PROCEDURA APERTA PER L'AFFIDAMENTO DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE SCOLASTICA NEI NIDI CAPITOLINI, NELLE SEZIONI PONTE, NELLE SCUOLE DELL'INFANZIA COMUNALI E STATALI, PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO SITE NEL TERRITORIO DI ROMA CAPITALE, IN CONFORMITÀ AI PARAMETRI DI SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE DI CUI AL D.M. 10 MARZO 2020. LOTTI PRESTAZIONALI E TERRITORIALI N.15

PERIODO 01 SETTEMBRE 2021 – 31 LUGLIO 2026

# SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU PER CIASCUNA TIPOLOGIA DI UTENTI

Allegato Tecnico n. 2 al Capitolato Speciale Descrittivo e Prestazionale

P.O. Pianificazione, programmazione, governo, monitoraggio ed efficientamento del servizio di ristorazione educativo – scolastica nei nidi, nelle scuole dell'infanzia e nella scuola dell'obbligo

Sabrina Scotto di Carlo



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## **INDICE**

SERVIZIO DI RISTORAZIONE NEI NIDI COMUNALI	5
PREMESSA	5
Feste di compleanno	8
1. INDICAZIONI DIETETICHE NIDO	9
1.1 – Indicazioni dietetiche 3 – 4 mesi e 5 – 6 mesi	10
2. MENU ESTIVO ED INVERNALE SPUNTINO – MERENDA - CESTINO FRED	DO.11
3. INDICE MENU	24
3.1 – Indice menu 7 – 8 mesi	25
3.2 – Indice menu 9 – 12 mesi	27
4. INDICE PREPARAZIONI	29
4.1 Indice Primi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi	30
4.2 Indice Secondi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi	31
4.3 Indice Contorni 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi	32
4.4 – Indice altri alimenti	33
4.5 – Indice spuntini	34
4.6 – Indice merende	34
4.7 – Indice cestino freddo 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi	34
5. TABELLE DIETETICHE E RICETTE RELATIVE AI MENU	35
5.1 – Tabelle dietetiche 7 - 8 mesi	36
5.2 – Tabelle dietetiche 9 - 12 mesi	47
5.3 – Tabelle dietetiche primi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi	74
5.4 – Tabelle dietetiche secondi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi	86
5.5 – Tabelle dietetiche contorni 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi	97
5.6 – Tabelle dietetiche altri alimenti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi	104
6. SPUNTINI	105
6.1 Tabelle dietetiche	106
7. MERENDE	107
7.1 Tabelle dietetiche merende 13 – 18 mesi, 19 – 24 mesi e 25 – 36 mesi	108
8. CESTINO FREDDO	111
8.1 Composizione e tabelle dietetiche cestino freddo 19 – 24 mesi e 25 – 36 mesi.	112



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

9. DIETA LEGGERA	.114
9.1 Composizione della dieta leggera	.115
10. MENU DI RIAPERTURA	.116
10.1 Composizione del menu di riapertura	.117
11. MENU DI EMERGENZA	.119
11.1 Composizione del menu di emergenza	.120
11.2 Tabelle dietetiche del menu di emergenza	.122
RISTORAZIONE NELLE SCUOLE DELL'INFANZIA COMUNALI E STATAL	.1,
COMPRESE LE SEZIONI PONTE, LE SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI	I
GRADO	.123
12. MENU ESTIVO ED INVERNALE - SPUNTINO - CESTINO FREDDO	124
13. INDICE PREPARAZIONI	137
13.1 Indice Primi piatti	138
13.2 Indice Secondi piatti	139
13.3 Indice Contorni	140
13.4 Indice Altri alimenti	.141
14. TABELLE DIETETICHE E RICETTE RELATIVE AI MENU	142
14.1 Tabelle dietetiche primi piatti	143
14.2 Tabelle dietetiche secondi piatti	163
14.3 Tabelle dietetiche contorni	180
14.4 Tabelle dietetiche altri alimenti	.191
15. SPUNTINI - MERENDE	192
15.1 Tabelle dietetiche spuntini della mattina estivi	193
15.2 Tabelle dietetiche spuntini del pomeriggio estivi	.193
16. CESTINO FREDDO	.195
16.1 Composizione e tabelle dietetiche	196
17. MENU DI RIAPERTURA	201
17.1 Composizione	202
18. RICETTE MULTICULTURALI	203
18.1 Tabelle dietetiche ricette multiculturali	204
19 TABELLE DI CONVERSIONE DEI PESI CRUDO/COTTO	206



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

19.1 Primi piatti	.207
19.2 Secondi piatti	.218
19.3 Contorni	.229
19.4 Avvertenze	.234



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### SERVIZIO DI RISTORAZIONE NEI NIDI COMUNALI

#### **PREMESSA**

Una sana ed equilibrata alimentazione fin dalla prima infanzia costituisce un indispensabile presupposto sia per una crescita ottimale sia per ridurre il rischio di sviluppare malattie cronico-degenerative in età adulta.

È quindi necessario assicurare al bambino apporti nutrizionali adeguati alle diverse fasi della sua crescita al fine di prevenire deficit o eccessi di nutrienti rispetto a quanto raccomandato.

Il pasto al nido rappresenta un momento centrale della giornata, inserito fra attività didattica, gioco e sonno, e riveste due funzioni fondamentali nella crescita e nello sviluppo del bambino: nutrizionale e socio-educativa. Le tabelle dietetiche proposte per la ristorazione nei Nidi sono state elaborate facendo riferimento ai LARN - IV revisione 2014 (Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia), che indicano i valori di riferimento di energia e nutrienti adeguati ai fabbisogni del bambino, secondo le fasce di età.

L'ingresso del bambino al nido, il più delle volte, coincide con una fase di transizione, cioè una fase di passaggio da una alimentazione totalmente lattea ad un'altra, dapprima semisolida e successivamente solida. Le ultime linee guida dell'OMS indicano l'età di sei mesi compiuti come la più idonea per iniziare lo svezzamento a meno di indicazioni diverse disposte dal Pediatra. L'alimentazione fino al sesto mese di vita, quindi, è esclusivamente lattea con latte materno o latte starting formula. Non sono state riportate, pertanto, le tabelle dietetiche per la fascia di età fino ai sei mesi in quanto si deve far riferimento alle prescrizioni pediatriche.

Il menu dei Nidi di Roma Capitale risponde alle caratteristiche tipiche della dieta mediterranea con la presenza, per esempio, di pasta o riso e legumi, minestre di verdure, frutta fresca di stagione, pesce e olio extravergine di oliva.

