RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

PATATE PREZZEMOLATE

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	159,17 kcal
Valore energetico	665,95 kJ
Peso a Crudo	154,70 g
Denistà calorica	1,03 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	3,19 g
Grassi	5,00 g
Di cui grassi Saturi	0,51 g
Acidi grassi Monoinsaturi	2,55 g
Acidi Polinsaturi	0,26 g
Acido Linoleico	0,03 g
Acido Linolenico	0,24 g
Carboidrati	26,85 g
di cui Zuccheri	1,50 g
Fibra g	2,45 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,15 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,06 mg
Vit. B3 (niacina)	3,76 mg
Vit. A (retinolo eq)	15,19 µg
Vit. C	24,12 mg
Sale	223,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	861,88 mg
Ferro	0,95 mg
Calcio	17,22 mg
Fosforo	81,00 mg
Magnesio	48,00 mg
Zinco	1,89 mg
Rame	0,32 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PATATE GELO *EXTRA CAM*	150,00 g
OLIO EVO *OLIO*	3,50 g
PREZZEMOLO *EXTRA CAM*	1,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,20 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE:Pelare le patate, sciacquarle sotto l'acqua corrente fredda, tagliarle a cubetti e conservarle temporaneamente immerse in acqua fredda.
Al termine dell'operazione, disporre le patate in teglie forate e cuocere a vapore a 100° C per il tempo necessario, scolare.
Aggiungere il sale, l'olio e il prezzemolo. Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | CREME/PASSATI/SEMOLINO

CREMA DI ZUCCHINE E ORZO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	173,08 kcal
Valore energetico	724,17 kJ
Peso a Crudo	125,40 g
Denistà calorica	1,38 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	5,38 g
Grassi	6,39 g
Di cui grassi Saturi	2,86 g
Acidi grassi Monoinsaturi	4,54 g
Acidi Polinsaturi	0,70 g
Acido Linoleico	0,07 g
Acido Linolenico	0,62 g
Carboidrati	25,09 g
di cui Zuccheri	2,91 g
Fibra g	4,23 g
Colesterolo	3,27 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,88 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,11 mg
Vit. B3 (niacina)	1,49 mg
Vit. A (retinolo eq)	244,96 µg
Vit. C	7,40 mg
Sale	528,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	242,36 mg
Ferro	0,67 mg
Calcio	60,71 mg
Fosforo	123,86 mg
Magnesio	4,09 mg
Zinco	0,70 mg
Rame	0,05 mg
Selenio	0,56 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
ZUCCHINE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
ORZO PERLATO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	30,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	20,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	7,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
GRANA PADANO DOP BIO *BIOLOGICO* *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	3,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Preparare un trito di carote e cipolle e rosolarlo in olio.
Aggiungere le zucchine e le patate, precedentemente mondate e tagliate grossolanamente.
Coprire con il brodo vegetale e portare a ebollizione; lasciar cuocere il tempo necessario.
A cottura ultimata frullare la massa a caldo, fino ad ottenere una crema liscia, omogenea e della giusta densità. Mescolare con olio e regolare di sale.
Cuocere l'orzo in acqua salata. Scolare e mescolare con olio per evitare l'impaccamento. Unire alla crema di zucchine.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA CON CREMA DI ZUCCHINE

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	374,51 kcal
Valore energetico	1.566,95 kJ
Peso a Crudo	181,40 g
Denistà calorica	2,06 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	11,20 g
Grassi	9,40 g
Di cui grassi Saturi	20,30 g
Acidi grassi Monoinsaturi	18,30 g
Acidi Polinsaturi	52,54 g
Acido Linoleico	3,84 g
Acido Linolenico	49,45 g
Carboidrati	65,44 g
di cui Zuccheri	3,57 g
Fibra g	3,09 g
Colesterolo	4,36 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,15 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,26 mg
Vit. B3 (niacina)	2,51 mg
Vit. A (retinolo eq)	20,00 µg
Vit. C	7,70 mg
Sale	645,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	344,76 mg
Ferro	1,51 mg
Calcio	79,25 mg
Fosforo	224,83 mg
Magnesio	43,32 mg
Zinco	1,08 mg
Rame	0,28 mg
Selenio	2,64 ug

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
PASTA SECCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
ZUCCHINE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	70,00 g
BRODO VEGETALE GRANULARE S/GLUTAMMATO *EXTRA CAM*	15,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	4,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Per la salsa: Preparare il soffritto con carote e cipolle e far rosolare. Aggiungere le zucchine. Portare a ebollizione e lasciar cuocere per il tempo necessario.Regolare di sale e spolverare con formaggio grattuggiato.

Per la pasta: Fare bollire l'acqua, aggiungere il sale, non appena riprende il bollore immergere la pasta e mescolare di tanto in tanto per mantenerla separata Al termine della cottura scolare la pasta, versarla in un contenitore, aggiungere dell'olio per tenerla separata e condirla con la salsa di zucchine. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

SPINACI ALL' OLIO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	106,42 kcal
Valore energetico	445,26 kJ
Peso a Crudo	158,50 g
Denlstà calorica	0,67 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	4,20 g
Grassi	7,99 g
Di cui grassi Saturi	1,16 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,84 g
Acidi Polinsaturi	0,60 g
Acido Linoleico	0,06 g
Acido Linolenico	0,54 g
Carboidrati	4,50 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	2,70 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,14 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,24 mg
Vit. B3 (niacina)	0,75 mg
Vit. A (retinolo eq)	752,88 µg
Vit. C	36,00 mg
Sale	491,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	0,45 mg
Ferro	0,02 mg
Calcio	0,05 mg
Fosforo	0,01 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
SPINACI BIO GELO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	150,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	8,00 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE: Mondare e lavare accuratamente gli spinaci, disporli su teglie forate e cuocere a vapore a 100°C circa per il tempo necessario.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

TRIS DI VERDURE AL VAPORE

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	121,45 kcal
Valore energetico	508,15 kJ
Peso a Crudo	155,00 g
Densità calorica	0,78 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	2,61 g
Grassi	5,72 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	15,78 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	3,63 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	1,29 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,09 mg
Vit. B3 (niacina)	1,95 mg
Vit. A (retinolo eq)	366,00 µg
Vit. C	14,40 mg
Sale	93,75 mg
Sali Minerali	
Potassio	1.380,00 mg
Ferro	0,94 mg
Calcio	52,80 mg
Fosforo	43,50 mg
Magnesio	22,50 mg
Zinco	1,63 mg
Rame	0,18 mg
Selenio	0,30 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
PATATE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	60,00 g
FAGIOLINI BIO GELO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	60,00 g
CAROTE BIO IV GAMMA *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	30,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE:Lavare, tagliare adeguatamente le patate e dispore le verdure su teglie forate e cuocere a vapore a 100°C circa per il tempo necessario.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | RISO ASCIUTTO

RISO AL POMODORO

Utenza: PRIMARIA
Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	367,56 kcal
Valore energetico	1.537,87 kJ
Peso a Crudo	191,40 g
Densità calorica	1,92 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	7,89 g
Grassi	8,89 g
Di cui grassi Saturi	23,75 g
Acidi grassi Monoinsaturi	32,24 g
Acidi Polinsaturi	36,65 g
Acido Linoleico	2,07 g
Acido Linolenico	34,57 g
Carboidrati	68,15 g
di cui Zuccheri	3,31 g
Fibra g	2,04 g
Colesterolo	4,36 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,69 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,05 mg
Vit. B3 (niacina)	1,81 mg
Vit. A (retinolo eq)	508,15 µg
Vit. C	15,25 mg
Sale	527,875 mg
Sali Minerali	
Potassio	302,76 mg
Ferro	0,95 mg
Calcio	81,05 mg
Fosforo	129,38 mg
Magnesio	20,17 mg
Zinco	1,64 mg
Rame	0,19 mg
Selenio	8,63 ug

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
RISO RIBE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	80,00 g
CAROTE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	15,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
CIPOLLE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	4,00 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Tritare parte della cipolla e delle carote e farle appassire nell' olio a fuoco moderato senza farle colorire troppo.
Versare i pelati e cuocere per circa 10 minuti a fuoco medio.
Passare il sugo con il passaverdura, aggiungere il sale e tenere al caldo ma senza cuocere ulteriormente.
Affettare il resto della cipolla e farla appassire con il burro, quando sarà morbida unire il riso e farlo tostare.
Cuocere il risotto per circa 20 minuti aggiungendo progressivamente il brodo salato.
A metà cottura unire il sugo di pomodoro e amalgamare.
Levare dal fuoco, aggiungere il parmigiano, mantecate e mantenete a corretta temperatura fino al momento del servizio.

RICETTA

Primo | RISO IN BRODO

RISI E BISI

Utenza: PRIMARIA
Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	252,51 kcal
Valore energetico	1.056,50 kJ
Peso a Crudo	272,40 g
Denistà calorica	0,93 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	8,14 g
Grassi	9,05 g
Di cui grassi Saturi	3,88 g
Acidi grassi Monoinsaturi	6,50 g
Acidi Polinsaturi	0,80 g
Acido Linoleico	0,09 g
Acido Linolenico	0,70 g
Carboidrati	37,38 g
di cui Zuccheri	3,09 g
Fibra g	4,13 g
Colesterolo	4,36 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,52 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,13 mg
Vit. B3 (niacina)	2,45 mg
Vit. A (retinolo eq)	66,33 µg
Vit. C	20,12 mg
Sale	2026 mg
Sali Minerali	
Potassio	187,86 mg
Ferro	2,62 mg
Calcio	89,00 mg
Fosforo	169,68 mg
Magnesio	2,52 mg
Zinco	0,96 mg
Rame	0,16 mg
Selenio	6,08 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
BRODO VEGETALE GRANULARE S/GLUTAMMATO *EXTRA CAM*	150,00 g
PISELLI BIO GELO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	60,00 g
RISO RIBE PARBOILED BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	40,00 g
CIPOLLE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	10,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	7,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI*	4,00 g

PREPARAZIONE

Far rosolare con l'olio la cipolla, il prezzemolo e la pancetta tritati.
Appena la cipolla inizia ad imbiondire unire i piselli e cuocere per alcuni minuti.
Aggiungere dell'acqua, portare a bollore, versare il riso e mescolare.
Far cuocere a fiamma vivace per circa 15 minuti, mescolando e aggiungendo acqua.
Togliere dal fuoco al dente.
Salare, aggiungere grana padano e servire.

