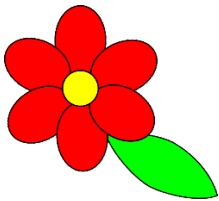




ELENCO DEGLI INGREDIENTI E ALLERGENI



Menu invernale ed estivo
Asilo nido e scuola dell'infanzia



Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Bastoncini di pesce	Bastoncini di merluzzo panato (glutine, pesce)		60 g (2 pezzi)	Glutine Pesce
Bieta al limone	Bieta Olio extravergine di oliva Succo di limone (solfiti)	60 g 5 g 2 g	80 g 4 g 2 g	Solfiti
Bis di carote e patate	Carote e patate Olio extravergine di oliva	60 g 5 g	80 g 4 g	
Bocconcini di pollo o tacchino al forno	Petto di tacchino o pollo Olio extravergine di oliva Succo di limone (solfiti) Salvia, rosmarino Sale	40 g 6 g qb qb qb	50 g 5 g qb qb qb	Solfiti
Broccolo	Broccolo Olio extravergine di oliva	60 g 5 g	80 g 4 g	
Brodo di verdura con pasta	Brodo vegetale: patate, carote, zucchine, sedano , cipolla, sale Pasta (glutine) Olio extravergine di oliva	150 ml 30 g 5 g		Sedano Glutine
Brodo di verdura con riso	Brodo vegetale: patate, carote, zucchine, sedano , cipolla, sale Riso Olio extravergine di oliva	150 ml 30 g 5 g		Sedano
Cappuccio julienne	Cavolo cappuccio Olio extravergine di oliva Sale	20 g g qb	30 g 3 g qb	
Carote al vapore	Carote Olio extravergine di oliva Sale	60 g 5 g qb	80 g 4 g qb	
Carote grattugiate	Carote grattugiate Olio extravergine di oliva Sale	20 g g qb	30 g 3 g qb	
Carote/Spinaci/Bieta/ Zucchine spadellati	Carote/Spinaci/Bieta/Zucchine Olio extravergine di oliva Cipolla	60 g 5 g 2 g	80 g 4 g 2 g	
Cavolfiore	Cavolfiore Olio extravergine di oliva Sale	60 g 6 g qb	80 g 4 g qb	
Cous cous con lenticchie in umido	Cous cous (glutine) Olio extravergine di oliva Lenticchie secche Passata di pomodoro Olio extravergine Cipolla Basilico Sale	50 g 8 g 15 g 20 g 5 g qb qb qb	60 g 9 g 20 g 50 g 5 g qb qb qb	Glutine
Crema di carote o zucca con farro/pasta/orzo	Carote o zucca Farro/pasta/orzo (glutine) Olio extravergine di oliva Cipolla o porro o sedano Sale	60 o 30 g 30 g 6 g 5 g qb	75 g 20 g 30 g 4 g qb	Glutine Sedano

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Crema di carote o zucca con riso	Carote o zucca Riso Olio extravergine di oliva Cipolla o porro o <u>sedano</u> Sale	60 o 30 g 30 g 6 g 5 g qb	75 g 20 g 30 g 4 g qb	Sedano
Crema di fagioli con pasta	Pasta di semola di grano duro (<u>glutine</u>) Patate Fagioli secchi Cipolla, <u>sedano</u> , carote Aglio, rosmarino Olio extravergine di oliva Sale	30 g 30 g 20 g qb qb 8 g qb	30 g 30 g 20 g qb qb 5 g qb	Glutine Sedano
Crema di lenticchie con pasta	Pasta di semola di grano duro (<u>glutine</u>) Patate Lenticchie secche Cipolla, <u>sedano</u> , carote Aglio, rosmarino Olio extravergine di oliva Sale	30 g 30 g 20 g qb qb 9 g qb	30 g 30 g 20 g qb qb 9 g qb	Glutine Sedano
Crema di piselli con orzo/ pasta/ farro	Patate Orzo/ pasta/ farro (<u>glutine</u>) Piselli secchi Cipolla Brodo di verdura (<u>sedano</u>) Olio extravergine di oliva Sale	30 g 30 g 10 g qb 100 g 7 g qb	30 g 30 g 10 g qb 5 g qb	Glutine Sedano
Crema di piselli con riso	Patate Riso Piselli secchi Cipolla Brodo di verdura (<u>sedano</u>) Olio extravergine di oliva Sale	30 g 30 g 10 g qb 100 g 7 g qb	30 g 30 g 10 g qb 5 g qb	Sedano
Crema di zucchine con farro/pasta/orzo	Zucchine Farro/pasta/orzo (<u>glutine</u>) Olio extravergine di oliva Cipolla o porro o <u>sedano</u> Sale	60 o 30 g 30 g 6 g 5 g qb	75 g 20 g 30 g 4 g qb	Glutine Sedano
Fagiolini al pomodoro	Fagiolini Passata di pomodoro Olio extravergine di oliva Cipolla Basilico Sale	60 g 20 g 5 g 3 g qb qb	80 g 30 g 4 g 3 g qb qb	
Fagiolini all'olio	Fagiolini Olio extravergine di oliva	60 g 5 g	80 g 4 g	
Farinata di ceci	Farina di ceci Olio extravergine di olive Sale	20 g 5 g qb	25 g 3 g qb	
Fettina di manzo	Fettina di vitellone/vitello Olio extravergine di oliva Sale	40 g 5 g	50 g 5 g q.b.	

