



Grammature al cotto

Menu Estivo



Menù Estivo - Anno scolastico 2021 - 2022

rev del 13/04/2022

| primi piatti | gr inf | gr prim | gr sec |
|--|--------|---------|--------|
| Chicche di patate al pomodoro | 210 | 240 | 275 |
| Chifferi al ragù di lenticchie | 150 | 180 | 215 |
| Chifferi al ragù vegetale | 140 | 180 | 205 |
| Cous Cous | 80 | 100 | 120 |
| Crema di verdure con orzo | 200 | 240 | 260 |
| Elicoidali olio e parmigiano | 110 | 135 | 150 |
| Farfalle alle melanzane | 150 | 180 | 205 |
| Farfalle con pomodoro e basilico | 140 | 180 | 205 |
| Farfalle olio e parmigiano | 110 | 135 | 150 |
| Fusilli al pesto delicato | 140 | 170 | 190 |
| Fusilli al pomodoro | 140 | 180 | 205 |
| Garganelli all'uovo al ragù di bovino | 157 | 185 | 215 |
| Gramigna al ragù di bovino e suino | 160 | 190 | 215 |
| Pasta al pomodoro | 140 | 180 | 200 |
| Pasta al pomodoro e ricotta | 140 | 180 | 200 |
| Pasta al ragù di bovino | 160 | 180 | 215 |
| Pasta olio e parmigiano | 110 | 135 | 150 |
| Pasta pomodoro e basilico | 140 | 180 | 200 |
| Penne al ragù di trota | 160 | 180 | 215 |
| Penne alla pizzaiola | 140 | 180 | 205 |
| Penne con vellutata agli spinaci | 140 | 180 | 205 |
| Penne integrali al pomodoro e basilico | 140 | 180 | 205 |
| Penne integrali alla pizzaiola | 140 | 180 | 205 |
| Pizza al pomodoro | 85 | 100 | 125 |
| Riso ai carciofi | 170 | 210 | 230 |
| Riso alla parmigiana | 130 | 160 | 180 |
| Riso alle verdure di stagione | 175 | 210 | 235 |
| Riso alle zucchine | 175 | 210 | 235 |
| Spaghetti aglio e olio | 110 | 135 | 150 |
| Spaghetti al ragù di pesce azzurro | 160 | 190 | 210 |
| Spaghetti al tonno | 150 | 180 | 210 |
| Stortelli al pesto di rucola | 140 | 170 | 190 |
| Stortelli al ragù di ceci | 150 | 180 | 210 |
| Stortelli con crema alle mandorle | 140 | 180 | 200 |
| Tagliatelle al ragù di bovino | 157 | 185 | 215 |
| Tagliatelle all'uovo al ragù di soia | 157 | 185 | 215 |

| secondi piatti | gr inf | gr prim | gr sec |
|---|--------|---------|--------|
| Arrostino di maiale | 65 | 70 | 80 |
| Bocconcini di pollo con semi di chia | 65 | 70 | 80 |
| Bocconcini di verdure | 55 | 60 | 70 |
| Cotoletta di platessa al forno | 65 | 75 | 90 |
| Crocchette con ricotta e zucchine | 50 | 60 | 75 |
| Crocchette di patate | 55 | 60 | 70 |
| Fish burger di halibut e merluzzo | 60 | 70 | 80 |
| Frittata al forno | 55 | 65 | 80 |
| Frittata alla cipolla | 55 | 65 | 80 |
| Frittata alla parmigiana | 55 | 65 | 80 |
| Frittata alla pizzaiola | 55 | 65 | 80 |
| Halibut gratinato | 60 | 70 | 80 |
| Hamburger di bovino con panino al sesamo | 60 | 70 | 80 |
| Lenticchie in umido | 70 | 80 | 95 |
| Medaglione con verdure e ricotta | 50 | 60 | 75 |
| Merluzzo con pomodorini freschi | 63 | 70 | 85 |
| Merluzzo gratinato | 65 | 75 | 80 |
| Merluzzo olio e limone | 60 | 65 | 80 |
| Nuggets di tacchino dorati | 65 | 70 | 80 |
| Pollo al forno | 130 | 130 | 130 |
| Pollo dorato con mandorle | 65 | 70 | 80 |
| Polpette di halibut e merluzzo | 60 | 70 | 80 |
| Polpette di pollo, tacchino, suino | 60 | 70 | 80 |
| Polpettine di maiale | 60 | 70 | 80 |
| Polpettine vegetali ai legumi | 60 | 70 | 86 |
| Scaloppina di maiale agli odori / Arrostino di maiale | 65 | 70 | 80 |
| Spezzatino di pollo alla cacciatora | 65 | 70 | 80 |
| Tortino di patate | 55 | 60 | 75 |

| contorni | gr inf | gr prim | gr sec |
|------------------------------|--------|---------|--------|
| Carote e piselli al vapore | 70 | 90 | 105 |
| Ceci al rosmarino | 75 | 90 | 110 |
| Fagiolini al vapore | 70 | 90 | 105 |
| Fagiolini olio e menta | 70 | 90 | 105 |
| Fricandò di verdure | 65 | 80 | 95 |
| Patate al forno | 70 | 90 | 105 |
| Patate lessate | 85 | 120 | 140 |
| Piselli al pomodoro | 90 | 120 | 145 |
| Piselli all'olio con cipolla | 60 | 85 | 100 |
| Salsa di verdure | 90 | 120 | 150 |
| Zucchine gratinate | 60 | 80 | 105 |