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

BROCCOLI AL VAPORE

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	77,95 kcal
Valore energetico	326,14 kJ
Peso a Crudo	155,50 g
Denistà calorica	0,50 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	4,35 g
Grassi	5,45 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	3,00 g
di cui Zuccheri	g
Fibra g	4,35 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,06 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,24 mg
Vit. B3 (niacina)	1,50 mg
Vit. A (retinolo eq)	339,30 µg
Vit. C	165,00 mg
Sale	517,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	444,45 mg
Ferro	2,26 mg
Calcio	145,55 mg
Fosforo	103,51 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
BROCCOLI GELO *EXTRA CAM*	150,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE: Mondare e lavare accuratamente i broccoli, dividerli in quarti e posizionarli su teglie forate per la cottura in forno a vapore a 100 °C circa per il tempo necessario. Condire con olio e sale. Porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | PASTA RIPIENA

RAVIOLI RICOTTA E SPINACI ALLA SALVIA

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	483,84 kcal
Valore energetico	2.024,39 kJ
Peso a Crudo	145,50 g
Denistà calorica	3,33 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	17,63 g
Grassi	18,74 g
Di cui grassi Saturi	4,57 g
Acidi grassi Monoinsaturi	7,26 g
Acidi Polinsaturi	0,75 g
Acido Linoleico	0,09 g
Acido Linolenico	0,66 g
Carboidrati	65,18 g
di cui Zuccheri	2,00 g
Fibra g	0,00 g
Colesterolo	235,55 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,28 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,22 mg
Vit. B3 (niacina)	2,46 mg
Vit. A (retinolo eq)	158,98 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	1436,95 mg
Sali Minerali	
Potassio	261,25 mg
Ferro	2,11 mg
Calcio	260,30 mg
Fosforo	342,07 mg
Magnesio	3,15 mg
Zinco	0,20 mg
Rame	0,02 mg
Selenio	0,60 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	Presente
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
RAVIOLI DI MAGRO *EXTRA CAM*	130,00 g
OLIO EVO *OLIO*	8,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
SALVIA *EXTRA CAM*	q.b.
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DEI RAVIOLI: Cuocere i ravioli in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C).
Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.
Condire con burro aromatizzato con la salvia e il formaggio.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

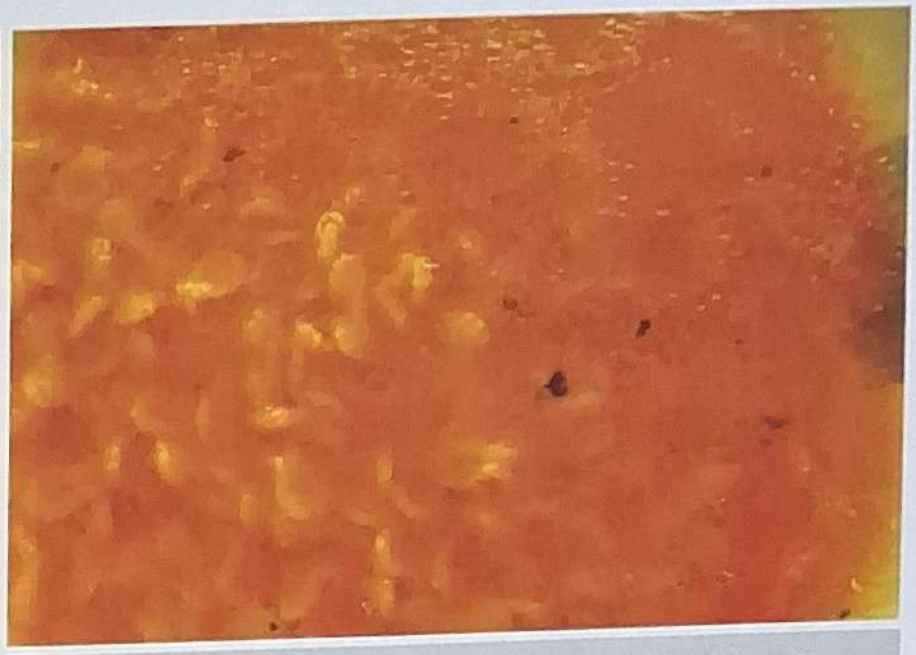
RICETTA

Primo | PASTA IN BRODO

PASTINA IN BRODO VEGETALE

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	141,20 kcal
Valore energetico	590,78 kJ
Peso a Crudo	190,50 g
Denistà calorica	0,74 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	4,36 g
Grassi	0,56 g
Di cui grassi Saturi	0,09 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,06 g
Acidi Polinsaturi	0,28 g
Acido Linoleico	0,02 g
Acido Linolenico	0,26 g
Carboidrati	31,64 g
di cui Zuccheri	g
Fibra g	1,08 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,04 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,08 mg
Vit. B3 (niacina)	1,00 mg
Vit. A (retinolo eq)	0,00 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	495,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	77,25 mg
Ferro	0,56 mg
Calcio	8,85 mg
Fosforo	75,61 mg
Magnesio	20,40 mg
Zinco	0,46 mg
Rame	0,13 mg
Selenio	1,08 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
RICETTA BRODO VEGETALE *EXTRA CAM*	150,00 g
PASTA SECCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	40,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

PREPARAZIONE E ABBATTIMENTO DEL BRODO: Preparare il brodo con il preparato per brodo vegetale.
Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA PASTA: Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C).
Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | ZUPPA/MINESTRONE

PASTA E FAGIOLI

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	428,39 kcal
Valore energetico	1.792,38 kJ
Peso a Crudo	183,40 g
Denistà calorica	2,34 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	19,08 g
Grassi	11,87 g
Di cui grassi Saturi	16,12 g
Acidi grassi Monoinsaturi	13,96 g
Acidi Polinsaturi	26,77 g
Acido Linoleico	1,99 g
Acido Linolenico	25,14 g
Carboidrati	65,27 g
di cui Zuccheri	4,30 g
Fibra g	11,36 g
Colesterolo	10,90 mg
Vit. B1 (tiamina)	1,53 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,20 mg
Vit. B3 (niacina)	3,30 mg
Vit. A (retinolo eq)	381,50 µg
Vit. C	7,50 mg
Sale	655,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	1.130,56 mg
Ferro	5,57 mg
Calcio	195,44 mg
Fosforo	411,60 mg
Magnesio	124,30 mg
Zinco	3,69 mg
Rame	0,67 mg
Selenio	10,58 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
FAGIOLI BORLOTTI SECCHI BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	50,00 g
PASTA SECCA BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	40,00 g
PATATE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	40,00 g
CAROTE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	30,00 g
GRANA PADANO DOP BIO *BIOLOGICO* *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	10,00 g

PREPARAZIONE

COTTURA DELLA ZUPPA: Il giorno antecedente la preparazione del piatto, immergere i fagioli in acqua fredda e lasciali ammorbidire.
Rosolare in olio l'aglio.
Aggiungere le patate precedentemente tagliate acubetti e i fagioli.
Coprire con il brodo vegetale e portare a ebollizione; lasciar cuocere il tempo necessario.
Regolare di sale e frullare parte della massa a caldo fino ad ottenere una crema liscia, omogenea.

ABBATTIMENTO DELLA ZUPPA: Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA PASTA: COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA PASTA: Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C). Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite

RICETTA

Secondo | VITELLONE

HAMBURGER DI MANZO

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	57,70 kcal
Valore energetico	241,42 kJ
Peso a Crudo	100,50 g
Denistà calorica	0,57 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	0,32 g
Grassi	5,15 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	2,69 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,24 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,02 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,01 mg
Vit. B3 (niacina)	0,38 mg
Vit. A (retinolo eq)	2,25 µg
Vit. C	2,25 mg
Sale	493,875 mg
Sali Minerali	
Potassio	85,95 mg
Ferro	0,10 mg
Calcio	1,55 mg
Fosforo	8,11 mg
Magnesio	4,80 mg
Zinco	0,19 mg
Rame	0,03 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
REALE VITELLONE *CARNE BOVINA*	80,00 g
PATATE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	15,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DEGLI HAMBURGER: Scongelare la carne seguendo la procedura presente nel MA.
Insaporire con sale e aromi.
Cuocere in forno preriscaldato a 180/200 gradi.
Sfumare con del vino bianco.
Ultimare la cottura a 170 gradi per 20 minuti circa.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | ZUPPA/MINESTRONE

MINESTRA D'ORZO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	230,35 kcal
Valore energetico	963,78 kJ
Peso a Crudo	115,50 g
Densità calorica	1,99 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	5,65 g
Grassi	6,18 g
Di cui grassi Saturi	0,84 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,70 g
Acidi Polinsaturi	0,68 g
Acido Linoleico	0,06 g
Acido Linolenico	0,62 g
Carboidrati	40,45 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	4,89 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,30 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,06 mg
Vit. B3 (niacina)	2,78 mg
Vit. A (retinolo eq)	61,00 µg
Vit. C	9,20 mg
Sale	516,625 mg
Sali Minerali	
Potassio	401,45 mg
Ferro	0,69 mg
Calcio	13,85 mg
Fosforo	109,86 mg
Magnesio	19,75 mg
Zinco	0,90 mg
Rame	0,14 mg
Selenio	0,05 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PATATE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
ORZO PERLATO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	40,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA DELLA MINESTRA: Il giorno antecedente la preparazione del piatto, immergere l'orzo in acqua fredda e lasciarlo ammorbidire.
Preparare il soffritto con carote e cipolle in olio e aggiungere le patate tagliate a cubetti.
Versare il brodo vegetale, aggiungere l'orzo e cuocere per il tempo necessario.
Ultimare la cottura e regolare di sale.

ABBATTIMENTO DELLA MINESTRA: Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE: Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto. Per il completamento della ricetta mescolare con dell'olio.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | ORZO/FARRO

ORZOTTO CON VERDURE

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	333,91 kcal
Valore energetico	1.397,06 kJ
Peso a Crudo	150,00 g
Denistà calorica	2,23 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	9,60 g
Grassi	6,32 g
Di cui grassi Saturi	0,96 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,76 g
Acidi Polinsaturi	0,99 g
Acido Linoleico	0,09 g
Acido Linolenico	0,90 g
Carboidrati	63,52 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	8,61 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,76 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,10 mg
Vit. B3 (niacina)	2,97 mg
Vit. A (retinolo eq)	202,86 µg
Vit. C	5,58 mg
Sale	564,7625 mg
Sali Minerali	
Potassio	247,31 mg
Ferro	0,85 mg
Calcio	24,53 mg
Fosforo	175,69 mg
Magnesio	5,82 mg
Zinco	0,67 mg
Rame	0,06 mg
Selenio	0,32 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
ORZO PERLATO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	16,50 g
ZUCCHINE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	16,50 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	16,50 g
PATATE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	10,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SEDANO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA DELL'ORZO: Versare in un tegame un pò d'olio e quando sarà caldo aggiungere le carote e le zucchine tagliate e i piselli interi.
Dopo pochi minuti aggiungere l'orzo e lasciarlo tostare per alcuni minuti per farlo insaporire. Bagnare via via con del brodo caldo senza far asciugare troppo l'orzo. Procedere in questo modo fino a cottura. Togliere dal fuoco e mescolare con olio. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

ABBATTIMENTO DELL'ORZO: Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE:Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | TACCHINO

SCALOPPINE DI TACCHINO AGLI AGRUMI

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	123,92 kcal
Valore energetico	518,46 kJ
Peso a Crudo	74,40 g
Denistà calorica	1,67 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	14,89 g
Grassi	5,76 g
Di cui grassi Saturi	23,81 g
Acidi grassi Monoinsaturi	22,48 g
Acidi Polinsaturi	22,91 g
Acido Linoleico	0,76 g
Acido Linolenico	13,92 g
Carboidrati	3,31 g
di cui Zuccheri	0,33 g
Fibra g	0,20 g
Colesterolo	30,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,07 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,12 mg
Vit. B3 (niacina)	4,08 mg
Vit. A (retinolo eq)	3,58 µg
Vit. C	2,50 mg
Sale	471,5125 mg
Sali Minerali	
Potassio	243,66 mg
Ferro	0,53 mg
Calcio	7,14 mg
Fosforo	127,23 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FESA TACCHINO *CARNE AVICOLA*	60,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
FARINA BIANCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	4,00 g
ARANCE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	2,50 g
LIMONI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	2,50 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Toelettare la fesa di tacchino.
Tagliare, battere e infarinare la carne.
Rosolare le scaloppine in olio, salarle e aggiungere la salsa..
Ultimare la cottura e mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.
Per la salsa:
aggiungere il vino e il succo di limone e delle arance nella teglia di cottura della carne .
Legare eventualmente con la farina; aggiustare di sale e filtrare.
Unire la salsa bollente alle scaloppine, qualche cubetto di arancia e terminare la cottura. Aggiungere un trito di prezzemolo.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Secondo | FORMAGGIO

RICOTTA

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	87,60 kcal
Valore energetico	366,52 kJ
Peso a Crudo	60,00 g
Densità calorica	1,46 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	5,28 g
Grassi	6,54 g
Di cui grassi Saturi	40,81 g
Acidi grassi Monoinsaturi	16,51 g
Acidi Polinsaturi	2,33 g
Acido Linoleico	0,84 g
Acido Linolenico	1,49 g
Carboidrati	2,10 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,00 g
Colesterolo	34,20 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,01 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,11 mg
Vit. B3 (niacina)	0,06 mg
Vit. A (retinolo eq)	76,80 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	117 mg
Sali Minerali	
Potassio	71,40 mg
Ferro	0,24 mg
Calcio	177,00 mg
Fosforo	142,20 mg
Magnesio	10,20 mg
Zinco	0,30 mg
Rame	0,01 mg
Selenio	2,34 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
RICOTTA	60,00 g
EXTRA CAM	

PREPARAZIONE

Togliere la ricotta dalla sua confezione, porzionarla, coprirla con del film trasparente e mantenere a corretta temperatura fino al momento del servizio.

