiato (glutine)	2
Grana (latte, uova)	5
Olio evo	5
Sale iodato	q.b.

Lavare, lessare le verdure in acqua salata. Tagliare/tritare le verdure e disporle su una teglia da forno precedentemente unta. Cospargere le verdure con il pane grattugiato, il grana ed olio evo a crudo e infornare a 180°C per 15 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane senza glutine e utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica

Piselli stufati o in umido

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Piselli surgelati	50	70	Pulire e tagliare la cipolla e stufare con acqua ed olio evo. Aggiungere i piselli, acqua brodo vegetale, sale e passata di pomodoro. Cuocere per circa 1 ora e a fine cottura aggiungere olio evo a crudo e prezzemolo tritato.
Cipolla	5	8	
Pomodori pelati	12	15	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	q.b.	
Olio evo	5	5	
Prezzemolo	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** nessuna modifica.
- Esclusione di latte e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di uova e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di sedano:** eliminare il sedano dalla ricetta
- Esclusione di fave:** nessuna modifica salvo diversa prescrizione medica (ovvero esclusione di fave e piselli)

Fagioli in umido (fasoi embragai)

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	 Preparazione
Fagioli secchi	15/20	Mettere in ammollo i fagioli per almeno 12 ore. Lavare, tritare e stufare le verdure con acqua ed olio evo. Aggiungere i fagioli, la passata di pomodoro, salvia ed acqua quanto basta. Cuocere fino a cottura per circa 1 ora. A sedano 2 fine cottura aggiungere olio evo a crudo.
Passata di pomodoro	12	
Cipolla	3	
Sedano	2	
Carota	2	
Salvia	q.b.	
Olio evo	5	
Sale iodato	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

- Esclusione di glutine:** nessuna modifica.
- Esclusione di latte e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di uova e derivati:** nessuna modifica.
- Esclusione di sedano** eliminare il sedano dalla ricetta
- Esclusione di fave:** nessuna modifica.



Pizza e focaccia al pomodoro e grana

	Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml		Preparazione
--	-------------	-----------------------------	--------------------------------------	--	--------------

**Pasta per pizza
(glutine)**

50

70

Pomodori pelati

30

40

Mozzarella (latte)

20

30

**Farina
(glutine)**

q.b.

q.b.

Olio evo

5

5

Origano

q.b.

q.b.

Sale iodato

q.b.

q.b.

Stendere la pasta e disporla nella teglia unta di olio evo e lasciare levitare. Frullare i pomodori ed unire olio evo, origano e sale. Disporre sulla pasta da pizza, il pomodoro, la mozzarella e infornare a forno caldo a 180°C (la farina viene utilizzata per stendere sul tavolo la pasta).



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

NOTA* se si utilizza il prodotto pronto "base pizza", verificare in etichetta presenza allergeni

Esclusione di glutine: se si utilizza il prodotto pronto "base pizza", verificare in etichetta presenza allergeni

Esclusione di latte e derivati: eliminare la mozzarella e il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica



Caprese



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml



Preparazione

Pomodoro da insalata	40
Mozzarella (latte)	40
Basilico	q.b.
Origano	q.b.
Olio evo	5
Sale iodato	q.b.

Lavare e tagliare a pezzettini i pomodori e condirli con olio evo a crudo, sale ed origano o basilico.

A parte tagliare la mozzarella a pezzettini e servire assieme ai pomodori.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: eliminare la mozzarella e sostituire con altra pietanza permessa

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Formaggi/Prosciutto cotto/Speck

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Ricotta di mucca (latte)	50	60	Porzionare il formaggio secondo la grammatura prevista e refrigerare fino al momento della somministrazione.
Mozzarella (latte)	40	50	
Stracchino (latte)	30	40	
Asiago, Fontal (latte) Trentingrana (latte, uova)	20	30	
Prosciutto cotto Speck	20	30	Eliminare il grasso, affettare finemente e presentare le fette di prosciutto ripiegate.