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Finocchi al forno/lessi	Finocchi Olio extravergine di oliva	60 g 5 g	80 g 4 g	
Finocchi julienne	Finocchio crudo Olio extravergine di oliva	20 g 5 g	30 g 3	
Formaggio	Caciotta fresca/ Primosale/ Robiola/ Casatella/ Asiago (latte)	30 g	40 g	Latte
Formaggio stagionato	Montasio (latte)		30 g	Latte
Frittata	Uovo intero (uovo) Latte parzialmente scremato (latte) Farina di frumento (glutine) Grana padano (uovo, latte)/ Parmigiano (latte) Olio extravergine di oliva Sale	30 g 3 g 2 g 3 g 3 g	60 g 5 g 2 g 2,5 g 1 g qb	Uovo Latte Glutine
Frittata al forno con verdure	Uovo intero (uovo) Zucchine Carote Latte parzialmente scremato (latte) Farina di frumento (glutine) Grana padano (uovo, latte)/ Parmigiano (latte) Olio extravergine di oliva Prezzemolo, basilico Sale	30 g 15 g 15 g 3 g 2 g 3 g 3 g qb qb	60 g 10 g 10 g 3 g 2 g 2,5 g 1 g qb qb	Uovo Latte Glutine
Frutta fresca	Frutta fresca di stagione	100 g	150 g	
Gnocchi al pomodoro	Gnocchi di patate (glutine, frutta a guscio), uovo Passata di pomodoro Cipolla, basilico Olio extravergine di oliva Sale		120 g 50 g qb 5 g qb	Glutine Frutta a guscio Uovo
Grana Padano da aggiungere al primo piatto	Grana Padano (uovo, latte)	3 g	3 g	Uovo Latte
Hamburger di manzo	Vitellone/Vitello Olio extravergine di oliva Aromi Sale	40 g 5 g qb	50 g 5 g qb	
Insalata di riso tricolore	Riso Piselli surgelati Pomodoro fresco Olio extravergine di oliva Sale	50 g 40 g 40 g 9 g qb	60 g 45 g 40 g 8 g qb	
Insalata e radicchio	Insalata verde, radicchio Olio extravergine di oliva Sale	20 g 5 g qb	30 g 3 g qb	
Insalata mista	Insalata verde, radicchio Olio extravergine di oliva Sale	20 g 5 g qb	30 g 3 g qb	
Orzotto con piselli	Orzo (glutine) Piselli freschi/gelo Sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Brodo di verdura (sedano) Sale	50 g 25 g qb 6 g qb qb	60 g 30 g qb 5 g qb qb	Glutine Sedano

