

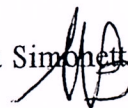
Allegato B

COMUNE DI MONTEFALCO

RAZIONI ALIMENTARI

**SCUOLA PRIMARIA/SECONDARIA DI 1° GRADO
E ASILO NIDO**

D.ssa Simonetta Banconi



NOME RICETTA	U.M.	INFANZIA	SECONDARIA DI 1° GRADO ADULTI
<u>PASTA / RISO AL POMODORO</u>			
- pasta di semola/ riso	Gr.	60	80
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PASTA/RISO AL BURRO/OLIO</u>			
- pasta di semola/riso	Gr.	60	80
- parmigiano reggiano	Gr.	7	7
- burro/olio	Gr.	5	7
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>RISOTTO ALLA PARMIGIANA</u>			
- riso	Gr.	60	80
- parmigiano reggiano	Gr.	7	7
- burro	Gr.	5	7
<u>RISO/PASTA CON VERDURE</u>			
- pasta di semola/riso	Gr.	60	80
- verdure	Gr.	30	50
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	7	7
- sale - odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PASTA CON RICOTTA</u>			
- pasta di semola	Gr.	70	90
- ricotta di vacca	Gr.	20	30
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- sale - odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>RISO AL RAGU'</u>			
- riso	Gr.	80	110
- macinato magro di vitello	Gr.	20	35
- pomodori pelati	Gr.	q.b.	q.b.
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	q.b.

<u>RAVIOLI AL POMODORO</u>			
- ravioli ricotta e spinaci	Gr.	100	140
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>LASAGNE AL FORNO</u>			
- pasta all'uovo fresca	Gr.	60	80
- parmigiano reggiano	Gr.	5	7
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- macinato magro di vitellone	Gr.	20	25
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- mozzarella	Gr.	30	35
- besciamella	Gr.	20	30
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PASTA/RISO E PISELLI</u>			
- pasta/riso	Gr.	60	80
- piselli	Gr.	30	50
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	7	7
- sale - odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>GNOCCHI AL POMODORO</u>			
- gnocchi di patate	Gr.	120	
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PASTA AL PESTO</u>			
- pasta di semola	Gr.	60	80
- pesto fresco (basilico,prezzemolo,patate, parmigiano, fagiolini, pinoli, olio extra-vergine d'oliva)	Gr.	20	40
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PASTA AL TONNO</u>			
- pasta di semola	Gr.	60	80
- tonno all'olio di oliva	Gr.	20	q.b. 20
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- oli extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	q.b.

<u>FARRO/PASTA E FAGIOLI</u>			
- pastina di semola/farro	Gr.	30	40
- fagioli secchi (interi)	Gr.	20	30
- patate	Gr.	q.b.	q.b.
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- pomodori pelati	Gr.	q.b.	q.b.
- sale- odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>QUADRUCCI/RISO CON LENTICCHIE</u>			
- riso /quadrucci all'uovo	Gr.	30	40
- lenticchie secche	Gr.	20	30
- patate	Gr.	q.b.	q.b.
- pomodori pelati	Gr.	q.b.	q.b.
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	
<u>PASTINA/RISO/FARRO IN VEGETALE</u>			
- pastina di semola/riso/farro	Gr.	30	40
- verdure fresche	Gr.	50	70
- olio extra vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PASSATO DI VERDURE/MINESTRONE</u>			
- pastina di semola	Gr.	20	30
- verdure fresche	Gr.	70	90
- olio extra vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>CREMA DI VERDURE</u>			
- ortaggi freschi (senza legumi)	Gr.	150	200
- olio extra vergine di oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- sale - odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
- pomodori pelati	Gr.	q.b.	q.b.