Il menu è articolato su nove settimane, in versione estiva ed invernale, ed offre piatti semplici, con la più ampia varietà possibile di alimenti e le più idonee combinazioni degli stessi a garanzia di un adeguato apporto di energia e nutrienti necessari. Ogni giorno, infatti, ai bambini viene servito un pasto diverso e bilanciato, secondo una corretta rotazione tra le classi di alimenti. Le preparazioni proposte non sono soltanto semplici ma anche di facile digestione; a tale scopo le cotture sono al vapore, al forno, in umido e non sono mai presenti fritture e soffritti.

La giornata alimentare del bambino al nido è così articolata:



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## Spuntino ore 9:00-9:30

Frutta fresca di stagione

#### **Pranzo**

Primi piatti: riso o pasta asciutti oppure con verdure o legumi, minestre vegetali

Secondi piatti: carne, pesce, uova, formaggio

Contorni: verdure crude e cotte, patate

Pane

#### Merenda

Latte e biscotti, spremute, polpa di frutta e frullati di frutta, ciambellone semplice, fette biscottate con confettura di frutta, yogurt, focaccia bianca o rossa, gelato, pane con olio o con il pomodoro.

Sono state elaborate cinque tabelle dietetiche ed i relativi menu per le seguenti fasce di età:

7 - 8 mesi, 9 - 12 mesi, 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi.

Le tabelle ed i menu riferiti al periodo tra il 7° ed il 12° mese di età sono da considerarsi come linee guida del pasto giornaliero che il bambino consuma al nido. Tale periodo, infatti, dal punto di vista alimentare corrisponde a una fase di inserimento, graduale e protratto nel tempo, di alimenti diversi dal latte. Il percorso di tale alimentazione, cosiddetta "complementare", non può seguire regole rigide; le date di inizio, l'introduzione progressiva di nuovi alimenti e le quantità devono essere adattate ad ogni bambino secondo le indicazioni del Pediatra, che stabilisce differenti soluzioni secondo le esigenze del singolo bambino e con la collaborazione della famiglia.

Nella fascia di età dai 13 ai 18 mesi, soprattutto per i bambini che hanno superato da poco l'anno di vita, si segue un menu di transizione, sia in relazione all'introduzione di nuovi cibi, secondo la prescrizione del Pediatra, sia rispetto alla tipologia delle preparazioni; il menu deve essere necessariamente flessibile in quanto il passaggio da cibi semiliquidi a semisolidi e poi solidi si può attuare solo quando lo sviluppo dentale permetta una adeguata masticazione. È molto importante, dunque, in questa fase rispettare i tempi di sviluppo delle capacità masticatorie e deglutitorie di ogni singolo bambino. Non bisogna, quindi, proporre cibi con consistenze non ancora accettate, sia per quanto concerne i primi piatti, per i quali si deve porre particolare attenzione ai formati di pasta, sia per i secondi piatti e i contorni, dove



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

fondamentale risultano essere la riduzione in piccolissimi pezzi e la forma del taglio degli stessi. A tal proposito preme evidenziare nuovamente che consistenza, forma e taglio devono essere quanto più sicuri ed adeguati non solo alla corrispondente fascia di età, ma alle reali capacità di ogni singolo bambino. Proprio in tale ottica nei menu proposti sono riportate eventuali sostituzioni di ortaggi e secondi piatti, nel caso si ritenessero necessarie.

## Al nido non possono essere mai somministrati alimenti la cui tolleranza non sia stata saggiata precedentemente a casa.

Dai **19 ai 36 mesi** si realizzano, infine, importanti cambiamenti nell'alimentazione del bambino che riguardano il progressivo inserimento e la completa somministrazione, in forma solida, di tutti gli alimenti fino al raggiungimento del traguardo più importante ovvero la conquista dell'autonomia a tavola.

I menu propongono un'ampia varietà di alimenti e preparazioni appetibili che consentono ai piccoli di conoscere ed apprezzare sapori, profumi e colori diversi.

Il momento del pasto al nido acquisisce, così, un importante ruolo educativo che, in un clima di condivisione, favorisce nuove conoscenze ed indirizza verso una alimentazione sana e completa.



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## Feste di compleanno

È possibile festeggiare al nido il compleanno dei bambini quale momento da condividere con i propri amichetti e gli educatori, senza perdere di vista la tutela della salute dei piccoli ponendo, quindi, particolare attenzione anche agli aspetti igienico-sanitari e alla sicurezza alimentare.

Al fine di offrire prodotti sicuri, sia nella produzione sia negli ingredienti, il cuoco del nido preparerà un ciambellone semplice, che sarà offerto in sostituzione della merenda pomeridiana del giorno o, in alternativa, quanto previsto nel menu decorato e presentato per dare un risalto particolare al momento di festa.

I genitori interessati alla preparazione del ciambellone, in occasione del compleanno del proprio bambino, dovranno presentare la richiesta all'educatore o alla P.O.S.E.S. di riferimento, con un congruo anticipo di almeno 10 (dieci) giorni. Tale richiesta sarà dunque tempestivamente inoltrata, per il tramite del personale educativo succitato, all'ufficio municipale responsabile del servizio di ristorazione sul territorio che provvederà a comunicarla all'O.E.A.

Nel caso in cui nella stessa settimana sia già previsto come spuntino il ciambellone con la spremuta d'arancia sarà, ad ogni modo, possibile effettuare semplicemente un'inversione di menu, esclusivamente in riferimento alla merenda, in modo che la somministrazione del ciambellone coincida con il giorno del compleanno del bambino. Nell'ipotesi, invece, in cui nella stessa settimana siano previsti due o più compleanni, l'educatore o la P.O.S.E.S di riferimento possono richiedere ai genitori interessati di individuare un'unica giornata di comune accordo in cui servire il ciambellone come merenda, così da non alterare l'equilibrio nutrizionale dei menu proposti.



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

1.INDICAZIONI DIETETICHE NIDO



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 1.1 - Indicazioni dietetiche 3 - 4 mesi e 5 - 6 mesi

Relativamente alla qualità e alla quantità fare riferimento alla prescrizione del pediatra.