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra pietanza permessa

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di sedano: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica



Verdura cruda

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Radicchio	10	15	Mondare e lavare la verdura accuratamente sotto l'acqua corrente; tagliarla a pezzetti o tritarla. Condire con olio evo a crudo e sale. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate in caso di contorni misti.
Insalata verde	10	15	
Carota	20-40	30-60	
Pomodoro	20-40	30-60	
Cappuccio	20-40	30-60	
Finocchio	20-40	30-60	
Peperoni	20-40	30-60	
Zucchine	20-40	30-60	
Cetrioli	20-40	30-60	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	
Aceto	/	q.b.	
Basilico	q.b.	q.b.	
Prezzemolo	q.b.	q.b.	
Origano, timo	q.b.	q.b.	



Purea di patate

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Patate	80	120	Sbucciare, lavare le patate e cuocerle tagliate a pezzetti in acqua salata fino a cottura. Scolare e schiacciarle con lo schiacciapatate, aggiungere latte caldo, burro e sbattere il composto con le fruste elettriche fino a quando diventa cremoso. A fine cottura aggiungere il burro e il grana.
Latte p.s.	10	15	
Burro (latte)	2	3	
Grana (latte, uova)	2	3	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana, sostituire il latte con il brodo vegetale e il burro con olio evo

Esclusione di uova e derivati: eliminare il formaggio grana, sostituire il latte con il brodo vegetale e il burro con olio evo

Esclusione di sedano: eliminare il sedano dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Polenta

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Farina gialla	30	40	Portare a bollore l'acqua con il sale ed aggiungere a pioggia la polenta continuando a mescolare per evitare la formazione di grumi. Abbassare la fiamma e cuocere per almeno 50 minuti.
Acqua	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di sedano: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Verdure lessate/vapore

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Carote	60-80	80-100	Pulire, lavare e sbucciare le verdure. Lessare le verdure in acqua salata o cuocere a vapore. Tagliarle a pezzettini e condire con olio evo e sale.
Zucchine	60-80	80-100	
Verza	60-80	80-100	
Fagiolini	60-80	80-100	
Biete	60-80	80-100	
Cavolfiori	60-80	80-100	
Spinaci	60-80	80-100	
Rape rosse	60-80	80-100	
Finocchi	60-80	80-100	
Melanzane	60-80	80-100	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	

Spinaci /Biete spadellate con grana

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Spinaci o biette	60-80	80-100	Lavare la verdura e tagliarla a pezzettini. Cuocere in acqua salata per circa 10 minuti e scolare. Mettere le verdure in una teglia con un po' di olio evo a crudo e cuocere; a fine cottura cospargerle con il grana e mescolare.
Grana (latte, uova)	3	4	
Olio evo	5	5	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



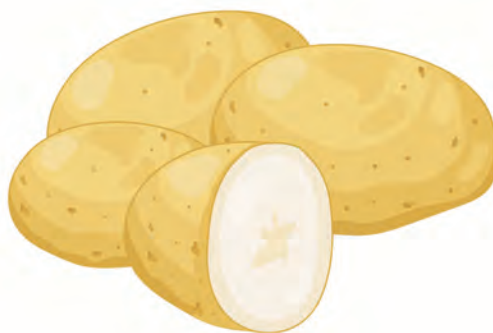
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata o l'assenza di glutine

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Patate al forno



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Patate

80

120

Olio evo

5

5

Rosmarino

q.b.

q.b.

Sale iodato

q.b.

q.b.

Lavare e sbucciare le patate. Tagliarle a pezzetti e sbianchire per 5 minuti in acqua bollente. Scolarle e disporle su una teglia da forno precedentemente unta con olio evo ed aggiungere rosmarino tritato, sale e cuocere a 180°C per 30 minuti.

Patate all'olio evo e prezzemolo



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Patate

80

120

Olio evo

5

5

Prezzemolo

q.b.

q.b.

Sale iodato

q.b.

q.b.

Lavare e sbucciare le patate. Tagliarle a pezzetti e cuocere in acqua bollente salata o a vapore fino a cottura. Scolare e condire con olio evo a crudo e prezzemolo tritato accuratamente lavato.