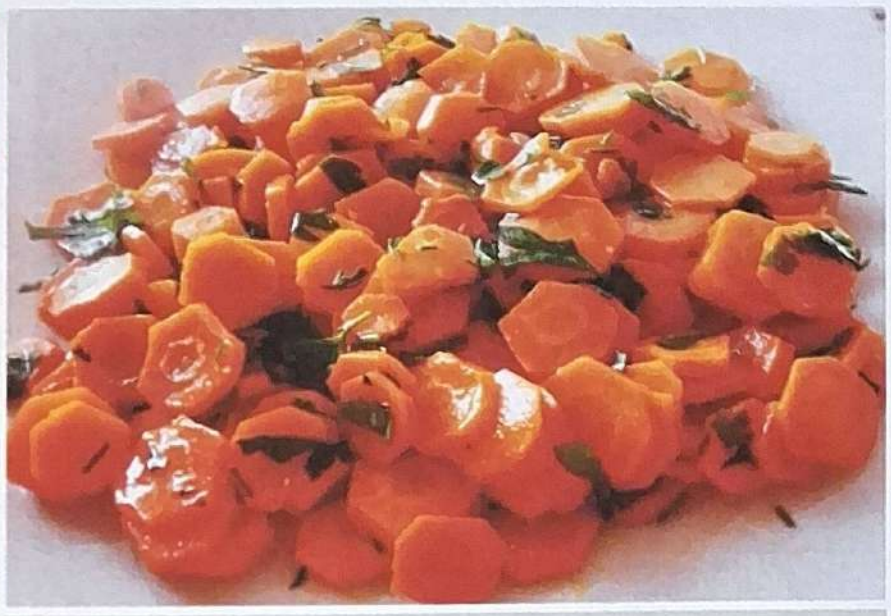
RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

CAROTE PREZZEMOLATE

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	97,85 kcal
Valore energetico	409,40 kJ
Peso a Crudo	157,50 g
Denistà calorica	0,62 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	1,72 g
Grassi	5,31 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	11,40 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	4,75 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	6,00 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,06 mg
Vit. B3 (niacina)	1,06 mg
Vit. A (retinolo eq)	1.742,66 µg
Vit. C	9,24 mg
Sale	848,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	343,85 mg
Ferro	1,15 mg
Calcio	70,45 mg
Fosforo	55,51 mg
Magnesio	16,50 mg
Zinco	4,38 mg
Rame	0,29 mg
Selenio	1,50 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
CAROTE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	150,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
PREZZEMOLO GELO *EXTRA CAM*	2,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE:posizionare le carote su teglie forate per la cottura in forno a vapore a 100 °C circa per il tempo necessario.
Al termine della cottura, aggiungervi l' olio e il prezzemolo tritato.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | LEGUMI

FAGIOLI ALL' UCCELLETTO

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	137,16 kcal
Valore energetico	573,88 kJ
Peso a Crudo	76,50 g
Densità calorica	1,79 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	6,55 g
Grassi	5,80 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	15,59 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	5,58 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,15 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,04 mg
Vit. B3 (niacina)	0,96 mg
Vit. A (retinolo eq)	161,85 µg
Vit. C	7,25 mg
Sale	502,575 mg
Sali Minerali	
Potassio	541,85 mg
Ferro	2,81 mg
Calcio	34,39 mg
Fosforo	149,44 mg
Magnesio	48,90 mg
Zinco	0,87 mg
Rame	0,21 mg
Selenio	4,80 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	40,00 g
FAGIOLI BORLOTTI SECCHI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	30,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
AGLIO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	q.b.
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE: Lessare in acqua bollente salata i fagioli, precedentemente ammollati in acqua per il tempo necessario. Al termine della cottura, scolare
Far rosolare l'aglio in olio, aggiungere i fagioli ed i pomodori pelati e frullati. Insaporire con sale. Abbattere.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE: Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | PESCE

FILETTO DI PLATESSA GRATINATO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	200,78 kcal
Valore energetico	840,06 kJ
Peso a Crudo	142,40 g
Denistà calorica	1,41 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	18,51 g
Grassi	8,36 g
Di cui grassi Saturi	1,01 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,11 g
Acidi Polinsaturi	0,53 g
Acido Linoleico	0,05 g
Acido Linolenico	0,48 g
Carboidrati	11,67 g
di cui Zuccheri	0,75 g
Fibra g	0,00 g
Colesterolo	52,80 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,08 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,01 mg
Vit. B3 (niacina)	0,27 mg
Vit. A (retinolo eq)	2,52 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	543 mg
Sali Minerali	
Potassio	28,86 mg
Ferro	0,33 mg
Calcio	16,54 mg
Fosforo	19,50 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	Presente
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	Presente
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
FILETTO PLATESSA GELO MSC *MSC* *PRODOTTI ITTICI* *ITTICO MSC/ASC/BIO/FAO 27-37*	120,00 g
PANE GRATTUGIATO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	15,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DEL PESCE:Scongelare il pesce secondo la procedura presente nel MA
Impanare il pesce passandolo nel pane grattugiato.
Disporre i filetti di pesce in teglie oliate e cuocere in forno preriscaldato a 180/200 gradi per il tempo necessario a raggiungere la doratura.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | UOVA

FRITTATA

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	223,68 kcal
Valore energetico	935,88 kJ
Peso a Crudo	144,40 g
Denistà calorica	1,55 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	16,73 g
Grassi	17,12 g
Di cui grassi Saturi	67,57 g
Acidi grassi Monoinsaturi	54,20 g
Acidi Polinsaturi	22,75 g
Acido Linoleico	0,97 g
Acido Linolenico	19,02 g
Carboidrati	0,71 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	451,21 mg
Colesterolo	0,11 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,40 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,14 mg
Vit. B3 (niacina)	292,58 µg
Vit. A (retinolo eq)	0,15 mg
Vit. C	891,625 mg
Sale	
Sali Minerali	
Potassio	187,26 mg
Ferro	1,85 mg
Calcio	122,40 mg
Fosforo	293,93 mg
Magnesio	19,77 mg
Zinco	1,65 mg
Rame	0,09 mg
Selenio	7,44 ug

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
MISTO UOVO PAST. BIO *BIOLOGICO* *UOVA* *BIO/DOP/IGP*	120,00 g
LATTE BIO INTERO UHT *BIOLOGICO* *BIO/DOP/IGP* *LATTE*	15,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	4,00 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA FRITTATA: Rompere le uova in una terrina e sbatterle con una forchetta.
Nel frattempo rompere le uova in una terrina e sbatterle con una forchetta, miscelandole assieme al Parmigiano grattugiato e un pizzico di sale.
Ungere con olio extravergine d'oliva le teglie e versarvi il composto ottenuto.
Preriscaldare il forno a 170°C.
Cuocere in forno ad una T di 140° C per il tempo necessario.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | LEGUMI

LENTICCHIE IN UMIDO

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	196,57 kcal
Valore energetico	822,45 kJ
Peso a Crudo	83,50 g
Denistà calorica	2,35 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	9,54 g
Grassi	8,52 g
Di cui grassi Saturi	1,21 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,90 g
Acidi Polinsaturi	0,79 g
Acido Linoleico	0,10 g
Acido Linolenico	0,69 g
Carboidrati	21,83 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	5,99 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,39 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,09 mg
Vit. B3 (niacina)	1,03 mg
Vit. A (retinolo eq)	154,78 µg
Vit. C	5,65 mg
Sale	534,375 mg
Sali Minerali	
Potassio	470,45 mg
Ferro	3,34 mg
Calcio	29,65 mg
Fosforo	161,06 mg
Magnesio	34,55 mg
Zinco	1,37 mg
Rame	0,42 mg
Selenio	4,40 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
LENTICCHIE SECCHE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	40,00 g
POMODORI PELATI BIO *BIOLOGICO* *CONSERVE DI POMODORO* *BIO/DOP/IGP*	20,00 g
OLIO EVO *OLIO*	8,00 g
CAROTE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	q.b.
SEDANO BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
CIPOLLE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
SALE FINO	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE:Ammollare in acqua le lenticchie per il tempo necessario, lessarle in acqua bollente salata.
Al termine della cottura scolare.
Far stufare le carote.
Versare i pomodori pelati e frullati e aggiungere le lenticchie.
Insaporire con sale e aromatizzare con la salvia.
Abbattere.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | RISO ASCIUTTO

RISO ALL'OLIO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	419,53 kcal
Valore energetico	1.755,31 kJ
Peso a Crudo	112,40 g
Denistà calorica	3,73 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	9,10 g
Grassi	8,72 g
Di cui grassi Saturi	4,43 g
Acidi grassi Monoinsaturi	6,53 g
Acidi Polinsaturi	0,68 g
Acido Linoleico	0,08 g
Acido Linolenico	0,59 g
Carboidrati	81,30 g
di cui Zuccheri	0,30 g
Fibra g	0,50 g
Colesterolo	5,45 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,34 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,10 mg
Vit. B3 (niacina)	2,61 mg
Vit. A (retinolo eq)	19,12 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	503 mg
Sali Minerali	
Potassio	156,36 mg
Ferro	2,93 mg
Calcio	118,49 mg
Fosforo	234,60 mg
Magnesio	3,15 mg
Zinco	2,20 mg
Rame	0,36 mg
Selenio	14,60 ug

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
RISO RIBE PARBOILED BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	100,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	7,00 g
GRANA PADANO DOP BIO *BIOLOGICO* *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

COTTURA DEL RISOTTO: In una pentola aggiungere acqua e sale, quando arriva ad ebollizione aggiungere il riso fino a completa cottura.