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

2. MENU ESTIVO ED INVERNALE SPUNTINO - MERENDA - CESTINO FREDDO

#### 2.1. MENU ESTIVO (01/04 - 31/10) NIDO 7 - 8 MESI

	SPUNTINO Ore 9:00-9:30 N 403 I	Frutta fresca							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
_	N 15	N 7	N 15	N 3	N 1	N 15	N 7	N 17	N 5
U	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
E D		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio
'	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
М	N 1	N 11	N 7	N 11	N 5	N 7	N 11	N 1	N 7
A R T	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino
E D	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello
I	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
М	N 7	N 3	N 1	N 7	N 15	N 9	N 1	N 7	N 13
E R	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso
C O L E	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello			Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	
D	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
G	N 11	N 7	N 11	N 1	N 7	N 7	N 15	N 5	N 19
0	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Crema di carote con semolino
V E D		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio
I	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
٧	N 7	N 15	N 7	N 17	N 11	N 5	N 7	N 11	N 3
E N	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali
E R D	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello			Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello
ı	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
					INDICAZIONI				

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immodificabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composizione del pasto consumato al nido in questa fascia di età, in quanto alcuni bambini potrebbero non aver ancora assunto gli alimenti previsti nel menu. A tale proposito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare. I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo prescrizione del Pediatra

#### 2.2 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 7 - 8 MESI

	SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca								
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
	N 8	N 6	N 16	N 20	N 2	N 8	N 18	N 2	N 6
U	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Crema di zucca con pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
E D	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
М	N 12	N 16	N 8	N 8	N 16	N 4	N 2	N 8	N 10
A R T	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso
E D			Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	
I	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
M	N 4	N 8	N 2	N 12	N 8	N 16	N 8	N 12	N 4
R	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali
O L E	Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio
D	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
	N 6	N 10	N 19	N 8	N 12	N 8	N 12	N 8	N 18
G I O	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso	Crema di carote con semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino
V E D	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello	Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio	
ı	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento
v	N 14	N 8	N 12	N 14	N 8	N 12	N 8	N 16	N 6
E N E	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina
R		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello			Liofilizzato/omogeneizzato di coniglio		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello		Liofilizzato/omogeneizzato di agnello
I	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento

INDICAZIONI

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immodificabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composizione del pasto consumato al nido in questa fascia di età, in quanto alcuni bambini potrebbero non aver ancora assunto gli alimenti previsti nel menu. A tale proposito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare.
I formati di pasta devono essere adequati all'età secondo prescrizione del Pediatra

#### 2.3 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 9-12 MESI

	2.3 MENO ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 9-12 MESI									
	Ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresc	a								
	1	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
	N 21	N 32	N 23	N 24	N 47	N 42	N 34	N 32	N 24	
L	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Pastina al'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	
U N E	Fesa di tacchino al vapore tritata/ omogeneizzato di coniglio	Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo	Ricotta	Tuorlo di uovo sodo	Petto di pollo al vapore tritato/ omogeneizzato di pollo		Parmigiano	Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo	Tuorlo di uovo sodo	
D I					Purea di carote					
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: yogurt	
	N 24	N 22	N 48	N 40	N 24	N 30	N 40	N 23	N 32	
M A	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Pastina al'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	
R T E	Tuorlo di uovo sodo	Filetti di platessa al vapore tritati/ omogeneizzato di platessa	Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo		Tuorlo di uovo sodo	Filetti di merluzzo al vapore tritati/ omogeneizzato di trota		Robiola	Carne di maiale al vapore tritata / omogeneizzato di carne	
D			Purea di carote e zucchine							
'	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	
M E	N 30	N 23	N 24	N 34	N 22	N 23	N 24	N 30	N 42	
R C	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	
O L	Filetti di nasello al vapore tritati/ omogeneizzato di nasello	Robiola	Tuorlo di uovo sodo	Parmigiano	Filetti di limanda al vapore tritati / omogeneizzato di pesce	Ricotta	Tuorlo di uovo sodo	Filetti di platessa al vapore tritati/ omogeneizzato di platessa		
E D	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
ı	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	
	N 40	N 35	N 40	N 22	N 33	N 32	N 50	N 24	N 45	
G I	Brodo vegetale con passato di verdure , fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Pastina al'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Crema di carote con semolino	
0 V E		Tuorlo di uovo sodo		Filetti di spigola al vapore tritati/ omogeneizzato di spigola	Robiola	Fesa di tacchino al vapore tritata/ omogeneizzato di tacchino	Carne di bovino al vapore tritata/ omogeneizzato di manzo	Tuorlo di uovo sodo	Filetti di merluzzo al vapore tritati/ omogeneizzato di nasello	
D							Purea di zucchine			
'	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	
v	N 34	N 42	N 30	N 32	N 40	N 24	N 30	N 40	N 23	
E N	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	
E R	Parmigiano		Filetti di merluzzo al vapore tritati/ omogeneizzato di trota	Fesa di tacchino al vapore tritata/ omogeneizzato di tacchino		Tuorlo di uovo sodo	Filetti di limanda al vapore tritati/ omogeneizzato di orata		Ricotta	
D I	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	
1	·		<u>-</u>		INDICAZIONI					

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immodificabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare.

Somministrare omogeneizzati di carne/pesce solo se non sono stati ancora inseriti carne fresca e pesce surgelato, secondo prescrizione pediatrica.

Rispettare l'alternanza prevista nel menu delle tipologie di carne fresca, pesce surgelato, omogeneizzati di carne e pesce.

I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo prescrizione del Pediatra

#### 2.4 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 9-12 MESI

	Ore 9:00-9:30 N 403 Frutta fresca									
									IX	
	N 39	N 25	N 43	N 46	N 29	N 36	N 44	VIII N 27	N 25	
L	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina	Crema di zucca con pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	
N E	Tuorlo di uovo sodo	Carne di bovino al vapore tritata/omogeneizzato di manzo	verdure, ieriticonie e pastiria	Parmigiano	Tuorlo di uovo sodo	Petto di pollo al vapore tritato/omogeneizzato di pollo	verdure, ieriticonie e seritonito	Crescenza	Carne di maiale al vapore tritata/omogeneizzato di carne	
I	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	
	N 41	N 26	N 39	N 36	N 27	N 26	N 29	N 49	N 26	
M A	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Pastina all'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	
R T		Filetti di platessa al vapore tritati/omogeneizzato di platessa	Tuorlo di uovo sodo	Petto di pollo al vapore tritato/omogeneizzato di coniglio	Crescenza	Filetti di merluzzo al vapore tritati/omogeneizzato di salmone	Tuorlo di uovo sodo	Carne di bovino al vapore tritata /omogeneizzato di manzo	Filetti di merluzzo al vapore tritati/omogeneizzato di trota	
E D								Purea di zucca		
ı	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	
М	N 27	N 39	N 27	N 41	N 31	N 29	N 36	N 41	N 29	
E R C	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	
0 L	Ricotta	Tuorlo di uovo sodo	Crescenza		Filetti di nasello al vapore tritati/omogeneizzato di nasello	Tuorlo di uovo sodo	Carne di agnello al vapore tritata/oomogeneizzato di agnello		Tuorlo di uovo sodo	
E D	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
ı	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	
	N 47	N 41	N 45	N 39	N 41	N 37	N 27	N 31	N 44	
G I	Pastina all'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Crema di carote con semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino	
0 V E	Petto di tacchino al vapore tritato/omogeneizzato di tacchino		Filetti di merluzzo al vapore tritati/omogeneizzato di nasello	Tuorlo di uovo sodo		Carne di bovino al vapore tritata /omogeneizzato di manzo	Ricotta	Filetti di limanda al vapore tritati/omogeneizzato di orata		
D	Purea di carote									
'	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	
	N 26	N 38	N 25	N 26	N 47	N 41	N 31	N 29	N 28	
V E	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Pastina all'olio e parmigiano	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina	
N E R	Filetti di limanda al vapore tritati /omogeneizzato di salmone	Parmigiano	Carne di maiale al vapore tritata/omogeneizzato di carne	Filetti di spigola al vapore tritati/omogeneizzato di spigola	Carne di bovino al vapore tritata/omogeneizzato di manzo		Filetti di platessa al vapore tritati/omogeneizzato di platessa	Tuorlo di uovo sodo	Parmigiano	
D					Purea di carote					
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane	
	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt		Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: yogurt	Merenda: Latte di proseguimento	Merenda: Latte di proseguimento	
					INDICAZIONI					