Torta allo Yogurt

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Yogurt al naturale (latte)	125	125	Sbattere con la frusta elettrica le uova con lo zucchero fino a quando diventano spumose. Aggiungere lo yogurt, l'olio evo e mescolare bene. Aggiungere la farina con il lievito e la scorzetta di limone con una punta di sale. Mescolare l'impasto e versarlo in una teglia unta ed infarinata; cuocere in forno preriscaldato a 160°-180°C per 30minuti.
Farina di frumento (glutine)	300	300	
Zucchero	90	90	
Uova	3	3	
Olio evo	30	30	
Lievito	1 bustina	1 bustina	
Vanilina	1 bustina	1 bustina	
Scorzetta di limone	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine e amido di mais. Utilizzare lievito senza glutine Oppure sostituire con altra pietanza permessa.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra pietanza permessa

Esclusione di uova e derivati: eliminare le uova o sostituire con altra preparazione permessa

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Torta alle carote



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/mlScuola infanzia
3-5 anni
gr/ml

Preparazione

Carote

250

250

Mandorle
(frutta secca)

250

250

Uova

n.5

n.5

Zucchero

100

100

Fecola

150

150

Sale iodato

q.b.

q.b.

Sbucciare le carote e lavarle in acqua fredda. Tritare le carote e strizzarle. Tritare le mandorle molto fini con un po' di zucchero (1 cucchiaino). Separare i rossi dagli albumi e sbattere i rossi n.5 d'uovo con lo zucchero rimasto sino a farli diventare spumosi. A parte montare a neve gli albumi. Incorporare ai rossi d'uovo, le carote, le mandorle, la fecola ai rossi d'uovo e mescolare. Aggiungere gli albumi all'impasto con un movimento dal basso verso l'alto. Versare in una tortiera unta ed infarinata con la fecola e mettere in forno per 50 minuti a 170°C.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra pietanza permessa

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Salame di cioccolato



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/mlScuola infanzia
3-5 anni
gr/ml

Preparazione

Biscotti secchi
(glutine)

250

250

Burro (latte)

70

70

Latte p.s.

60

60

Cacao

50

50

Zucchero

80

80

Sbriciolare i biscotti ed aggiungere il burro sciolto, il latte, il cacao e lo zucchero ed impastare. Formare un salame ed avvolgerlo nella carta forno e farlo raffreddare in frigo per almeno due ore. in forno per 50 minuti a 170°C.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare biscotti senza glutine

Esclusione di latte e derivati: utilizzare latte di riso. Eliminare il burro dalla ricetta

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.



Rotolo alla marmellata

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Farina (glutine)	125	125	Separare i tuorli dagli albumi. Aggiungere ai tuorli zucchero, farina, lievito, vanillina, sale ed acqua e sbattere energicamente con una frusta elettrica fino a quando l'impasto diventa spumoso. Aggiungere delicatamente gli albumi montati a neve con un movimento dall'alto verso il basso. Versare il composto su una teglia ricoperta con la carta da forno e distribuire uniformemente l'impasto. Infornare a 160°C per 12 minuti. Togliere dal forno e rovesciare l'impasto cotto su un canovaccio inumidito con l'acqua. Spalmare il composto con la marmellata e con l'aiuto del canovaccio arrotolare dalla parte più lunga. Farlo riposare nel frigorifero avvolto dalla carta forno.
Uova	n.6	n.6	
Confettura	250	250	
Zucchero	125	125	
Vanilina	1 bustina	1 bustina	
Lievito (glutine)	1 bustina	1 bustina	
Acqua	125	125	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



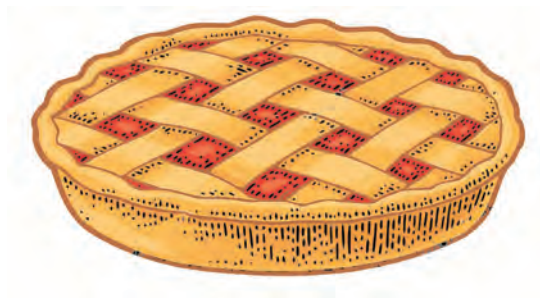
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine e lievito senza glutine

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: sostituire con altra pietanza permessa

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Crostata con confettura di frutta



Ingredienti

Nido
12-36 mesi
gr/ml

Scuola infanzia
3-5 anni
gr/ml



Preparazione

Farina (glutine)

250

250

Uova

n.2

n.2

Marmellata o
frutta fresca

60
500

60
500

Burro (latte)

100

100

Zucchero

125

125

Lievito (glutine)

1 bustina

1 bustina

Scorzetta di limone

q.b.

q.b.