ABBATTIMENTO DEL RISOTTO: Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | VERDURA CRUDA

INSALATA MISTA

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	7,02 kcal
Valore energetico	29,37 kJ
Peso a Crudo	26,00 g
Denistà calorica	0,27 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	0,38 g
Grassi	0,08 g
Di cui grassi Saturi	0,00 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,00 g
Acidi Polinsaturi	0,00 g
Acido Linoleico	0,00 g
Acido Linolenico	0,00 g
Carboidrati	1,27 g
di cui Zuccheri	0,69 g
Fibra g	0,60 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,53 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,03 mg
Vit. B3 (niacina)	0,18 mg
Vit. A (retinolo eq)	179,01 µg
Vit. C	1,30 mg
Sale	33,8 mg
Sali Minerali	
Potassio	59,80 mg
Ferro	0,20 mg
Calcio	11,57 mg
Fosforo	8,84 mg
Magnesio	1,43 mg
Zinco	0,38 mg
Rame	0,02 mg
Selenio	0,13 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
INSALATA LATTUGA BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	13,00 g
CAROTE BIO IV GAMMA *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	13,00 g

PREPARAZIONE

Mondare, lavare accuratamente l' insalata, i pomodori e le carote con l'apposita attrezzatura.
Affettare sottilmente l'insalata verde e rossa, tagliare le carote a julienne e i pomodori a spicchi.
Confezionare i piatti, coprirli con un film plastico e conservarli alla temperatura idonea.

RICETTA

Contorno | VERDURA CRUDA

FINOCCHI JULIENNE

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	2,25 kcal
Valore energetico	9,41 kJ
Peso a Crudo	25,00 g
Denistà calorica	0,09 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	0,30 g
Grassi	0,00 g
Di cui grassi Saturi	0,00 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,00 g
Acidi Polinsaturi	0,00 g
Acido Linoleico	0,00 g
Acido Linolenico	0,00 g
Carboidrati	0,25 g
di cui Zuccheri	0,38 g
Fibra g	0,55 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,01 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,01 mg
Vit. B3 (niacina)	0,13 mg
Vit. A (retinolo eq)	0,50 µg
Vit. C	3,00 mg
Sale	2,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	98,50 mg
Ferro	0,10 mg
Calcio	11,25 mg
Fosforo	9,75 mg
Magnesio	4,00 mg
Zinco	0,22 mg
Rame	0,03 mg
Selenio	0,23 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FINOCCHI IV GAMMA	25,00 g
ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI	

PREPARAZIONE

Mondare, lavare accuratamente i finocchi con l'apposita attrezzatura e affettarli sottilmente.
Disporre in un contenitore di servizio e condire con olio e prezzemolo.
Mantenere a temperatura idonea fino al momento della somministrazione.

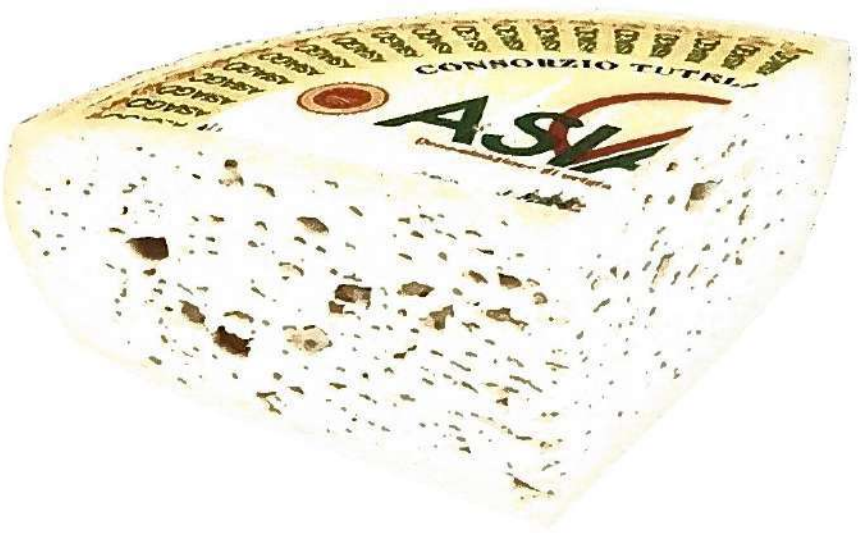
RICETTA

Secondo | FORMAGGIO

FORMAGGIO ASIAGO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	178,00 kcal
Valore energetico	744,75 kJ
Peso a Crudo	50,00 g
Denistà calorica	3,56 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	15,70 g
Grassi	12,80 g
Di cui grassi Saturi	7,95 g
Acidi grassi Monoinsaturi	4,14 g
Acidi Polinsaturi	0,45 g
Acido Linoleico	0,19 g
Acido Linolenico	0,27 g
Carboidrati	0,00 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,00 g
Colesterolo	45,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,02 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,18 mg
Vit. B3 (niacina)	0,05 mg
Vit. A (retinolo eq)	100,00 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	950 mg
Sali Minerali	
Potassio	48,50 mg
Ferro	0,35 mg
Calcio	385,00 mg
Fosforo	265,00 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	1,10 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FORMAGGIO ASIAGO DOP	50,00 g
DOP	
SALUMI E FORMAGGI	
BIO/DOP/IGP	

PREPARAZIONE

Prelevare la materia prima dalla cella.
Porzionarla e disporla su un piatto e ricoprirla con un film trasparente.
Mantenere a temperatura corretta fino alla somministrazione

RICETTA

Secondo | FORMAGGIO

FORMAGGIO STRACCHINO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	180,00 kcal
Valore energetico	753,12 kJ
Peso a Crudo	60,00 g
Densità calorica	3,00 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	11,10 g
Grassi	15,06 g
Di cui grassi Saturi	0,00 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,00 g
Acidi Polinsaturi	0,00 g
Acido Linoleico	0,00 g
Acido Linolenico	0,00 g
Carboidrati	0,00 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,00 g
Colesterolo	54,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,03 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,22 mg
Vit. B3 (niacina)	0,06 mg
Vit. A (retinolo eq)	175,80 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	621 mg
Sali Minerali	
Potassio	37,20 mg
Ferro	0,18 mg
Calcio	340,20 mg
Fosforo	224,40 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FORMAGGIO STRACCHINO BIO	60,00 g
BIOLOGICO	
SALUMI E FORMAGGI	
BIO/DOP/IGP	

PREPARAZIONE

Porzionare il formaggio e disporre le corrette quantità sul piatto.
Coprire il piatto con il film plastico per alimenti e conservare a idonea temperatura fino al momento della somministrazione.

RICETTA

Primo | CREME/PASSATI/SEMOLINO

CREMA DI PORRI E PATATE CON RISO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	256,73 kcal
Valore energetico	1.074,16 kJ
Peso a Crudo	277,40 g
Denistà calorica	0,93 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	5,04 g
Grassi	8,25 g
Di cui grassi Saturi	1,15 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,36 g
Acidi Polinsaturi	0,68 g
Acido Linoleico	0,07 g
Acido Linolenico	0,61 g
Carboidrati	43,60 g
di cui Zuccheri	2,08 g
Fibra g	1,88 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,57 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,09 mg
Vit. B3 (niacina)	2,60 mg
Vit. A (retinolo eq)	61,42 µg
Vit. C	9,95 mg
Sale	1785,75 mg
Sali Minerali	
Potassio	445,86 mg
Ferro	1,86 mg
Calcio	46,24 mg
Fosforo	127,60 mg
Magnesio	16,55 mg
Zinco	1,58 mg
Rame	0,25 mg
Selenio	5,65 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
BRODO VEGETALE GRANULARE S/GLUTAMMATO *EXTRA CAM*	150,00 g
PATATE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	50,00 g
RISO PARBOILED *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	40,00 g
PORRI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	25,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Preparare un trito di carote e cipolle e rosolarlo in olio.
Aggiungere i porri e le patate precedentemente mondati e tagliati grossolanamente.
Coprire con il brodo vegetale e portare a ebollizione; lasciar cuocere il tempo necessario.
A cottura ultimata frullare la massa a caldo, fino ad ottenere una crema liscia.
Regolare di sale.
Cuocere il riso in abbondante acqua salata, scolare ed aggiungere alla crema.
Mantenere a temperatura idonea fino al momento della somministrazione.

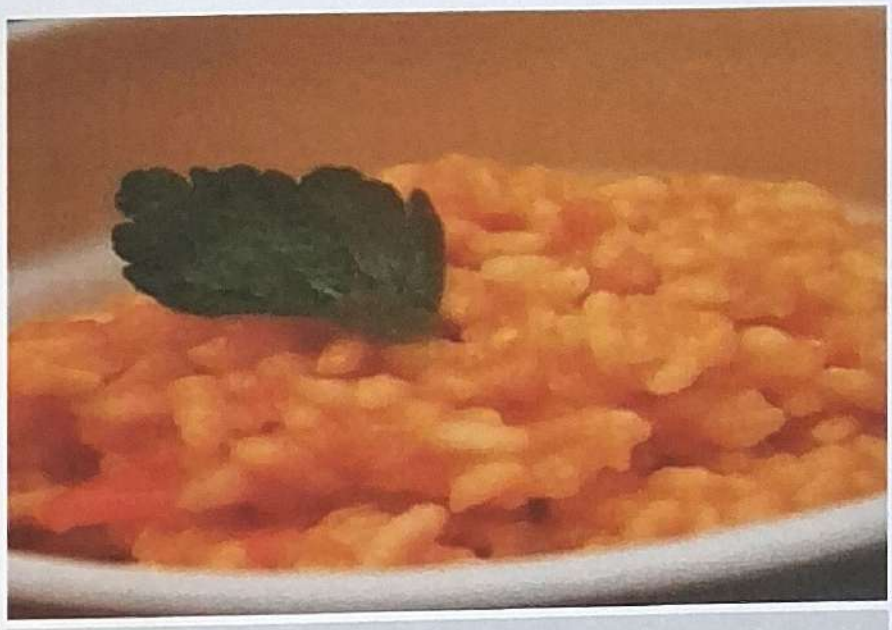
RICETTA

Primo | RISO ASCIUTTO

RISOTTO CON CAROTE

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	376,75 kcal
Valore energetico	1.576,32 kJ
Peso a Crudo	165,40 g
Denistà calorica	2,28 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	8,18 g
Grassi	8,53 g
Di cui grassi Saturi	3,75 g
Acidi grassi Monoinsaturi	6,24 g
Acidi Polinsaturi	0,65 g
Acido Linolenico	0,07 g
Carboidrati	0,57 g
di cui Zuccheri	71,26 g
Fibra g	2,85 g
Colesterolo	2,64 g
Vit. B1 (tiamina)	4,36 mg
Vit. B2 (riboflavina)	3,07 mg
Vit. B3 (niacina)	0,11 mg
Vit. A (retinolo eq)	2,57 mg
Vit. C	819,40 µg
Sale	2,80 mg
Sali Minerali	647,25 mg
Potassio	279,16 mg
Ferro	2,83 mg
Calcio	125,60 mg
Fosforo	213,58 mg
Magnesio	10,22 mg
Zinco	3,80 mg
Rame	0,42 mg
Selenio	12,38 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
RISO PARBOILED *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	70,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	4,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	4,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Preparae un trito di cipolle e carote in olio e unire il riso per farlo tosatre in modo che si insaporisca. Cuocere il riso con aggiunte graduali di brodo vegetale.
Mondare, tagliare e cuocere a vapore le carote per qualche minuto.
Al termine della cottura unire le carote al riso e regolare di sale.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA ALLE VERDURE