Il menu non deve essere inteso in modo rigido e immodificabile, ma come uno schema generale che fornisca le indicazioni per la composito si raccomanda di introdurre nuovi alimenti in modo graduale, sentito il parere del Pediatra e solo dopo averne saggiato la tollerabilità nell'ambito familiare.

Somministrare omogeneizzati di carne/pesce solo se non sono stati ancora inseriti carne fresca e pesce surgelato, secondo prescrizione pediatrica.

Rispettare l'alternanza prevista nel menu delle tipologie di carne fresca, pesce surgelato, omogeneizzati di carne e pesce.

I formati di pasta devono essere adeguati all'età secondo prescrizione del Pediatra

#### 2.5 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 13-18 MESI e 19-24 MESI

		SPUNTINO ore 9:00-9:30	ITINO ore 9:00-9:30 N 403 - Frutta fresca									
			II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX		
	P	N 126 - Riso alla parmigiana	N 114 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro fresco e basilico	N 112 - Pasta (conchigliette) al pesto delicato	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana	N 118 - Pasta all'olio e parmigiano (mezze farfalle)	N 124 - Pasta (mezze penne rigate) rosa	N 117 - Pasta (mezzi fusilli) al trito vegetale	N 106 - Crema di piselli con pasta (stelline)	N 134 - Risotto con zucchine		
L	r a	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 215 - Frittata	<b>N 204 -</b> Bocconcini di maiale al tegame	N 236 - Tortino di patate	N 208 - Fesa di tacchino al limone	N 237 - Uova strapazzate	N 201 - Arrosto di bovino	N 211 - Caciotta dolce	N 232 - Straccetti di pollo cremolati		
N E	n z o	N 319 - Spinaci all'olio	N 326 - Zucchine trifolate	N 309 - Fagiolini all'olio		N 325 - Zucchine gratinate	N 304 - Carote all'olio	N 309 - Fagiolini all'olio	<b>N 320 -</b> Spinaci all'olio e parmigiano	N 302 - Bieta all'olio		
D I		<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane		
	Merenda	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 504 - Gelato fior di latte	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 511 - Yogurt e cereali	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 511 - Yogurt e cereali	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate		
	Р	N 114 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro fresco e basilico	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 107 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	N 111 - Pasta (mezzi fusilli) al burro e parmigiano	N 102 - Crema di ceci con pasta (puntine)	N 129 - Risotto allo zafferano	N 107 - Crema di verdure con pasta (corallini)	N 110 - Farro all'ortolana	N 116 - Pasta (lumachine) al sugo di spigola		
M A	r a	<b>N 233 -</b> Timballo di nasello al limone	N 234 - Tortino di fagioli e carote	N 214 - Robiola	N 236 - Tortino di limanda	N 237 - Uova strapazzate	<b>N 226 -</b> Polpette di carne mista al pomodoro	N 221 - Medaglioni di merluzzo al limone	N 203 - Arrosto di tacchino	N 215 - Frittata		
R T E	n z o	N 304 - Carote all'olio		N 315 - Patate al tegame	N 319 - Spinaci all'olio	N 305 - Carote stufate	N 302 - Bieta all'olio	N 326 - Zucchine trifolate	N314 - Patate al forno	N 319 - Spinaci all'olio		
D I		<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane		
	Merenda	N 505 - Latte e Biscotti	N 504 - Gelato fior di latte	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 505 - Latte e Biscotti	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 511 - Yogurt e cereali		
М	P	N 102 - Crema di ceci con pasta (stelline)	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigatii)	<b>N 131 -</b> Risotto con crema di piselli	<b>N 117 -</b> Pasta (lumachine) al trito vegetale	N 112 - Pasta (pipe piccole rigate) al pesto delicato	N 105 - Crema di lenticchie con pasta (corallini)	N 126 - Riso alla parmigiana	N 122 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	N 135 - Timballo di pasta (mezze penne rigate)		
E R C	r a	N 237 - Uova strapazzate	N 230 - Ricotta	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 218 - Frittata con zucchine	N 223 - Medaglioni di nasello al limone	N 214 - Robiola	N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 235 - Tortino di limanda			
0 L	n z o	N 322 - Tortino di zucchine	N 319 - Spinaci all'olio	N 317 - Purea di carote		N 302 - Bieta all'olio	N 325 - Zucchine gratinate	N 315 - Patate al tegame	N 309 - Fagiolini all'olio	N 305 - Carote stufate		
E D		N 402 - Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane		
	Merenda	N 503 - Frullato di banana con latte	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 511 - Yogurt e cereali	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 507 - Pane (a fette) e pomodoro	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 503 - Frullato di banana con latte	N 504 - Gelato fior di latte	N 501 - Focaccia bianca soffice		
	P	<b>N 119 -</b> Pasta (stortini) all'ortolana	N 122 - Pasta (mezze penne rigate) con zucchine	N 123 - Pasta (ditalini rigati) e patate	N 112 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto delicato	N 128 - Risotto al ragù di carne	N 119 - Pasta (conchigliette) all'ortolana	N 103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	N 114 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro fresco e basilico	<b>N 111 -</b> Pasta (pipe piccole rigate) al burro e parmigiano		
G I O	r a	N 211 - Caciotta dolce	N 210 - Filetti di platessa panati	N 237 - Uova strapazzate	N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 230 - Ricotta	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 217 - Frittata con spinaci	N 228 - Polpettone di bovino	N 220 - Medaglioni di merluzzo		
V E	n z o	N 309 - Fagiolini all'olio	N 305 - Carote stufate	N 302 - Bieta all'olio	N 304 - Carote all'olio	N 314 - Patate al forno	N 309 - Fagiolini all'olio		N 326 - Zucchine trifolate	N 316 - Patate all'olio		
D I		N 402 - Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane		
	Merenda	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 507 - Pane (a fette) e pomodoro	N 503 - Frullato di banana con latte	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 505 - Latte e Biscotti	N 503 - Frullato di banana con latte		
	P	<b>N 115 -</b> Pasta (mezzi fusilli) al ragù di carne	N 129 - Risotto allo zafferano	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 104 - Crema di lenticchie con farro	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana	N 122 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	N 120 - Pasta (maccheroncini all'uovo) al pomodoro	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)	N 103 - Crema di fagioli con pasta (conchigliette)		
V E	r a	N 236 - Tortino di patate	N 228 - Polpettone di bovino	N 224 - Medaglioni di spigola	N 230 - Ricotta	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	<b>N 209 -</b> Filetti di platessa gratinati	N 214 - Robiola	N 237 - Uova strapazzate	N 230 - Ricotta		
N E R	n z o		N 302 - Bieta all'olio	N 326 - Zucchine trifolate	N 308 - Fagiolini al pomodoro	<b>N 320 -</b> Spinaci all'olio e parmigiano	N 316 - Patate all'olio	N 302 - Bieta all'olio	N 304 - Carote all'olio	N 325 - Zucchine gratinate		
D I		<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane		
	Merenda	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 503 - Frullato di banana con latte	N 504 - Gelato fior di latte	N 505 - Latte e Biscotti	N 507 - Pane (a fette) e pomodoro	N 505 - Latte e Biscotti		
				Nota: la carne	e gli affettati devono essere ta	gliati in piccolissimi pezzi; gli c	rtaggi cotti e crudi devono ess	sere sminuzzati				