Vanilina

1 bustina

1 bustina

Sale iodato

q.b.

q.b.

Versare la farina su un piano da lavoro e formare una fontana, aggiungere uova, zucchero, burro, sale vanillina e lievito. Impastare e formare una palla e lasciarla riposare per almeno 30 minuti in frigo, coperta con la pellicola. Infarinare la teglia precedentemente unta e stendere l'impasto alto circa 1 cm e stendere uniformemente la confettura. Decorare a piacimento. Infornare a forno già caldo, a 170°C per 25 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine e lievito senza glutine

Esclusione di latte e derivati: eliminare il burro e sostituire con olio evo

Esclusione di uova e derivati: eliminare le uova.

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Torta di mele leggera

 Ingredienti	Nido 12-36 mesi gr/ml	Scuola infanzia 3-5 anni gr/ml	 Preparazione
Farina (glutine)	250	250	Mettere l'uvetta in acqua tiepida per farla rinvenire. Sbucciare ed affettare le mele, spruzzarle con un po' di limone e cospargerle con la cannella. Sbattere i tuorli con lo zucchero fino a raggiungere un composto spumoso ed unirvi la scorza ed il succo restante del limone. Unire la farina, lievito, latte, vanillina e mescolare bene. Aggiungere gli albumi montati a neve con un po' di sale. Versare il composto in una tortiera precedentemente unta ed infarinata e cospargere con le mele e uvetta strizzata. Informare per 30/35 minuti a 170°C.
Uova	3	3	
Latte	250	250	
Lievito (glutine)	1 bustina	1 bustina	
Vanilina	1 bustina	1 bustina	
Mele	5	5	
Zucchero	100	100	
Olio evo	3	3	
Uvetta (solfiti)	20	20	
Succo di limone	q.b.	q.b.	
Cannella	q.b.	q.b.	
Sale iodato	q.b.	q.b.	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine e lievito senza glutine

Esclusione di latte e derivati: eliminare il latte e sostituire con latte di riso

Esclusione di uova e derivati: eliminare le uova o sostituire con pietanza permessa

Esclusione di uvetta: eliminare l'uvetta dalla ricetta

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Esclusione di solfiti: eliminare l'uvetta dalla ricetta



Passato di verdure

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Carote	50	Lavare, pelare e tagliare a pezzetti le verdure. Cuocerle in acqua e a fine cottura passarle o frullarle. Condire a crudo con olio evo e grana.
Zucchine	50	
Patate	50	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	5	

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Pastina olio e grana

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Semola di grano duro (glutine)	35	Cuocere la pastina nel brodo vegetale e condire con olio evo a crudo e grana.
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	5	
Brodo vegetale (sedano)	q.b.	

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pastina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Panada

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Pane grattugiato (glutine)	30	Far bollire il brodo ed aggiungere a pioggia il pane. Cuocere per 10/15 minuti. Aggiungere a crudo olio evo e grana.
Brodo vegetale (sedano)	200	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Minestra (brodo vegetale) per lattanti

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Pasta di semola (glutine) o riso	25	Lavare, pelare e tagliare le verdure e metterle in una casseruola con acqua fredda. Far bollire 2 ore. Togliere le verdure dal brodo ed aggiungere la pastina o il riso. A fine cottura aggiungere olio evo a crudo e grana.
Carota	5	
Zucchini	5	
Patata	5	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Passato di verdure



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

**Pasta di semola
(glutine)**
o riso

25

Carota

5

Zucchina

5

Patata

5

Olio evo

5

Grana (latte, uova)

5

Lavare, pelare e tagliare le verdure e metterle in una casseruola con acqua fredda. Far bollire 2 ore e poi frullarle e quindi aggiungere la pastina sino a cottura. Aggiungere a crudo olio evo e grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pasta senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Crema d'orzo



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

**Orzo
(glutine)**

25

**Brodo vegetale
(sedano)**

200

Olio evo

5

Grana (latte, uova)

5

Aggiungere al brodo vegetale l'orzo e cuocere per circa 1 ora e 30 minuti. Aggiungere a crudo olio evo e grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire l'orzo con il riso. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Crema di cereali