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	408,15 kcal
Valore energetico	1.707,70 kJ
Peso a Crudo	135,50 g
Denistà calorica	3,01 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	12,25 g
Grassi	6,49 g
Di cui grassi Saturi	0,94 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,81 g
Acidi Polinsaturi	1,07 g
Acido Linoleico	0,09 g
Acido Linolenico	0,99 g
Carboidrati	80,18 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	3,47 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,10 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,22 mg
Vit. B3 (niacina)	2,60 mg
Vit. A (retinolo eq)	36,30 µg
Vit. C	16,60 mg
Sale	503 mg
Sali Minerali	
Potassio	222,05 mg
Ferro	1,56 mg
Calcio	31,75 mg
Fosforo	195,91 mg
Magnesio	51,00 mg
Zinco	1,15 mg
Rame	1,32 mg
Selenio	2,70 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
PASTA SECCA BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	100,00 g
CAVOLFIORE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	20,00 g
BROCCOLI BIO GELO *BIOLOGICO* *EXTRA CAM* *BIO/DOP/IGP*	10,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA PASTA: Cuocere lapasta in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C).
Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA SALSA:Per la salsa di pomodoro:Per la salsa di pomodoro: Riscaldare l'olio e fare soffriggere lentamente la cipolla e le carote precedentemente tritate sino ad ottenere un colore leggermente ambrato. Aggiungere i pomodori pelati e frullati, le patate tagliate a cubetti, i fagiolini e i piselli lessati, salare e lasciar cuocere.
Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

PEPERONI ALLA GRIGLIA

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	91,85 kcal
Valore energetico	384,30 kJ
Peso a Crudo	157,50 g
Denistà calorica	0,58 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	1,42 g
Grassi	5,46 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	10,05 g
di cui Zuccheri	g
Fibra g	0,10 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,08 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,11 mg
Vit. B3 (niacina)	0,76 mg
Vit. A (retinolo eq)	656,66 µg
Vit. C	252,24 mg
Sale	492,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	13,85 mg
Ferro	1,15 mg
Calcio	29,95 mg
Fosforo	40,51 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PEPERONI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	150,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
PREZZEMOLO *EXTRA CAM*	q.b.
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE: Mondare e lavare accuratamente i peperoni.
Tagliarli a spicchi e grigliarli su entrambi i lati.
Condire con prezzemolo tritato e olio.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | VERDURA CRUDA

CAVOLO CAPPUCCIO ALL'OLIO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	6,00 kcal
Valore energetico	25,10 kJ
Peso a Crudo	25,00 g
Denistà calorica	0,24 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	0,85 g
Grassi	0,08 g
Di cui grassi Saturi	0,00 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,00 g
Acidi Polinsaturi	0,00 g
Acido Linoleico	0,00 g
Acido Linolenico	0,50 g
Carboidrati	0,50 g
di cui Zuccheri	0,75 g
Fibra g	0,00 mg
Colesterolo	0,02 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,05 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,45 mg
Vit. B3 (niacina)	30,75 µg
Vit. A (retinolo eq)	19,25 mg
Vit. C	7,5 mg
Sale	
Sali Minerali	85,00 mg
Potassio	0,30 mg
Ferro	18,00 mg
Calcio	18,50 mg
Fosforo	7,25 mg
Magnesio	0,59 mg
Zinco	0,02 mg
Rame	0,00 µg
Selenio	

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
CAVOLO CAPPUCCIO	25,00 g
ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI	

PREPARAZIONE

Mondare, lavare accuratamente il cavolo cappuccio con l'apposita attrezzatura e affettarlo sottilmente.
Aggiungere olio e confezionare I piatti coprendoli con un film plastico e conservarli alla temperatura idonea.

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

FAGIOLINI ALL' OLIO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	37,48 kcal
Valore energetico	156,80 kJ
Peso a Crudo	62,70 g
Denistà calorica	0,60 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	1,02 g
Grassi	2,56 g
Di cui grassi Saturi	0,36 g
Acidi grassi Monoinsaturi	1,82 g
Acidi Polinsaturi	0,19 g
Acido Linoleico	0,02 g
Acido Linolenico	0,17 g
Carboidrati	2,76 g
di cui Zuccheri	1,26 g
Fibra g	1,74 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,03 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,05 mg
Vit. B3 (niacina)	0,24 mg
Vit. A (retinolo eq)	18,90 µg
Vit. C	4,20 mg
Sale	208,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	972,18 mg
Ferro	0,37 mg
Calcio	33,62 mg
Fosforo	0,00 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FAGIOLINI GELO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
OLIO EVO *OLIO*	2,50 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	0,20 g

PREPARAZIONE

Posizionare i fagiolini su teglie forate.
Cuocere in forno a vapore a 100 °C per il tempo necessario
A cottura ultimata far soffriggere la cipolla in olio, aggiungere i fagiolini e salare.
Mantenere a temperatura idonea fino al momento della somministrazione.

RICETTA

Piatto unico | PIATTO UNICO

PIZZA MARGHERITA

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	185,72 kcal
Valore energetico	777,05 kJ
Peso a Crudo	308,00 g
Denistà calorica	0,60 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	8,20 g
Grassi	16,09 g
Di cui grassi Saturi	1,16 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,84 g
Acidi Polinsaturi	0,60 g
Acido Linoleico	0,06 g
Acido Linolenico	0,54 g
Carboidrati	2,08 g
di cui Zuccheri	1,80 g
Fibra g	0,54 g
Colesterolo	18,40 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,01 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,11 mg
Vit. B3 (niacina)	0,64 mg
Vit. A (retinolo eq)	330,48 µg
Vit. C	10,80 mg
Sale	213,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	196,00 mg
Ferro	0,30 mg
Calcio	145,40 mg
Fosforo	154,40 mg
Magnesio	4,00 mg
Zinco	1,04 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	1,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
BASE PER PIZZA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	200,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	60,00 g
MOZZARELLA *SALUMI E FORMAGGI*	40,00 g
OLIO EVO *OLIO*	8,00 g

PREPARAZIONE

Tagliare la mozzarella a cubetti.
insaporire il pomodoro con sale e olio.
Stendere la pasta per la pizza e spalmarvi il pomodoro, cospargere con la mozzarella.
Condire con un filo d'olio e cuocere in forno preriscaldato a 250°C; proseguire ed ultimare la cottura a 220°C.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Secondo | VITELLONE

BOCCONCINI DI MANZO CON POLENTA

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	539,60 kcal
Valore energetico	2.257,69 kJ
Peso a Crudo	305,50 g
Denistà calorica	1,77 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	39,10 g
Grassi	11,69 g
Di cui grassi Saturi	69,78 g
Acidi grassi Monoinsaturi	82,81 g
Acidi Polinsaturi	84,85 g
Acido Linoleico	3,98 g
Acido Linolenico	65,30 g
Carboidrati	72,67 g
di cui Zuccheri	3,89 g
Fibra g	3,73 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,85 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,25 mg
Vit. B3 (niacina)	8,45 mg
Vit. A (retinolo eq)	377,35 µg
Vit. C	15,70 mg
Sale	686,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	774,95 mg
Ferro	3,96 mg
Calcio	30,75 mg
Fosforo	363,01 mg
Magnesio	26,60 mg
Zinco	4,94 mg
Rame	0,09 mg
Selenio	4,60 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
REALE VITELLONE DS *CARNE BOVINA*	150,00 g
FARINA BRAMATA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	40,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	10,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	10,00 g
FARINA BIANCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	q.b.
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
PREZZEMOLO *EXTRA CAM*	q.b.
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLO SPEZZATINO: Toelettare la carne di manzo (reale di vitellone), mondare e soffriggere le verdure (carote, cipolle).Tagliare le verdure; tagliare la carne a cubetti e infarinarla leggermente. Rosolare la carne in olio, aggiungere i pomodori pelati e frullati con un trito di prezzemolo.
Insaporire di sale e aggiungere il brodo se necessario.
Preparare la polenta nella giusta quantità di acqua bollente, sale e un filo di olio.
Disporre in GN e abbattere.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE: Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | ZUPPA/MINESTRONE

ZUPPA DI FARRO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	264,75 kcal
Valore energetico	1.107,71 kJ
Peso a Crudo	160,50 g
Denistà calorica	1,65 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	9,70 g
Grassi	8,25 g
Di cui grassi Saturi	1,60 g
Acidi grassi Monoinsaturi	4,01 g
Acidi Polinsaturi	0,42 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,37 g
Carboidrati	40,29 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	4,29 g
Colesterolo	5,45 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,26 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,04 mg
Vit. B3 (niacina)	1,86 mg
Vit. A (retinolo eq)	237,60 µg
Vit. C	16,40 mg
Sale	628,125 mg
Sali Minerali	
Potassio	627,45 mg
Ferro	0,78 mg
Calcio	87,50 mg
Fosforo	246,46 mg
Magnesio	22,90 mg
Zinco	1,10 mg
Rame	0,16 mg
Selenio	0,65 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
PATATE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	40,00 g
FARRO PERLATO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	40,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA DELLA ZUPPA: Il giorno antecedente la preparazione del piatto immergere il farro in acqua fredda e lasciarlo ammorbidire.
Preparare il soffritto con carote e cipolle in olio e aggiungere le patate tagliate a cubetti e mondate. Versare i pomodori pelati e frullati.
Versare il brodo vegetale, il farro e cuocere per il tempo necessario.
Regolare di sale.
Frullare una parte della zuppa e unirla a quella non frullata.
Per il completamento della ricetta mescolare con dell'olio.

ABBATTIMENTO DELLA ZUPPA: Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE: Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | ELABORATO/SFORMATO

FARINATA DI CECI

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	264,29 kcal
Valore energetico	1.105,79 kJ
Peso a Crudo	248,40 g
Denistà calorica	1,06 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	13,09 g
Grassi	9,98 g
Di cui grassi Saturi	1,39 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,92 g
Acidi Polinsaturi	2,14 g
Acido Linoleico	0,11 g
Acido Linolenico	2,03 g
Carboidrati	32,72 g
di cui Zuccheri	2,54 g
Fibra g	8,28 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,22 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,08 mg
Vit. B3 (niacina)	1,02 mg
Vit. A (retinolo eq)	21,44 µg
Vit. C	3,29 mg
Sale	406,65 mg
Sali Minerali	
Potassio	483,53 mg
Ferro	3,76 mg
Calcio	84,65 mg
Fosforo	179,60 mg
Magnesio	10,15 mg
Zinco	1,98 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
ACQUA NATURALE *EXTRA CAM*	180,00 g
FARINA DI CECI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
ROSMARINO BIO *BIOLOGICO* *EXTRA CAM* *BIO/DOP/IGP*	1,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Vedi Retro...