Avvertenze per la fascia di età 13-18 mesi: i formati di pasta devono essere adeguati alle capacità masticatorie e deglutitorie, nel caso non siano completamente sviluppati adottare formati piccoli anche quando indicato diversamente. Eventuali sostituzioni per la fascia di età 13-18 mesi: Fagiolini con carote all'olio/zucca al tegame; bocconcini e arrosti di carne con preparati come polipette; Provolone e Caciotta dolce con Crescenza o Ricotta



#### 2.5 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 13-18 MESI e 19-24 MESI

N 601 Composizione cestino freddo	1 panino all'olio da 25 g con 15 g di prosciutto cotto 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce 1 confezione di frollina I miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g 1 confezione di polipa di frutta da 100 g 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino di metà mattina da inserire: 1 confezione di polpa di frutta da 100 g						
N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata							

#### 2.6 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 13-18 MESI e 19-24 MESI

		SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 - Frutta fresca								
		I	II	III	IV	٧	VI	VII	VIII	IX
	P	N 113 - Pasta (lumachine) al pomodoro	N 135 - Timballo di pasta (mezze conchiglie rigate)	N 132 - Risotto con indivia	N 111 - Pasta (lumachine) al burro e parmigiano	N 106 - Crema di piselli con pasta (puntine)	N 125 - Polenta al ragù di carne	N 113 - Pasta (farfalline) al pomodoro	N 117 - Pasta (stortini) al trito vegetale	N 126 - Riso alla parmigiana
L	•	N 237 - Uova strapazzate		N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 211 - Caciotta dolce		N 202 - Arrosto di maiale	N 230 - Ricotta	N 208 - Fesa di tacchino al limone
N E	n z	N 319 A - Spinaci all'olio	N 323 - Zucca al tegame	N 314 - Patate al forno	N 305 - Carote stufate	N 311 - Finocchi gratinati	N 309 A - Fagiolini all'olio	N 302 - Bieta all'olio	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 321 - Tortino di zucca
D I	·	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 510 - Spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate
	P	N 109 - Crema di zucca con pasta (puntine)	<b>N 131 -</b> Risotto con crema di piselli	N 120 - Pasta (maccheroncini all'uovo) al pomodoro	N 105 - Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati)	N 113 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro	N 130 - Risotto allo zafferano con crema di ceci	N 108 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	N 111 - Pasta (mezze penne) al burro e parmigiano	N 112 - Pasta (lumachine) al pesto delicato
M A	r a	N 229 - Polpettone goloso di bovino	N 231 - Sformatino di platessa	N 214 - Robiola	N 215 - Frittata	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 212 - Crescenza	N 227 - Polpettone di agnello	N 216 - Frittata con patate	N 222 - Medaglioni di nasello
R T E	n z	N 310 - Finocchi al tegame	N 318 - Purea di patate	N 307 - Cavolfiori gratinati	N 309 A - Fagiolini all'olio	N 319 A - Spinaci all'olio	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 323 - Zucca al tegame		N 317 - Purea di carote
D	-	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 510 - Spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	N 502 - Focaccia rossa soffice
м	P	N 129 - Risotto allo zafferano	N 113 - Pasta (stortini) al po modoro	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)	N 117 - Pasta (pipe piccole rigate) al trito vegetale	N 123 - Pasta (corallini) e patate	N 118 - Pasta (lumachine) all'olio e parmigiano	N 127 - Risotto al pomodoro	N 106 - Crema di piselli con pasta (stelline)	N 115 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù di carne
E R	-	N 211 - Caciotta dolce	N 203 - Arrosto di tacchino	N 237 - Uova strapazzate	N 235 - Tortino di limanda	N 201 - Arrosto di bovino	N 217 - Frittata con spinaci	<b>N 209 -</b> Filetti di platessa gratinati	N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 236 - Tortino di patate
C O L	n z o	N 304 - Carote all'olio	<b>N 320 -</b> Spinaci all'olio e parmigiano	N 302 - Bieta all'olio	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 306 - Cavolfiori all'olio		N 309 A - Fagiolini all'olio	N 310 - Finocchi al tegame	
E D	•	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
ı	Merenda	N 505 - Latte e biscotti	N 509 - Spremuta di arancia e ciambellone	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali
	P	N 102 - Crema di ceci con pasta (ditalini rigati)	N 111 - Pasta (mezze farfalle) al burro e parmigiano	N 121 - Pasta (conchigliette) con zucca	N 128 - Risotto al ragù di carne	<b>N 124 -</b> Pasta (mezzi fusilli) rosa	N 113 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	N 104 - Crema di lenticchie con farro	N 133 - Risotto con zucca	N 108 - Crema di verdure con pasta (puntine)
G I	r a	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 212 - Crescenza	N 207 - Crocchette di nasello	N 236 - Tortino di patate	N 237 - Uova strapazzate	N 220 - Medaglioni di merluzzo	N 214 - Robiola	N 228 - Polpettone di bovino	N 215 - Frittata
O V E	n z	N 302 - Bieta all'olio	N 309 A - Fagiolini all'olio	N 310 - Finocchi al tegame		N 301 - Bieta al pomodoro	N 305 - Carote stufate	N 316 - Patate all'olio	N 319 A - Spinaci all'olio	N 308 - Fagiolini al pomodoro
D I	ŭ	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 509 - Spremuta di arancia e ciambellone	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte
	P	N 118 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano	N 101 - Crema di carote con pasta (stelline)	N 124 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	N 108 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	N 126 - Riso alla parmigiana	N 109 - Crema di zucca con pasta (puntine)	N 116 - Pasta (mezzi fusilli) al sugo di spigola	N 113 - Pasta (lumachine) al pomodoro	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)
V E		N 219 - Medaglioni di limanda	N 215 - Frittata	N 226 - Polpette di carne mista al pomodoro	<b>N 230 -</b> Ricotta	N 224 - Medaglioni di spigola	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 237 - Uova strapazzate	N 220 - Medaglioni di merluzzo	N 213 - Provolone dolce
N E R	n z o	N 315 - Patate al tegame	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 319 A - Spinaci all'olio	N 324 - Zucca gratinata	N 304 - Carote all'olio	N 318 - Purea di patate	N 311 - Finocchi gratinati	N 302 - Bieta all'olio	N 307 - Cavolfiori gratinati
D	-	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti
					no ossoro tanliati in nozzotti nic		···			•

Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in pezzetti piccolissimi e gli ortaggi crudi/cotti devono essere sminuzzati e mai assumere il taglio di rondelle



#### 2.6 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 13-18 MESI e 19-24 MESI

#### N 601 Composizione cestino • 1 confezione di polpa di frutta da 100 g freddo

- 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce
- 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g
- 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml
- Spuntino di metà mattina da inserire: 1 confezione di polpa di frutta da 100 g

N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata

## 2.7 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 25-36 MESI

	2.7 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 25-36 MESI SPUNTINO ore 9:00-9:30 N 403 - Frutta fresca									
		1	II	III	IV	٧	VI	VII	VIII	IX
	P	N 126 - Riso alla parmigiana	N 114 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro fresco e basilico	N 112 - Pasta (conchigliette) al pesto delicato	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana	N 118 - Pasta all'olio e parmigiano (mezze farfalle)	N 124 - Pasta (mezze penne rigate) rosa	N 117 - Pasta (mezzi fusilli) al trito vegetale	N 106 - Crema di piselli con pasta (stelline)	N 134 - Risotto con zucchine
L	а	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 215 - Frittata	N 204 - Bocconcini di maiale al tegame	N 236 - Tortino di patate	N 208 - Fesa di tacchino al limone	N 237 - Uova strapazzate	N 201 - Arrosto di bovino	N 211 - Caciotta dolce	N 232 - Straccetti di pollo cremolati
N E D	n z o	N 319 - Spinaci all'olio	N 326 - Zucchine trifolate	N 309 - Fagiolini all'olio		N 325 - Zucchine gratinate	N 304 - Carote all'olio	N 309 - Fagiolini all'olio	N 320 - Spinaci all'olio e parmigiano	N 313 - Insalata di pomodori
ı		<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane
	Merenda	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 504 - Gelato fior di latte	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 511 - Yogurt e cereali	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 511 - Yogurt e cereali	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate
	P	N 114 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro fresco e basilico	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 107 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	<b>N 111 -</b> Pasta (mezzi fusilli) al burro e parmigiano	N 102 - Crema di ceci con pasta (puntine)	N 129 - Risotto allo zafferano	N 107 - Crema di verdure con pasta (corallini)	N 110 - Farro all'ortolana	N 116 - Pasta (lumachine) al sugo di spigola
M A R	а	N 233 - Timballo di nasello al limone	N 234 - Tortino di fagioli e carote	N 214 - Robiola	N 236 - Tortino di limanda	N 237 - Uova strapazzate	N 226 - Polpette di carne mista al pomodoro	N 221 - Medaglioni di merluzzo al limone	N 203 - Arrosto di tacchino	N 215 - Frittata
T E	n z o	N 304 - Carote all'olio		N 315 - Patate al tegame	N 312 - Insalata cappuccina	N 305 - Carote stufate	N 302 - Bieta all'olio	N 326 - Zucchine trifolate	N 314 - Patate al forno	N 319 - Spinaci all'olio
D I		N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda	N 505 - Latte e Biscotti	N 504 - Gelato fior di latte	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 505 - Latte e Biscotti	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 511 - Yogurt e cereali
м	P	N 102 - Crema di ceci con pasta (stelline)	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)	<b>N 131 -</b> Risotto con crema di piselli	N 117 - Pasta (lumachine) al trito vegetale	N 112 - Pasta (pipe piccole rigate) al pesto delicato	N 105 - Crema di lenticchie con pasta (corallini)	N 126 - Riso alla parmigiana	N 122 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	N 135 - Timballo di pasta (mezze penne rigate)
E R C	а	N 237 - Uova strapazzate	N 225 - Mozzarella	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 218 - Frittata con zucchine	<b>N 223 -</b> Medaglioni di nasello al limone	N 214 - Robiola	N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 235 - Tortino di limanda	
O L	n z o	N 322 - Tortino di zucchine	N 313 - Insalata di pomodori	N 317 - Purea di carote		N 302 - Bieta all'olio	N 313 - Insalata di pomodori	N 315 - Patate al tegame	N 309 - Fagiolini all'olio	N 305 - Carote stufate
E D		N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
ı	Merenda	N 503 - Frullato di banana con latte	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 511 - Yogurt e cereali	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 507 - Pane (a fette) e po modoro	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 503 - Frullato di banana con latte	N 504 - Gelato fior di latte	N 501 - Focaccia bianca soffice
	P	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana	N 122 - Pasta (mezze penne rigate) con zucchine	N 123 - Pasta (ditalini rigati) e patate	N 112 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto delicato	N 128 - Risotto al ragù di carne	N 119 - Pasta (conchigliette) all'ortolana	N 103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	N 114 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro fresco e basilico	N 111 - Pasta (pipe piccole rigate) al burro e parmigiano
G I O	r a n	N 211 - Caciotta dolce	N 210 - Filetti di platessa panati	N 237 - Uova strapazzate	N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 230 - Ricotta	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 217 - Frittata con spinaci	N 228 - Polpettone di bovino	N 220 - Medaglioni di merluzzo
V E		N 312 - Insalata cappuccina	N 305 - Carote stufate	N 302 - Bieta all'olio	N 304 - Carote all'olio	N 314 - Patate al forno	N 309 - Fagiolini all'olio		N 326 - Zucchine trifolate	N 316 - Patate all'olio
D I		<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 507 - Pane (a fette) e po modoro	N 503 - Frullato di banana con latte	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 508 - Polpa di frutta e Fette Biscottate	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 505 - Latte e Biscotti	N 503 - Frullato di banana con latte
	P	N 115 - Pasta (mezzi fusilli) al ragù di carne	N 129 - Risotto allo zafferano	N 118 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	N 104 - Crema di lenticchie con farro	N 119 - Pasta (stortini) all'ortolana	N 122 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	N 120 - Pasta (maccheroncini all'uovo) al pomodoro	N 107 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)	N 103 - Crema di fagioli con pasta (conchigliette)
V E	a	N 236 - Tortino di patate	N 228 - Polpettone di bovino	N 224 - Medaglioni di spigola	N 212 - Crescenza	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 209 - Filetti di platessa gratinati	N 214 - Robiola	N 237 - Uova strapazzate	N 230 - Ricotta
E R	n z o		N 302 - Bieta all'olio	N 326 - Zucchine trifolate	N 308 - Fagiolini al pomodoro	<b>N 320 -</b> Spinaci all'olio e parmigiano	N 316 - Patate all'olio	N 302 - Bieta all'olio	N 312 - Insalata cappuccina	N 325 - Zucchine gratinate
D I		N 402 - Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	<b>N 402 -</b> Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane	N 402 - Pane
	Merenda	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 505 - Latte e Biscotti	N 501 - Focaccia bianca soffice	N 503 - Frullato di banana con latte	N 504 - Gelato fior di latte	N 505 - Latte e Biscotti	N 507 - Pane (a fette) e po modoro	N 505 - Latte e Biscotti