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Crema istantanea multicereali (glutine)	25	Far bollire il brodo vegetale ed aggiungere la crema multicereali mescolando per evitare grumi. Aggiungere a crudo olio evo e grana.
Brodo vegetale (sedano)	40	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire la crema multicereali con crema di mais e tapioca istantaneo o crema istantanea. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Crema di semolino

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Semola di semolino (glutine)	25	Far bollire il brodo vegetale ed aggiungere la semola. Cuocere per 12/15 minuti. Aggiungere a crudo olio evo e grana.
Brodo vegetale (sedano)	200	
Olio evo	5	
Grana (latte, uova)	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: sostituire con pastina micron senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Crema di zucchini



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Zucchine 25

Patate 50

Olio evo 5

Grana (latte, uova) 5

Lavare pelare le verdure e cuocerle in acqua fino a cottura. Frullare con il mixer ed aggiungere a crudo olio evo e grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Bro Brusà



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Farina
(glutine) 30

Brodo vegetale
(sedano) 200

Olio evo 5

Grana (latte, uova) 5

Tostare la farina in una teglia antiaderente, sino a quando assumerà un colorito nocciola. Far bollire il brodo vegetale ed aggiungere a pioggia la farina tostata. Bollire per circa 20 minuti. A crudo aggiungere olio evo e grana.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare farina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Pastina al pomodoro

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Semola di grano duro (glutine)	30	Cuocere la pasta in acqua bollente. Pulire, lavare i pomodori e tritarli assieme al basilico, olio evo e sale. Scolare pasta e condire con il sugo di pomodoro.
Pomodoro a grappolo	20	
Basilico	q.b.	
Grana (latte, uova)	5	
Olio evo	5	
Sale iodato	q.b.	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI



Esclusione di glutine: utilizzare pastina senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata.

Esclusione di latte e derivati: eliminare il formaggio grana.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Passatelli

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Brodo vegetale (sedano)	200	Impastare il pane grattugiato con uovo, grana, pizzico di sale e noce moscata, fino a formare un impasto solido. Lasciarlo risposare in frigorifero per almeno 30 minuti. Far bollire il brodo vegetale e con lo schiacciapastate a fori larghi schiacciare l'impasto un po' per volta per formare i passatelli. Versarli nel brodo bollente e cuocere per circa 15 minuti. Servirli con aggiunta di olio evo a crudo e grana.
Pane grattugiato (glutine)	15	
Uova	20	
Grana (latte, uova)	7	
Olio evo	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: utilizzare pane grattugiato senza glutine. Utilizzare formaggio grana grattugiato con grattugia dedicata

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altra pietanza permessa.

Esclusione di uova e derivati: utilizzare formaggio grana senza lisozima da uovo, sostituire con altra pietanza

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Petto di pollo o vitello o tacchino (bollito o al vapore)



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Petto di pollo o vitello
o tacchino

20/25 (fino ai 7/8 mesi)
25/30 (dai 9 ai 12 mesi)

Cuocere il petto di pollo a vapore o bollito.
A fine cottura frullare la carne oppure
tagliarla a pezzettini.

Olio evo

5

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica

Esclusione di uova e derivati: se nel certificato medico è vietata la carne di pollo, sostituire con carne di vitello o tacchino

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Polpette di vitello



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Vitello

20/25 (fino ai 7/8 mesi)
25/30 (dai 9 ai 12 mesi)

Cuocere la carne nel brodo vegetale o a
vapore. Tritare la carne e condire a crudo
con olio evo.

**Brodo vegetale
(sedano)**

200

Olio evo

5

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Macinato di vitello a vapore



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Vitello

20/25 (fino ai 7/8 mesi)
25/30 (dai 9 ai 12 mesi)

Tritare la carne e cuocerla a vapore e nel
brodo vegetale ed aggiungere olio evo.