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA FARINATA:Mettere in una terrina la farina nella classica forma a fontana e versare al centro, un pò alla volta, l'acqua. Mescolare il tutto per bene facendo attenzione ai grumi, fino ad ottenere un composto liquido e omogeneo da lasciar riposare, mescolando di tanto in tanto, dalle 4-5 ore, fino ad arrivare alle 10 ore, coperto con un coperchio e fuori dal frigorifero.
Trascorso il tempo necessario, è probabile che si sarà formata della schiuma in superficie: toglierla con un mestolo forato.
Aggiungere al composto il sale e mezzo bicchiere di olio; versare il restante olio in una teglia antiaderente coprendone tutto il fondo.
Versare dentro la teglia il composto di ceci e cuocere in forno preriscaldato a 220° per circa mezz'ora fino a quando la farinata non risulti di un bel colore dorato; passare al grill fino a quando la superficie della farinata non risulti di un bel colore nocciola (circa 15 minuti).
Quando sarà cotta, sfornate la farinata, cospargere di sale e pepe macinato, tagliare a quadrati e servitela ancora calda magari con un bell'accompagnamento di verdure o aromatizzata con un trito di rosmarino e olio.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA AL POMODORO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	430,48 kcal
Valore energetico	1.801,13 kJ
Peso a Crudo	172,50 g
Denistà calorica	2,50 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	11,72 g
Grassi	8,67 g
Di cui grassi Saturi	1,23 g
Acidi grassi Monoinsaturi	5,27 g
Acidi Polinsaturi	1,22 g
Acido Linoleico	0,10 g
Acido Linolenico	1,13 g
Carboidrati	81,39 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	3,44 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,30 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,21 mg
Vit. B3 (niacina)	2,97 mg
Vit. A (retinolo eq)	270,42 µg
Vit. C	11,05 mg
Sale	543,125 mg
Sali Minerali	
Potassio	339,45 mg
Ferro	1,60 mg
Calcio	31,55 mg
Fosforo	206,86 mg
Magnesio	52,35 mg
Zinco	1,36 mg
Rame	0,34 mg
Selenio	2,90 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
PASTA SECCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	100,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	50,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
SEDANO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
CAROTE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
CIPOLLE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA PASTA: Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C).
Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA SALSA:Tagliare carote e cipolle e far soffriggere nell'olio. Aggiungere i pomodori pelati e frullati, salare e lasciar cuocere. Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | POLLO

BOCCONCINI DI POLLO AL FORNO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	109,79 kcal
Valore energetico	459,36 kJ
Peso a Crudo	97,40 g
Denistà calorica	1,13 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	14,17 g
Grassi	5,58 g
Di cui grassi Saturi	23,06 g
Acidi grassi Monoinsaturi	20,64 g
Acidi Polinsaturi	20,93 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	10,18 g
Carboidrati	0,90 g
di cui Zuccheri	0,48 g
Fibra g	0,29 g
Colesterolo	36,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,40 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,13 mg
Vit. B3 (niacina)	5,08 mg
Vit. A (retinolo eq)	93,76 µg
Vit. C	0,52 mg
Sale	643,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	247,16 mg
Ferro	0,34 mg
Calcio	7,16 mg
Fosforo	130,96 mg
Magnesio	20,08 mg
Zinco	0,64 mg
Rame	0,05 mg
Selenio	6,08 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PETTO POLLO BIO *BIOLOGICO* *CARNE AVICOLA* *BIO/DOP/IGP*	60,00 g
BRODO VEGETALE GRANULARE S/GLUTAMMATO *EXTRA CAM*	20,00 g
CAROTE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	8,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
CIPOLLE GELO *EXTRA CAM*	4,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Tagliare e macinare la carne, "formare" gli hamburger con la carne, l'uovo, il grana padano grattuggiato, il sale, gli aromi ed il pane grattuggiato.
Disporrre in teglie GN oliate gli hamburgher ed infornare a 180°C, unire il brodo vegetale e lasciar ultimare la cottura.
Mantenere a temperatura idonea fino al momento della somministrazione

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA ALL' OLIO

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	415,93 kcal
Valore energetico	1.740,25 kJ
Peso a Crudo	107,40 g
Denistà calorica	3,87 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	10,90 g
Grassi	8,39 g
Di cui grassi Saturi	21,69 g
Acidi grassi Monoinsaturi	20,15 g
Acidi Polinsaturi	65,38 g
Acido Linoleico	4,75 g
Acido Linolenico	61,57 g
Carboidrati	79,10 g
di cui Zuccheri	2,20 g
Fibra g	2,70 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,10 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,20 mg
Vit. B3 (niacina)	2,50 mg
Vit. A (retinolo eq)	2,52 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	403 mg
Sali Minerali	
Potassio	192,36 mg
Ferro	1,42 mg
Calcio	22,04 mg
Fosforo	189,00 mg
Magnesio	51,00 mg
Zinco	1,15 mg
Rame	0,32 mg
Selenio	2,70 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
PASTA SECCA BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	100,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	7,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA PASTA: Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C).
Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE: Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.
Condire con olio e formaggio grattuggiato prima del servizio

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

PATATE LESSE

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	183,98 kcal
Valore energetico	769,75 kJ
Peso a Crudo	192,70 g
Denistà calorica	0,95 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	3,99 g
Grassi	4,40 g
Di cui grassi Saturi	0,36 g
Acidi grassi Monoinsaturi	1,82 g
Acidi Polinsaturi	0,19 g
Acido Linoleico	0,02 g
Acido Linolenico	0,17 g
Carboidrati	34,01 g
di cui Zuccheri	1,90 g
Fibra g	3,04 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,19 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,08 mg
Vit. B3 (niacina)	4,75 mg
Vit. A (retinolo eq)	6,60 µg
Vit. C	28,50 mg
Sale	229,75 mg
Sali Minerali	
Potassio	1.083,18 mg
Ferro	1,15 mg
Calcio	19,02 mg
Fosforo	102,60 mg
Magnesio	60,80 mg
Zinco	2,39 mg
Rame	0,40 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PATATE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	190,00 g
OLIO EVO *OLIO*	2,50 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,20 g

PREPARAZIONE

Mondare, lavare accuratamente e tagliare le patate. Disporle su teglie forate e cuocere a vapore a 100°C circa per il tempo necessario. Al termine della fase di cottura posizionare in gastronorm per il servizio. Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

PATATE AL FORNO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	132,98 kcal
Valore energetico	556,37 kJ
Peso a Crudo	132,70 g
Denistà calorica	1,00 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	2,73 g
Grassi	3,80 g
Di cui grassi Saturi	0,36 g
Acidi grassi Monoinsaturi	1,82 g
Acidi Polinsaturi	0,19 g
Acido Linoleico	0,02 g
Acido Linolenico	0,17 g
Carboidrati	23,27 g
di cui Zuccheri	1,30 g
Fibra g	2,08 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,13 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,05 mg
Vit. B3 (niacina)	3,25 mg
Vit. A (retinolo eq)	4,80 µg
Vit. C	19,50 mg
Sale	219,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	741,18 mg
Ferro	0,79 mg
Calcio	13,02 mg
Fosforo	70,20 mg
Magnesio	41,60 mg
Zinco	1,64 mg
Rame	0,27 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PATATE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	130,00 g
OLIO EVO BIO *BIOLOGICO* *OLIO* *BIO/DOP/IGP*	2,50 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	0,20 g

PREPARAZIONE

Pelare le patate, sciacquarle sotto l'acqua corrente fredda, tagliarle a cubetti e conservarle temporaneamente immerse in acqua fredda.
Riporre in teglie le patate; ollare, aromatizzare con la salvia e il rosmarino ed infornare a 200° C per 30-40 minuti circa.
A cottura avvenuta, salare e mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Secondo | PESCE

FILETTO DI PLATESSA AL POMODORO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	161,83 kcal
Valore energetico	677,10 kJ
Peso a Crudo	179,50 g
Denistà calorica	0,90 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	18,35 g
Grassi	6,34 g
Di cui grassi Saturi	0,73 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,40 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,36 g
Carboidrati	6,24 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,70 g
Colesterolo	52,80 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,02 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,01 mg
Vit. B3 (niacina)	0,41 mg
Vit. A (retinolo eq)	193,82 µg
Vit. C	10,96 mg
Sale	501,95 mg
Sali Minerali	
Potassio	118,85 mg
Ferro	0,33 mg
Calcio	13,95 mg
Fosforo	18,35 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	Presente
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	Presente
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FILETTO PLATESSA GELO *PRODOTTI ITTICI*	120,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	40,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
FARINA BIANCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
BASILICO *EXTRA CAM*	q.b.
PREZZEMOLO *EXTRA CAM*	q.b.
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DEL PESCE:Scongelare il pesce secondo la procedura riportata nel MA
Disporre i filetti leggermente infarinati in teglie e cuocere in forno a calore misto a 180°C circa per il tempo
necessario.
Disporre in GN e abbattere.

PREPARAZIONE E ABBATTIMENTO DELLA SALSA: soffriggere la cipolla in poco olio quindi aggiungere i pomodori pelati.
Aggiungere a piacere prezzemolo e basilico e aggiustare di sale.
Disporre in GN e abbattere.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | CREME/PASSATI/SEMOLINO

CREMA DI CAROTE CON RISO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	292,80 kcal
Valore energetico	1.225,08 kJ
Peso a Crudo	230,50 g
Denistà calorica	1,27 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	6,01 g
Grassi	6,21 g
Di cui grassi Saturi	0,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,65 g
Acidi Polinsaturi	0,38 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,34 g
Carboidrati	56,60 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	4,52 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	3,83 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,10 mg
Vit. B3 (niacina)	3,92 mg
Vit. A (retinolo eq)	1.037,70 µg
Vit. C	17,10 mg
Sale	729,75 mg
Sali Minerali	
Potassio	771,45 mg
Ferro	2,34 mg
Calcio	72,65 mg
Fosforo	161,91 mg
Magnesio	38,70 mg
Zinco	4,56 mg
Rame	0,50 mg
Selenio	6,50 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	90,00 g
PATATE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	90,00 g
RISO PARBOILED *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	40,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

PREPARAZIONE E ABBATTIMENTO DELLA CREMA: Soffriggere in olio carote e cipolle.
Aggiungere le carote precedentemente mondate e tagliate grossolanamente. Coprire con il brodo vegetale e portare a ebollizione; lasciar cuocere il tempo necessario.Frullare la massa a caldo, fino ad ottenere una crema liscia, omogenea e della giusta densità.
Disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

COTTURA E ABBATTIMENTO DELL'ORZO: Lasciare l'orzo in ammollo e cuocere in acqua salata. Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

ZUCCHINE ALL'OLIO

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	40,82 kcal
Valore energetico	170,77 kJ
Peso a Crudo	88,70 g
Denistà calorica	0,46 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	1,11 g
Grassi	3,58 g
Di cui grassi Saturi	0,51 g
Acidi grassi Monoinsaturi	2,55 g
Acidi Polinsaturi	0,26 g
Acido Linoleico	0,03 g
Acido Linolenico	0,24 g
Carboidrati	1,19 g
di cui Zuccheri	1,53 g
Fibra g	1,02 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,07 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,10 mg
Vit. B3 (niacina)	0,60 mg
Vit. A (retinolo eq)	6,36 µg
Vit. C	9,35 mg
Sale	243,25 mg
Sali Minerali	
Potassio	224,58 mg
Ferro	0,43 mg
Calcio	17,87 mg
Fosforo	55,25 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
ZUCCHINE	85,00 g
ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI	
OLIO EVO	3,50 g
OLIO	
SALE FINO	0,20 g
EXTRA CAM	

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE:Cuocere le zucchine al vapore.
Rosolare la cipolla e l'aglio in poco olio, aggiungervi le zucchine e salare. Saltare per qualche minuto a fuoco vivace. Abbattere.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | LEGUMI