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Orzotto con verdure di stagione	Orzo (glutine) Verdure di stagione Sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Brodo di verdura (sedano) Sale	50 g 30 g qb 7 g 100 ml	60 g 30 g qb 5 g qb qb	Glutine Sedano
Pane comune	Pane comune (glutine)	20 g	40 g	Glutine
Pane integrale	Pane integrale (glutine)	30 g	50 g	Glutine
Parmigiano da aggiungere al primo piatto	Parmigiano (latte)	3 g	3 g	Latte
Passato/crema di verdura	Verdure miste Patate Sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Sale	60 g 30 g 6 g 6 g	30 g 30 g qb 5 g qb	Sedano
Passato/crema di verdura con orzo/ pasta/ farro	Verdure miste Patate Orzo/ pasta/ farro (glutine) Carota, sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Sale	60 g 30 g 30 g qb 6 g	40 g 30 g 30 g qb 5 g qb	Glutine Sedano
Passato/crema di verdura con riso	Verdure miste Patate Riso Sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Sale	60 g 30 g 30 g qb 6 g	40 g 30 g 30 g qb 5 g qb	Sedano
Pasta al pesto invernale	Pasta di semola di grano duro (glutine) Broccolo Olio extravergine di oliva Cipolla Sale	50 g 50 g 6 g qb qb	60 g 50 g 5 g qb qb	Glutine
Pasta al pomodoro	Pasta di semola di grano duro (glutine) Passata di pomodoro Olio extravergine di oliva Cipolla Basilico Sale Zucchero	50 g 20 g 5 g 3 g qb qb 0,5 g	60 g 50 g 5 g qb	Glutine
Pasta al ragù di carne	Pasta di semola di grano duro (glutine) Macinato di vitellone/vitello Passata di pomodoro Carote, sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Sale	50 g 30 g 20 g qb 6 g qb	60 g 40 g 30 g qb 5 g qb	Glutine Sedano

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Pasta alle verdure	Pasta di semola di grano duro (glutine) Passata di pomodoro Zucchine Carote Piselli freschi/surgelati Olio extravergine di oliva Cipolla Sale	50 g 20 g 15 g 15 g 15 g 6 g qb qb	60 g 25 g 15 g 15 g 15 g 5 g qb qb	Glutine
Pasta e ceci	Pasta di semola di grano duro (glutine) Ceci secchi Olio extravergine di oliva Sale	50 g 10 g 9 g qb	60 g 15 g 3 g qb	Glutine
Pasta olio e Grana	Pasta di semola di grano duro (glutine) Olio extravergine di oliva Sale Il Grana Padano (uovo, latte) viene aggiunto al momento della somministrazione	50 g 6 g 3 g	60 g 5 g 3 g	Glutine Uovo Latte
Pasta olio e Parmigiano	Pasta di semola di grano duro (glutine) Olio extravergine di oliva Sale Il Parmigiano (latte) viene aggiunto al momento della somministrazione	50 g 6 g 3 g	60 g 5 g 3 g	Glutine Latte
Pasta pasticciata	Pasta di semola di grano duro (glutine) Macinato di vitellone/vitello Passata di pomodoro Farina (glutine) Olio di girasole Latte parzialmente scremato (latte) Carote, sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Sale	50 g 30 g 20 g 7 g 2 g 7 g qb 8 g qb	60 g 40 g 30 g 12 g 3 g 12 g qb 5 g qb	Glutine Sedano Latte
Pasta pomodoro e ricotta come piatto unico	Pasta di semola di grano duro (glutine) Passata di pomodoro Ricotta (latte) Olio extravergine di oliva Cipolla, Basilico Sale Zucchero	50 g 20 g 15 g 9 g qb qb 0,5 g	60 g 50 g 20g 5 g qb qb qb	Glutine Latte
Pastina pomodoro e ricotta	Pasta di semola di grano duro (glutine) Passata di pomodoro Ricotta (latte) Olio extravergine di oliva Cipolla, Basilico Sale Zucchero	50 g 20 g 15 g 7 g qb qb 0,5 g	60 g 50 g 7 g 5 g qb qb qb	Glutine Latte
Patate (con primo piatto in brodo)	Patate Olio extravergine di oliva	80 g 5 g	120 g 3 g	
Patate (con spezzatino)	Patate Olio extravergine di oliva	100 g 5 g	120 g 3 g	
Patate lesse/ bollite	Patate Olio extravergine di oliva	80 g 5 g	120 g 3 g	