Olio evo

5

! MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Pesce persico /Merluzzo /Platessa al vapore

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Filetti di pesce	35 (fino ai 7/8 mesi) 35-40 (dai 9 ai 12 mesi)	Cuocere il pesce a vapore o nel brodo vegetale. Frullare o tagliare a pezzettini il pesce (in base all'esigenza del bambino) e aggiungere olio evo a crudo.
Brodo vegetale (sedano)	200	
Olio evo	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa

Halibut al prezzemolo

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Filetti di halibut	35 (fino ai 7/8 mesi) 35-40 (dai 9 ai 12 mesi)	Cuocere il pesce a vapore o in brodo vegetale. Frullare o tagliare a pezzettini il pesce (in base all'esigenza del bambino) e aggiungere olio evo a crudo.
Brodo vegetale (sedano)	200	
Prezzemolo	q.b.	
Olio evo	5	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa

Halibut o persico al forno

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Filetti di pesce	35 (fino ai 7/8 mesi) 35-40 (dai 9 ai 12 mesi)	Disporre il filetto in una teglia unta con olio evo ed infornare a 170° per 20 minuti. Tagliare a pezzettini o frullare a seconda delle esigenze del bambino.
Olio evo	5	



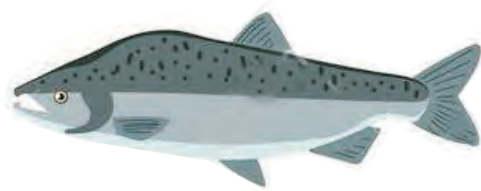
MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Filetti di nasello o merluzzo basilico e pomodoro



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Filetti di nasello o merluzzo

35 (fino ai 7/8 mesi)
35/40 (dai 9 ai 12 mesi)

Basilico fresco

q.b.

Passata di pomodoro

20

Olio evo

5

Disporre i filetti di pesce in una teglia unta di olio evo, aggiungere la passata di pomodoro ed il basilico tritato. Cuocere in forno a 180° per 20 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Filetto di nasello olio e limone



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Filetti di pesce

35 (fino ai 7/8 mesi)
35/40 (dai 9 ai 12 mesi)

Brodo vegetale
(sedano)

200

Olio evo

5

Succo di limone

q.b.

Cuocere il pesce a vapore o in brodo vegetale. Frullare o tagliare a pezzettini il pesce (in base all'esigenza del bambino) e aggiungere a crudo olio evo e succo di limone.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa



Polpette di pesce



Ingredienti

Lattanti
sino ai 12 mesi
gr/ml



Preparazione

Platessa e merluzzo 35/40 (dai 9 ai 12 mesi)

Scorza di limone q.b.

Olio evo 5

Prezzemolo q.b.

Tritare il pesce ed aggiungere la scorzetta di limone, un pizzico di sale e prezzemolo tritato. Aggiungere olio evo ed impastare formando delle piccole palline di 35/40gr. Cuocere in forno a 170° per 20 minuti.



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Per intolleranze al pesce: sostituire con altra pietanza permessa

Formaggi

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml
Formaggio grana (latte, uova)	15
Crescenza (latte)	30
Ricotta (latte)	30
Mozzarella (latte)	20

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: sostituire con altre pietanze permesse

Prosciutto cotto naturale

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml
Prosciutto cotto	20 (dal 9 al 12 mesi)

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.

Purea di patate o carote o zucchine o cavolfiori o finocchi

 Ingredienti	Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Patate	30	Preparazione base per tutti i purè di verdura: lavare e tagliare a pezzetti le verdure e cuocere in acqua. Purea di patate: schiacciare le patate con lo schiacciapatate ed aggiungere olio evo a crudo. Purea di carote: frullare carote e patate ed aggiungere olio evo a crudo. Purea di zucchine: frullare zucchine e patate ed aggiungere olio evo a crudo. Purea di finocchi: frullare finocchi e patate ed aggiungere olio evo a crudo. Purea di cavolfiori: frullare cavolfiori e patate ed aggiungere olio evo a crudo.
Carote	30	
Zucchine	30	
Cavolfiori	30	
Finocchi	30	
Olio evo	5	

MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.



Frullato di frutta o frullato con lo yogurt magro

 Ingredienti		Lattanti sino ai 12 mesi gr/ml	 Preparazione
Frutta fresca (mele o banane o pere)		50-60	Pulire e tagliare a pezzetti la frutta e metterla nel frullatore con un po' di acqua.
Per preparazione con yogurt			
Yogurt magro (latte)		60	



MODIFICHE PER ALCUNE TIPOLOGIE DI DIETE SPECIALI

Esclusione di glutine: nessuna modifica.

Esclusione di latte e derivati: eliminare yogurt

Esclusione di uova e derivati: nessuna modifica.

Esclusione di fave: nessuna modifica.







COMUNE DI
ROVERETO