HAMBURGER DI LEGUMI

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	297,50 kcal
Valore energetico	1.244,74 kJ
Peso a Crudo	180,50 g
Denistà calorica	1,65 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	16,27 g
Grassi	10,87 g
Di cui grassi Saturi	2,91 g
Acidi grassi Monoinsaturi	4,90 g
Acidi Polinsaturi	1,10 g
Acido Linoleico	0,08 g
Acido Linolenico	1,00 g
Carboidrati	35,89 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	9,31 g
Colesterolo	48,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,45 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,19 mg
Vit. B3 (niacina)	3,34 mg
Vit. A (retinolo eq)	101,30 µg
Vit. C	25,50 mg
Sale	1006,125 mg
Sali Minerali	
Potassio	773,60 mg
Ferro	4,20 mg
Calcio	186,35 mg
Fosforo	316,06 mg
Magnesio	67,55 mg
Zinco	2,07 mg
Rame	0,42 mg
Selenio	4,48 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	Presente
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
PISELLI GELO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
PATATE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	50,00 g
CECI SECCHI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	15,00 g
FAGIOLI BORLOTTI SECCHI *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	15,00 g
MISTO UOVO PAST. *UOVA*	10,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	10,00 g
PANE GRATTUGIATO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO	5,00 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE POLPETTE: Disporre in teglie forate i fagioli ceci (precedentmente ammollati) e piselli e cuocere a vapore.
Schiacciare le patate lessate e legarle con l'uovo, aggiungere i legumi tritati, il formaggio grana padano grattugiato e l'olio.
Regolare di sale e mescolare.
Formare l'hamburger e passarli prima nell'uovo sbattuto e infine nel pane grattugiato.
Riporre in teglie gli hamburger; oliare, aggiungere un trito di cipolle ed infornare a 200° C fino a doratura ottenuta.
Disporre in GN e abbattere

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE: Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | GNOCCHI

GNOCCHI AL POMODORO E RICOTTA

Utenza: ADULTI 1

Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	363,45 kcal
Valore energetico	1.520,67 kJ
Peso a Crudo	285,50 g
Denistà calorica	1,27 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	10,35 g
Grassi	9,33 g
Di cui grassi Saturi	2,09 g
Acidi grassi Monoinsaturi	4,20 g
Acidi Polinsaturi	0,45 g
Acido Linoleico	0,06 g
Acido Linolenico	0,39 g
Carboidrati	63,71 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,70 g
Colesterolo	11,40 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,20 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,04 mg
Vit. B3 (niacina)	0,46 mg
Vit. A (retinolo eq)	284,80 µg
Vit. C	9,20 mg
Sale	553,375 mg
Sali Minerali	
Potassio	150,25 mg
Ferro	0,23 mg
Calcio	65,75 mg
Fosforo	61,26 mg
Magnesio	3,95 mg
Zinco	0,25 mg
Rame	0,01 mg
Selenio	0,83 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	Presente
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
GNOCCHI DI PATATE *EXTRA CAM*	200,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	50,00 g
RICOTTA *EXTRA CAM*	20,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

Vedi Retro...

COTTURA E ABBATTIMENTO DEGLI GNOCCHI: Cuocere gli gnocchi in abbondante acqua salata, secondo i tempi prestabiliti. Terminato il tempo di cottura abbattere in acqua refrigerata (6/8°C).
Scolare, disporre in GN forate e terminare in abbattitore la fase di abbattimento.

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLA SALSA: Preparare il soffritto con carote e cipolle e far rosolare in olio.
Versare i pomodori pelati . Portare a ebollizione e lasciar cuocere per il tempo necessario.
Aggiungere la ricotta ed amalgamare il tutto fino ad ottenere una salsa liscia ed omogenea.
Al termine aggiustare di sale.
Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

COTTURA E ABBATTIMENTO DEGLI GNOCCHI: Cuocere gli gnocchi in

RICETTA

Contorno | VERDURA CRUDA

CAROTE JULIENNE

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	8,75 kcal
Valore energetico	36,61 kJ
Peso a Crudo	25,00 g
Denistà calorica	0,35 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	0,28 g
Grassi	0,05 g
Di cui grassi Saturi	0,00 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,00 g
Acidi Polinsaturi	0,00 g
Acido Linoleico	0,00 g
Acido Linolenico	0,00 g
Carboidrati	1,90 g
di cui Zuccheri	0,78 g
Fibra g	0,78 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	1,00 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,01 mg
Vit. B3 (niacina)	0,18 mg
Vit. A (retinolo eq)	287,00 µg
Vit. C	1,00 mg
Sale	59,375 mg
Sali Minerali	
Potassio	55,00 mg
Ferro	0,18 mg
Calcio	11,00 mg
Fosforo	9,25 mg
Magnesio	2,75 mg
Zinco	0,73 mg
Rame	0,05 mg
Selenio	0,25 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
CAROTE BIO IV GAMMA	25,00 g
BIOLOGICO	
ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI	
BIO/DOP/IGP	

PREPARAZIONE

Mondare, lavare accuratamente le carote e con l'apposita disco, tagliarle alla julienne.
Conservare l'insalata alla temperatura idonea fino al momento della somministrazione.
Condire con dell'olio e succo di limone.

[illegible]

CAROTE ALL'OLIO

[illegible]

[illegible]	
[illegible]	[illegible] kcal
[illegible]	[illegible] kJ
[illegible]	2.70 g
[illegible]	[illegible]
[illegible]	
[illegible]	0.66 g
[illegible]	2.72 g
[illegible]	0.36 g
[illegible]	1.82 g
[illegible]	0.19 g
[illegible]	0.02 g
[illegible]	0.17 g
[illegible]	2.66 g
[illegible]	1.86 g
[illegible]	1.86 g
[illegible]	0.00 mg
[illegible]	2.40 mg
[illegible]	0.02 mg
[illegible]	0.47 mg
[illegible]	889.70 µg
[illegible]	2.40 mg
[illegible]	389 mg
[illegible]	
[illegible]	232.18 mg
[illegible]	0.39 mg
[illegible]	38.42 mg
[illegible]	22.20 mg
[illegible]	6.60 mg
[illegible]	1.75 mg
[illegible]	0.11 mg
[illegible]	0.60 µg

[illegible]

[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-
[illegible]	-

INGREDIENTI	peso crudo
CAROTE IV GAMMA	80,00 g
ORTOFRUTTA-LEGUMI E CEREALI	
OLIO EVO	2,80 g
OLIO	
SALE FINO IODATO	0,20 g
EXTRA CAM	

PREPARAZIONE

Cuocere le carote al vapore, terminata la cottura aggiungere l'olio. Aggiustare di sale e conservare a temperatura idonea fino al momento del servizio.

RICETTA

Primo | RISO ASCIUTTO

RISOTTO ALLE ZUCCHINE

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	298,13 kcal
Valore energetico	1.247,38 kJ
Peso a Crudo	112,40 g
Denistà calorica	2,65 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	6,87 g
Grassi	8,66 g
Di cui grassi Saturi	4,43 g
Acidi grassi Monoinsaturi	6,53 g
Acidi Polinsaturi	0,68 g
Acido Linoleico	0,08 g
Acido Linolenico	0,59 g
Carboidrati	51,46 g
di cui Zuccheri	1,81 g
Fibra g	0,84 g
Colesterolo	5,45 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,23 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,10 mg
Vit. B3 (niacina)	1,78 mg
Vit. A (retinolo eq)	20,92 µg
Vit. C	3,30 mg
Sale	510,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	175,56 mg
Ferro	1,92 mg
Calcio	100,79 mg
Fosforo	174,10 mg
Magnesio	3,15 mg
Zinco	1,40 mg
Rame	0,23 mg
Selenio	9,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
RISO PARBOILED *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	60,00 g
ZUCCHINE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	30,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	10,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
GRANA PADANO DOP GRATTUGIATO *DOP* *SALUMI E FORMAGGI* *BIO/DOP/IGP*	5,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

COTTURA DEL RISOTTO: Riscaldare l'olio e fare soffriggere lentamente la cipolla precedentemente tritata sino ad ottenere un colore leggermente ambrato. Aggiungere il riso e lasciarlo tostare alcuni minuti per farlo insaporire. Sfumare con il vino bianco; cominciare a versare lentamente il brodo, mescolando di tanto in tanto. A cottura quasi ultimata, aggiungere le zucchine precedentemente rosolate in olio e cipolla.
Al termine della cottura regolare di sale.

ABBATTIMENTO DEL RISOTTO: Disporre in GN e iniziare la fase di abbattimento in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Secondo | FORMAGGIO

MOZZARELLA

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	126,50 kcal
Valore energetico	529,28 kJ
Peso a Crudo	50,00 g
Denistà calorica	2,53 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	9,35 g
Grassi	9,75 g
Di cui grassi Saturi	0,00 g
Acidi grassi Monoinsaturi	0,00 g
Acidi Polinsaturi	0,00 g
Acido Linoleico	0,00 g
Acido Linolenico	0,00 g
Carboidrati	0,35 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,00 g
Colesterolo	23,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,02 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,14 mg
Vit. B3 (niacina)	0,20 mg
Vit. A (retinolo eq)	109,50 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	250 mg
Sali Minerali	
Potassio	72,50 mg
Ferro	0,20 mg
Calcio	175,00 mg
Fosforo	175,00 mg
Magnesio	5,00 mg
Zinco	1,30 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	1,25 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
MOZZARELLA	50,00 g
SALUMI E FORMAGGI	

PREPARAZIONE

Scartare la mozzarella e disporre su un piatto.
Coprire con pellicola e mantenere a temperatura idonea fino al momento della somministrazione.

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA AL RAGU'

Utenza: PRIMARIA
Preparazione: Fresco/Caldo

SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	428,41 kcal
Valore energetico	1.792,47 kJ
Peso a Crudo	211,40 g
Denistà calorica	2,03 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	21,46 g
Grassi	10,71 g
Di cui grassi Saturi	38,72 g
Acidi grassi Monoinsaturi	37,20 g
Acidi Polinsaturi	65,39 g
Acido Linoleico	5,05 g
Acido Linolenico	55,76 g
Carboldrati	65,57 g
di cui Zuccheri	3,54 g
Fibra g	2,84 g
Colesterolo	4,36 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,55 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,27 mg
Vit. B3 (niacina)	4,88 mg
Vit. A (retinolo eq)	250,90 µg
Vit. C	6,30 mg
Sale	748,75 mg
Sali Minerali	
Potassio	417,36 mg
Ferro	2,08 mg
Calcio	77,20 mg
Fosforo	293,88 mg
Magnesio	52,92 mg
Zinco	3,62 mg
Rame	0,32 mg
Selenio	10,74 ug

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

Vedi Retro...

	peso crudo
PASTA SECCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
TRITA VITELLONE *CARNE BOVINA*	50,00 g
POMODORI PELATI *CONSERVE DI POMODORO*	30,00 g
BRODO VEGETALE GRANULARE S/GLUTAMMATO *EXTRA CAM*	20,00 g
CIPOLLE IV GAMMA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	10,00 g
CAROTE BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	10,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
GRANA PADANO DOP BIO *BIOLOGICO* *DOP* *SALUMI E FORMAGGI*	4,00 g

PREPARAZIONE

Preparare un soffritto di verdura con carote e cipolle.
Aggiungere la carne facendola rosolare e quando è dorata, unire i pelati.
Aromatizzare con la salvia.
Regolare di sale e cuocere per il tempo necessario aggiungendo del brodo se necessario.