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Peperonata	Zucchine, peperoni Olio extravergine di oliva Sale	60 g 5 g qb	80 g 4 g qb	
Pesce al forno/ vapore	Halibut/ platessa/ merluzzo (pesce) Olio extravergine di oliva Timo, prezzemolo, aglio Sale	50 g 6 g qb qb	70 g 3 g qb qb	Pesce
Petto di tacchino/ pollo	Petto di tacchino o pollo Olio extravergine di oliva Salvia, rosmarino Succo di limone (solfiti) Sale	40 g 5 g qb qb qb	50 g 3 g qb qb qb	Solfiti
Piselli in tegame	Piselli freschi/gelo Cipolla, prezzemolo Olio extravergine di oliva	60 g qb 5 g	80 g qb 2 g	
Pizza margherita	Pizza prodotta con farina di grano tenero tipo 0, farcita con pomodoro e formaggio (glutine, latte)		80 g porzione	Glutine Latte
Polenta	Farina di mais Sale	20 g	30 g	
Polpette di merluzzo	Merluzzo (pesce) Patate Uovo Pane grattugiato (glutine) Olio extravergine Sale	50 g 50 g 7 g 10 g 3 g qb	60 g 60 g 7 g 13 g 4 g qb	Pesce Uovo Glutine
Polpettone di carne	Vitellone/vitello Latte parzialmente scremato (latte) Uova Grana Padano (uovo, latte)/ Parmigiano (latte) Pane grattugiato (glutine) Carota, sedano , cipolla Prezzemolo, rosmarino Sale	35 g 10 g 7 g 3 g 5 g 5 g qb qb	50 g 12 g 8 g 3 g 5 g 5 g qb qb	Latte Uovo Glutine Sedano
Pomodori e cetrioli	Pomodori e cetrioli Olio extravergine di oliva Sale	20 g g qb	30 g 3 g qb	
Prosciutto cotto	Prosciutto cotto senza polifosfati	20 g	30 g	
Purè di patate	Patate Latte Burro (latte) Sale	80 g 10 g 6 g	120 g 15 g 4 g qb	Latte
Purè di zucca	Zucca Latte intero (latte) Olio extravergine di oliva Sale	60 g 10 g 4 g qb	80 g 10 g 4 g qb	Latte
Riso con carote in crema	Riso Carote Olio extravergine di oliva Cipolla Sale	50 g 50 g 6 g qb qb	60 g 50 g 5 g qb qb	
Riso in bianco/ all'olio	Riso Olio extravergine di oliva Sale	50 g 6 g qb	60 g 5 g qb	

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Risotto con piselli	Riso Piselli Sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Brodo di verdura (sedano) Sale	50 g 25 g qb 6 g qb qb	60 g 30 g qb 5 g qb qb	Sedano
Risotto con verdure di stagione	Riso Verdure di stagione Sedano , cipolla Olio extravergine di oliva Brodo di verdura (sedano) Sale	50 g 30 g qb 9 g 100 ml qb	60 g 30 g qb 9 g 100 ml qb	Sedano
Scaloppina di pollo o tacchino al forno	Petto di tacchino o pollo Olio extravergine di oliva Farina 00 (glutine) Salvia, rosmarino Sale	40 g 7 g qb qb	50 g 5 g qb qb	Glutine
Spezzatino di pollo o tacchino al forno	Petto di tacchino o pollo Passata di pomodoro Cipolla, carote, sedano Farina di frumento (glutine) Olio extravergine di oliva Salvia, rosmarino Sale	40 g 20 g 6 g 2 g 4 g qb qb	50 g 25 g 6 g 2 g 3 g qb qb	Sedano Glutine
Spezzatino di vitellone/vitello	Vitellone/vitello Passata di pomodoro Cipolla, carote, sedano Farina di frumento (glutine) Olio extravergine di oliva Salvia, rosmarino Sale	40 g 20 g 6 g 2 g 4 g qb qb	50 g 25 g 6 g 2 g 3 g qb qb	Sedano Glutine
Straccetti di pollo o tacchino al forno	Petto di tacchino o pollo Olio extravergine di oliva Salvia, rosmarino Sale	40 g 7 g qb qb	50 g 5 g qb qb	
Finocchio carote e sedano	Finocchio, carote, sedano Olio extravergine di oliva	20 g 5 g	30 g 3 g	Sedano
Torta margherita (porzione da 30 g)	Farina (glutine) Zucchero Olio di semi Uovo Lievito, sale, aroma alla vaniglia	12 g 10 g 10 g 18 g qb	12 g 10 g 10 g 18 g qb	Glutine Uovo
Uova strapazzate	Uovo intero (uovo) Latte parzialmente scremato (latte) Grana padano (uovo, latte)/ Parmigiano (latte) Olio extravergine di oliva Sale	30 g 3 g 3 g 3 g	60 g 5 g 2,5 g 1 g qb	Uovo Latte Glutine
Uovo sodo	Uovo (uovo) Olio extravergine di oliva	30 g 2 g	60 g 1 g	Uovo
Verdura cotta di stagione	Verdura cotta Olio extravergine di oliva	60 g 6 g	80 g 6 g	
Verdura cruda	Verdura cruda di stagione Olio extravergine di oliva	20 g 6 g	30 g 6 g	