#### 2.7 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) NIDO 25-36 MESI

N 602 Composizione cestino freddo	1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g 1 confezione di polpa di frutta da 100 g 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml Spuntino di metà mattina da inserire:							
	1 banana bio equo e solidale da 150 g							
N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata								

#### 2.8 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 25-36 MESI

		SPUNTINO ore 9:00-9:30	N 403 - Frutta fresca							
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
L		N 113 - Pasta (lumachine) al pomodoro	N 135 - Timballo di pasta (mezze conchiglie rigate)	N 132 - Risotto con indivia	<b>N 111 -</b> Pasta (lumachine) al burro e parmigiano	N 106 - Crema di piselli con pasta (puntine)	N 125 - Polenta al ragù di carne	N 113 - Pasta (farfalline) al pomodoro	N 117 - Pasta (stortini) al trito vegetale	N 126 - Riso alla parmigiana
	l .	N 237 - Uova strapazzate		N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 211 - Caciotta dolce		N 202 - Arrosto di maiale	N 230 - Ricotta	N 208 - Fesa di tacchino al limone
N E	n z o	N 319 A - Spinaci all'olio	N 323 - Zucca al tegame	N 314 - Patate al forno	N 305 - Carote stufate	N 311 - Finocchi gratinati	N 309 A - Fagiolini all'olio	N 312 - Insalata cappuccina	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 321 - Tortino di zucca
D I	_	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 510 - Spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate
	P	N 109 - Crema di zucca con pasta (puntine)	N 131 - Risotto con crema di piselli	N 120 - Pasta (maccheroncini all'uovo) al pomodoro	<b>N 105 -</b> Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati)	N 113 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro	N 130 - Risotto allo zafferano con crema di ceci	N 108 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	<b>N 111 -</b> Pasta (mezze penne) al burro e parmigiano	N 112 - Pasta (lumachine) al pesto delicato
M A	r a	<b>N 229 -</b> Polpettone goloso di bovino	N 231 - Sformatino di platessa	N 225 - Mozzarella	N 215 - Frittata	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 212 - Crescenza	N 227 - Polpettone di agnello	N 216 - Frittata con patate	N 222 - Medaglioni di nasello
R T E	n z	N 310 - Finocchi al tegame	N 318 - Purea di patate	N 312 - Insalata cappuccina	N 309 A - Fagiolini all'olio	N 319 A - Spinaci all'olio	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 323 - Zucca al tegame		N 317 - Purea di carote
D	_	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 510 - Spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	N 502 - Focaccia rossa soffice
M	P	N 129 - Risotto allo zafferano	N 113 - Pasta (stortini) al pomodoro	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)	<b>N 117 -</b> Pasta (pipe piccole rigate) al trito vegetale	N 123 - Pasta (corallini) e patate	N 118 - Pasta (lumachine) all'olio e parmigiano	N 127 - Risotto al pomodoro	N 106 - Crema di piselli con pasta (stelline)	N 115 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù di carne
E R	r a	N 211 - Caciotta dolce	N 203 - Arrosto di tacchino	N 237 - Uova strapazzate	N 235 - Tortino di limanda	N 201 - Arrosto di bovino	N 217 - Frittata con spinaci	<b>N 209 -</b> Filetti di platessa gratinati	N 232 - Straccetti di pollo cremolati	N 236 - Tortino di patate
0 L	n z o	N 312 - Insalata cappuccina	<b>N 320 -</b> Spinaci all'olio e parmigiano	N 302 - Bieta all'olio	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 306 - Cavolfiori all'olio		N 309 A - Fagiolini all'olio	N 310 - Finocchi al tegame	
E D		<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
'	Merenda	N 505 - Latte e biscotti	N 509 - Spremuta di arancia e ciambellone	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali
	P	N 102 - Crema di ceci con pasta (ditalini rigati)	N 111 - Pasta (mezze farfalle) al burro e parmigiano	N 121 - Pasta (conchigliette) con zucca	N 128 - Risotto al ragù di carne	N 124 - Pasta (mezzi fusilli) rosa	N 113 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	N 104 - Crema di lenticchie con farro	N 133 - Risotto con zucca	N 108 - Crema di verdure con pasta (puntine)
G I	r a	N 205 - Bocconcini di pollo al tegame	N 212 - Crescenza	N 207 - Crocchette di nasello	N 236 - Tortino di patate	N 237 - Uova strapazzate	N 220 - Medaglioni di merluzzo	N 214 - Robiola	N 228 - Polpettone di bovino	N 215 - Frittata
0 V E	n z o	N 302 - Bieta all'olio	N 309 A - Fagiolini all'olio	N 310 - Finocchi al tegame		N 301 - Bieta al pomodoro	N 305 - Carote stufate	N 316 - Patate all'olio	N 319 A - Spinaci all'olio	N 308 - Fagiolini al pomodoro
D	_	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 509 - Spremuta di arancia e ciambellone	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte
		N 118 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano	N 101 - Crema di carote con pasta (stelline)	N 124 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	N 108 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	N 126 - Riso alla parmigiana	N 109 - Crema di zucca con pasta (puntine)	N 116 - Pasta (mezzi fusilli) al sugo di spigola	N 113 - Pasta (lumachine) al pomodoro	N 103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)
V E		N 219 - Medaglioni di limanda	<b>N 215 -</b> Frittata	<b>N 226 -</b> Polpette di carne mista al pomodoro	N 230 - Ricotta	N 224 - Medaglioni di spigola	N 206 - Bocconcini di tacchino	N 237 - Uova strapazzate	N 220 - Medaglioni di merluzzo	N 213 - Provolone dolce
N E R	n z o	N 315 - Patate al tegame	N 303 - Broccoli romaneschi all'olio	N 319 A - Spinaci all'olio	N 324 - Zucca gratinata	N 312 - Insalata cappuccina	N 318 - Purea di patate	N 311 - Finocchi gratinati	N 302 - Bieta all'olio	N 307 - Cavolfiori gratinati
D I	_	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane	<b>N 402</b> - Pane
	Merenda	N 502 - Focaccia rossa soffice	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti	N 508 - Polpa di frutta e fette biscottate	N 506 - Pane (a fette) e olio	N 511 - Yogurt e cereali	N 503 - Frullato di banana con latte	N 505 - Latte e biscotti
		Nota: la came e gli affettati devono essere tagliati in pezzetti piccolissimi e gli ortaggi crudi/cotti devono essere sminuzzati e mai assumere il taglio di rondelle								