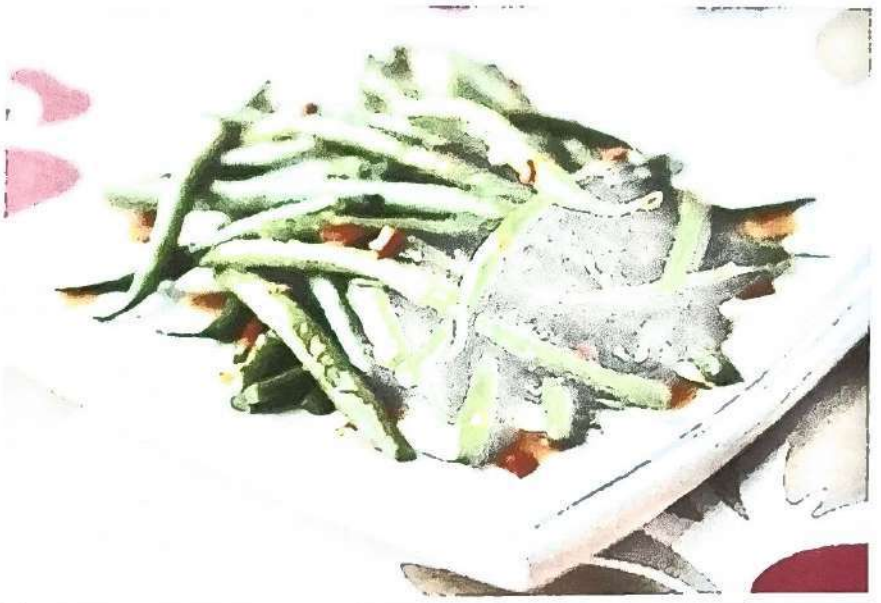
Per la pasta: Fare bollire l'acqua, aggiungere il sale, non appena riprende il bollore immergere la pasta, mescolare di tanto in tanto per mantenerla separata.
Al termine della cottura scolare la pasta, versarla in un contenitore, aggiungere dell'olio per tenerla separata e condirla con la salsa al ragù di carne.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Contorno | VERDURA COTTA

FAGIOLINI ALL' OLIO

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	52,72 kcal
Valore energetico	220,56 kJ
Peso a Crudo	88,70 g
Densità calorica	0,59 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	1,45 g
Grassi	3,58 g
Di cui grassi Saturi	0,51 g
Acidi grassi Monoinsaturi	2,55 g
Acidi Polinsaturi	0,26 g
Acido Linoleico	0,03 g
Acido Linolenico	0,24 g
Carboidrati	3,91 g
di cui Zuccheri	1,79 g
Fibra g	2,47 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,04 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,08 mg
Vit. B3 (niacina)	0,34 mg
Vit. A (retinolo eq)	26,76 µg
Vit. C	5,95 mg
Sale	213,5 mg
Sali Minerali	
Potassio	1.377,18 mg
Ferro	0,52 mg
Calcio	47,62 mg
Fosforo	0,00 mg
Magnesio	0,00 mg
Zinco	0,00 mg
Rame	0,00 mg
Selenio	0,00 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
FAGIOLINI GELO *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	85,00 g
OLIO EVO *OLIO*	3,50 g
SALE FINO IODATO *EXTRA CAM*	0,20 g

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DELLE VERDURE:Posizionare i fagiolini su teglie forate.
Cuocere in forno a vapore a 100 °C per il tempo necessario
A cottura ultimata far soffriggere la cipolla in olio, aggiungere i fagiolini salare.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).

CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.

RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.

IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA AL PESTO

Utenza: PRIMARIA

Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	469,53 kcal
Valore energetico	1.964,51 kJ
Peso a Crudo	117,00 g
Densità calorica	4,01 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	10,52 g
Grassi	20,71 g
Di cui grassi Saturi	17,56 g
Acidi grassi Monoinsaturi	17,14 g
Acidi Polinsaturi	52,41 g
Acido Linoleico	3,81 g
Acido Linolenico	49,35 g
Carboidrati	64,18 g
di cui Zuccheri	1,76 g
Fibra g	2,16 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,08 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,16 mg
Vit. B3 (niacina)	2,00 mg
Vit. A (retinolo eq)	2,52 µg
Vit. C	0,00 mg
Sale	8 mg
Sali Minerali	
Potassio	153,60 mg
Ferro	1,13 mg
Calcio	17,60 mg
Fosforo	151,20 mg
Magnesio	40,80 mg
Zinco	0,92 mg
Rame	0,26 mg
Selenio	2,16 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	-
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	Presente
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
PASTA SECCA BIO	80,00 g
BIOLOGICO	
ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI	
BIO/DOP/IGP	
PESTO GENOVESE BIO	30,00 g
BIOLOGICO	
EXTRA CAM	
BIO/DOP/IGP	
OLIO EVO BIO	7,00 g
BIOLOGICO	
OLIO	
BIO/DOP/IGP	

PREPARAZIONE

Per la salsa al pesto: stemperare il pesto con l'acqua di cottura della pasta e il formaggio grattugiato.

Per la pasta: Fare bollire l'acqua, aggiungere il sale, non appena riprende il bollore immergere la pasta, mescolare di tanto in tanto per mantenerla separata. Al termine della cottura scolare la pasta, versarla in un contenitore, aggiungere dell'olio per tenerla separata e condirla con la salsa al pesto.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione.

RICETTA

Secondo | POLLO

BOCCONCINI DI POLLO AL LIMONE

Utenza: ADULTI 1
Preparazione: Cook & Chill



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	129,77 kcal
Valore energetico	542,96 kJ
Peso a Crudo	97,50 g
Densità calorica	1,33 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	18,78 g
Grassi	5,67 g
Di cui grassi Saturi	0,93 g
Acidi grassi Monoinsaturi	3,80 g
Acidi Polinsaturi	0,56 g
Acido Linoleico	0,04 g
Acido Linolenico	0,43 g
Carboidrati	1,14 g
di cui Zuccheri	0,00 g
Fibra g	0,21 g
Colesterolo	48,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,28 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,16 mg
Vit. B3 (niacina)	6,69 mg
Vit. A (retinolo eq)	59,30 µg
Vit. C	1,45 mg
Sale	571,75 mg
Sali Minerali	
Potassio	312,56 mg
Ferro	0,37 mg
Calcio	6,00 mg
Fosforo	170,31 mg
Magnesio	26,15 mg
Zinco	0,69 mg
Rame	0,05 mg
Selenio	8,05 ug

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	-
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	-
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	-
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	-
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	-
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	-
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	-
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	-
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	-

INGREDIENTI

	peso crudo
PETTO POLLO *CARNE AVICOLA*	80,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	5,00 g
OLIO EVO *OLIO*	5,00 g
SUCCO DI LIMONE *EXTRA CAM*	5,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	2,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	q.b.

PREPARAZIONE

COTTURA E ABBATTIMENTO DEGLI HAMBURGER: Tagliare e macinare la carne, "formare" gli hamburger con la carne, l'uovo, il grana padano grattuggiato, il sale, gli aromi ed il pane grattuggiato.
Disporre in teglie GN oliate gli hamburgher ed infornare a 180°C, unire il brodo vegetale e lasciar ultimare la cottura.
Terminato il ciclo di cottura, porre in abbattitore.

CONSERVAZIONE: Terminata la fase di abbattimento (temperatura di 3°C) l'operatore copre le GN e trasporta i carrelli in cella refrigerata (temperatura 0/3°C).
CONFEZIONAMENTO: La fase di confezionamento avviene in locale climatizzato, le confezioni (singolo piatto, GN multirazione ecc..) verranno approntate a seconda della tipologia dell'utenza finale.
RIGENERAZIONE Rigenerare i prodotti nei luoghi e secondo le modalità definite dal singolo appalto.
IL PRODOTTO DEVE ESSERE CONSUMATO ENTRO CINQUE GIORNI INCLUSA LA DATA DI PRODUZIONE

RICETTA

Primo | PASTA ASCIUTTA

PASTA CON LENTICCHIE

Utenza: PRIMARIA
Preparazione: Fresco/Caldo



SCHEDA BROMATOLOGICA

Dettaglio Calorico	
Valore energetico	409,81 kcal
Valore energetico	1.714,65 kJ
Peso a Crudo	121,40 g
Denistà calorica	3,38 kcal/g
Nutrienti e Vitamine	
Proteine	13,51 g
Grassi	8,35 g
Di cui grassi Saturi	21,15 g
Acidi grassi Monoinsaturi	21,50 g
Acidi Polinsaturi	64,46 g
Acido Linoleico	6,38 g
Acido Linolenico	58,58 g
Carboidrati	74,83 g
di cui Zuccheri	2,85 g
Fibra g	5,16 g
Colesterolo	0,00 mg
Vit. B1 (tiamina)	0,30 mg
Vit. B2 (riboflavina)	0,20 mg
Vit. B3 (niacina)	2,47 mg
Vit. A (retinolo eq)	41,90 µg
Vit. C	1,59 mg
Sale	412,65 mg
Sali Minerali	
Potassio	376,86 mg
Ferro	2,78 mg
Calcio	31,13 mg
Fosforo	229,33 mg
Magnesio	57,73 mg
Zinco	1,59 mg
Rame	0,46 mg
Selenio	4,29 µg

ALLERGENI

ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI CONC>10 MG/KG - L	Presente
ARACHIDI E PRODOTTI DERIVATI	Presente
CEREALI CONTENENTI GLUTINE E LORO DERIVATI	Presente
CROSTACEI E PRODOTTI DERIVATI	-
FRUTTA A GUSCIO E PRODOTTI CONTENENTI FRUTTA A GU	Presente
LATTE E PRODOTTI DERIVATI INCLUSO LATTOSIO	-
LUPINI E PRODOTTI CONTENENTI LUPINI	Presente
MOLLUSCHI E PRODOTTI CONTENENTI MOLLUSCHI	-
PESCE E PRODOTTI DERIVATI	-
SEDANO E PRODOTTI CONTENENTI SEDANO	Presente
SENAPE E PRODOTTI CONTENENTI SENAPE	Presente
SESAMO E PRODOTTI CONTENENTI SESAMO	Presente
SOIA E PRODOTTI DERIVATI	Presente
UOVA E PRODOTTI DERIVATI	Presente

INGREDIENTI

	peso crudo
PASTA SECCA *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	80,00 g
LENTICCHIE SECCHE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	20,00 g
OLIO EVO *OLIO*	7,00 g
POMODORI BIO *BIOLOGICO* *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI* *BIO/DOP/IGP*	7,00 g
CIPOLLE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	4,00 g
CAROTE *ORTOFRUTTA, LEGUMI E CEREALI*	3,00 g
SALE FINO *EXTRA CAM*	0,40 g

PREPARAZIONE

Il giorno antecedente la preparazione del piatto, immergere le lenticchie in acqua fredda e lasciarli ammorbidire.
Lessare le lenticchie e, al termine della cottura, frullarne una parte.
Preparare un trito di carote e cipolle e rosolarlo in olio.
Versare il brodo vegetale e lasciare cuocere per il tempo necessario. Regolare di sale.
Cuocere la pasta in acqua bollente salata e unirla alla salsa di lenticchie.
Per il completamento della ricetta mescolare con dell'olio.
Mantenere a temperatura idonea per la somministrazione