Ricetta	Ingredienti	Nido	Infanzia	Allergeni
Zucca al forno	Zucca Olio extravergine di oliva Rosmarino Sale	60 g 5 g qb qb	80 g 4 g qb qb	
Zucchine	Zucchine Olio extravergine di oliva Sale	60 g 5 g qb	80 g 4 g qb	

Il presente ricettario riporta la sola indicazione degli allergeni contenuti come ingredienti nelle preparazioni, si ricorda che non è esclusa la possibilità di presenza in tracce di altre sostanze riconosciute come allergeni (di cui per completezza si riporta l'elenco nella pagina successiva).

Per i prodotti serviti con la confezione originale, verificare l'etichetta nutrizionale.

Tutti gli alimenti evidenziati in giallo potrebbero essere prodotti surgelati

SOSTANZE O PRODOTTI CHE PROVOCANO ALLERGIE O INTOLLERANZE

allegato II reg. 1169-2011

- 1) Cereali contenenti glutine, cioè: grano, segale, orzo, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati e prodotti derivati, tranne:
 - a) sciroppi di glucosio a base di grano, incluso destrosio (1);
 - b) maltodestrine a base di grano (1);
 - c) sciroppi di glucosio a base di orzo;
 - d) cereali utilizzati per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
- 2) Crostacei e prodotti a base di crostacei;
- 3) Uova e prodotti a base di uova;
- 4) Pesce e prodotti a base di pesce, tranne:
 - a) gelatina di pesce utilizzata come supporto per preparati di vitamine o carotenoidi;
 - b) gelatina o colla di pesce utilizzata come chiarificante nella birra e nel vino;
- 5) Arachidi e prodotti a base di arachidi;
- 6) Soia e prodotti a base di soia, tranne:
 - a) olio e grasso di soia raffinato (1);
 - b) tocoferoli misti naturali (E306), tocoferolo D-alfa naturale, tocoferolo acetato D-alfa naturale, tocoferolo succinato D-alfa naturale a base di soia;
 - c) oli vegetali derivati da fitosteroli e fitosteroli esteri a base di soia;
 - d) estere di stanolo vegetale prodotto da steroli di olio vegetale a base di soia;
- 7) Latte e prodotti a base di latte (incluso lattosio), tranne:
 - a) siero di latte utilizzato per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
 - b) lattiolio;
- 8) Frutta a guscio, vale a dire: mandorle (*Amygdalus communis* L), nocciole (*Corylus avellana*), noci (*Juglans regia*), noci di acagiù (*Anacardium occidentale*), noci di pecan [*Carya illinoensis* (Wangenh) K Koch], noci del Brasile (*Bertholletia excelsa*), pistacchi (*Pistacia vera*), noci macadamia o noci del Queensland (*Macadamia ternifolia*), e i loro prodotti, tranne per la frutta a guscio utilizzata per la fabbricazione di distillati alcolici, incluso l'alcol etilico di origine agricola;
- 9) Sedano e prodotti a base di sedano;
- 10) Senape e prodotti a base di senape;
- 11) Semi di sesamo e prodotti a base di semi di sesamo;
- 12) Anidride solforosa e solfiti in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro in termini di SO₂ totale da calcolarsi per i prodotti così come proposti pronti al consumo o ricostituiti conformemente alle istruzioni dei fabbricanti;
- 13) Lupini e prodotti a base di lupini;
- 14) Molluschi e prodotti a base di molluschi.