<u>MINESTRA DI FARRO</u>			
- farro	Gr.	30	50
- patate e carote	Gr.	15	25
- pomodori pelati	Gr.	q.b.	q.b.
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- olio extra vergine di oliva	Gr.	5	5
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>POLPETTONE/ POLPETTE</u>			
- macinato magro di vitellone	Gr.	50	70
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- latte p.s. U.H.T.	Gr.	15	20
- uova pastorizzate	Gr.	15	15
- olio extra vergine di oliva	Gr.	5	5
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>SVIZZERE DI MAIALE</u>			
-macinato magro di maiale	Gr.	80	100
- mollica di pane	Gr.	q.b.	q.b.
- latte	Gr.	q.b.	q.b.
- parmigiano reggiano	Gr.	3	3
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale-odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>HAMBURGER DI MAIALE</u>			
- macinato magro di maiale	Gr.	80	100
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>TACCHINO – MAIALE VITELLONE - POLLO</u>			
- carne magra	Gr.	80	100
- olio extra- vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>FETTINA IN PIZZAIOLA</u>			
- fettina di vitellone	Gr.	80	100
- olio extra- vergine d'oliva	Gr.	5	5
- pomodori pelati	Gr.	q.b.	q.b.
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PETTO DI TACCHINO PANATO</u>			
- petto di tacchino	Gr.	60	80
- pane grattugiato	Gr.	15	15
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5

- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>SCALOPPINE DI MAIALE</u>			
- fettina di maiale	Gr.	80	100
- farina	Gr.	q.b.	q.b.
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale-odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>POLLO ARROSTO</u>			
- pollo (peso con osso)	Gr.	120	230
- olio extra – vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale- odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>MERLUZZO ALLA LIVORNESE</u>			
- filetti di merluzzo surgelato	Gr.	70	90
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- pomodori pelati	Gr.	70	100
- olive nere snocciolate	Gr.	10	20
- sale-odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>SOGLIOLA/PLATESSA ALLA MUGNAIA O AL LIMONE</u>			
- sogliola/platessa surgelata	Gr.	80	100
- farina	Gr.	q.b.	q.b.
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- limone	Gr.	q.b.	q.b.
- sale-odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PLATESSA/MERLUZZO/ NASELLO PANATI/GRATINATI</u>			
- filetti di platessa surgelato	Gr.	70	90
- pane grattugiato	Gr.	15	15
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>CROCCHETTE DI PESCE</u>			
- filetti di merluzzo surgelati	Gr.	60	80
- patate	Gr.	q.b.	q.b.
- uova	Gr.	15	15
- pane grattugiato	Gr.	q.b.	q.b.
- olio extra vergine d'oliva	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- latte p.s.	Gr.	q.b.	q.b.
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	q.b.

<u>BASTONCINI DI MERLUZZO</u>			
- bastoncini di merluzzo	n.	3	4
- olio extra- vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>FRITTATA</u>			
- uova fresche o pastorizzate	Gr.	60	90
- latte p.s. U.H.T.	Gr.	q.b.	q.b.
- olio extra vergine d'oliva	Gr.	5	5
<u>UOVA SODE</u>			
- uova fresche	N.	1	2
- olio extra vergine di oliva	Gr.	5	5
- sale – odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>FORMAGGI</u>			
- robiola	Gr.	50	80
- stracchino	Gr.	50	80
- caciotta	Gr.	50	80
- mozzarella	Gr.	50	80
<u>PROSCIUTTO</u>			
- prosciutto cotto	Gr.	40	60
- prosciutto crudo	Gr.	40	60
<u>VERDURA COTTA</u>			
- tutti i tipi di verdura	Gr.	120	150
- olio extra- vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale e odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PUREA DI PATATE</u>			
- patate fresche	Gr.	100	150
- burro	Gr.	5	5
- parmigiano reggiano	Gr.	5	5
- latte p.s. U.H.T.	Gr.	q.b.	q.b.
- sale	Gr.	q.b.	q.b.

<u>PATATE ARROSTO/LESSE</u>			
- patate	Gr.	100	150
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale-dori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>VERDURA CRUDA</u>			
- tutti i tipi di verdura	Gr.	80	120
- olio extra-vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PISELLI ALL'OLIO</u>			
- piselli freschi o surgelati	Gr.	60	100
- olio extra- vergine d'oliva	Gr.	5	5
- sale- odori vari	Gr.	q.b.	q.b.
<u>PANE</u>			
- pane comune o integrale	Gr.	50	70
<u>FRUTTA</u>			
- frutta fresca di stagione	Gr.	120	180