#### 2.8 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) NIDO 25-36 MESI

#### N 602 Composizione cestino freddo

- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce
  1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g
- 1 confezione di polpa di frutta da 100 g
- 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml
- Spuntino di metà mattina da inserire:
- 1 banana bio equo e solidale da 150 g

N.B. I cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata





Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 3.1 - Indice menu 7 - 8 mesi

Codice	MENU 7 - 8 mesi
N 1	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento
N 2	Brodo vegetale con passato di verdure e crema di riso (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda</b> : latte di proseguimento
N 3	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 4	Brodo vegetale con passato di verdure e crema multicereali (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne <b>Merenda</b> : latte di proseguimento
N 5	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento
N 6	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento
N 7	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento
N 8	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento
N 9	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso (estate)  Merenda: latte di proseguimento
N 10	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e crema di riso (inverno)  Merenda: latte di proseguimento
N 11	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (estate)  Merenda: latte di proseguimento
N 12	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (inverno)  Merenda: latte di proseguimento
N 13	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso (estate)  Merenda: latte di proseguimento



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

N 14	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e crema di riso (inverno)  Merenda: latte di proseguimento
N 15	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (estate)  Merenda: latte di proseguimento
N 16	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (inverno)  Merenda: latte di proseguimento
N 17	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino (estate)  Merenda: latte di proseguimento
N 18	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino (inverno)  Merenda: latte di proseguimento
N 19	Crema di carote con semolino - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento
N 20	Crema di zucca con pastina - Liofilizzato/omogeneizzato di carne  Merenda: latte di proseguimento



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 3.2 - Indice menu 9 - 12 mesi

Codice	MENU 9 - 12 mesi
N 21	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) – Carne al vapore (fesa di tacchino) /omogeneizzato di carne - Pane  Merenda: Latte di proseguimento
N 22	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Filetti di pesce al vapore (platessa/limanda/ spigola) /omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda</b> : Latte di proseguimento
N 23	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Formaggio (robiola/ricotta) - Pane <b>Merenda</b> : Latte di proseguimento
N 24	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (estate) - Tuorlo di uovo sodo - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 25	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Carne al vapore (noce bovino) /omogeneizzato di manzo - (arista maiale) /omogeneizzato di carne - Pane <b>Merenda</b> : Latte di proseguimento
N 26	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Filetti di pesce al vapore (platessa/ limanda/spigola/merluzzo) /omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 27	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Formaggio (ricotta/crescenza) - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 28	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Parmigiano - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento
N 29	Brodo vegetale con passato di verdure e pastina (inverno) - Tuorlo di uovo sodo - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 30	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Filetti di pesce al vapore (platessa/merluzzo/ limanda/ nasello) /omogeneizzato di pesce - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 31	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Filetti di pesce al vapore (platessa/limanda/ nasello) /omogeneizzato di pesce - Pane  Merenda: latte di proseguimento/yogurt
N 32	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Carne al vapore (noce bovino/fesa tacchino/omogeneizzato di carne - arista maiale/omogeneizzato di carne) - Pane  Merenda: latte di proseguimento/yogurt
N 33	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Formaggio (robiola)- Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 34	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Parmigiano- Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 35	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (estate) - Tuorlo d'uovo sodo - Pane <b>Merenda</b> : yogurt
N 36	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Carne al vapore (agnello disossato/petto pollo) / omogeneizzato di carne- Pane  Merenda: latte di proseguimento/yogurt



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

N 37	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - carne al vapore (noce di bovino) /omogeneizzato di manzo <b>Merenda:</b> latte di proseguimento
N 38	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Parmigiano – Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento
N 39	Brodo vegetale con passato di verdure e semolino (inverno) - Tuorlo di uovo sodo – Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 40	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (estate) – Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 41	Brodo vegetale con passato di verdure, fagioli e pastina (inverno) – Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 42	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (estate) - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento
N 43	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e pastina (inverno) - Pane <b>Merenda</b> : yogurt
N 44	Brodo vegetale con passato di verdure, lenticchie e semolino (inverno) - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 45	Crema di carote con semolino - Filetti di pesce al vapore (merluzzo)/omogeneizzato di pesce - Pane  Merenda: latte di proseguimento/yogurt
N 46	Crema di zucca con pastina - Parmigiano - Pane  Merenda: latte di proseguimento
N 47	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (fesa tacchino/pollo/noce bovino) /omogeneizzato di carne - Purea di carote - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento/yogurt
N 48	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (noce bovino) /omogeneizzato di carne- Purea di carote e zucchine – Pane <b>Merenda</b> : yogurt
N 49	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (noce bovino) /omogeneizzato di carne - Purea di zucca - Pane <b>Merenda</b> : latte di proseguimento
N 50	Pastina all'olio e parmigiano - Carne al vapore (noce bovino) /omogeneizzato di carne - Purea di zucchine - Pane <b>Merenda</b> : yogurt



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 4. INDICE PREPARAZIONI



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 4.1 Indice Primi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi

Codice	Primi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi
N 101	Crema di carote con pasta
N 102	Crema di ceci con pasta
N 103	Crema di fagioli con pasta
N104	Crema di lenticchie con farro
N 105	Crema di lenticchie con pasta
N 106	Crema di piselli con pasta
N 107	Crema di verdure con pasta (estate)
N 108	Crema di verdure con pasta (inverno)
N 109	Crema di zucca con pasta
N 110	Farro all'ortolana
N 111	Pasta al burro e parmigiano
N 112	Pasta al pesto delicato
N 113	Pasta al pomodoro
N 114	Pasta al pomodoro fresco e basilico
N 115	Pasta al ragù di carne
N 116	Pasta al sugo di spigola
N 117	Pasta al trito vegetale
N 118	Pasta all'olio e parmigiano
N 119	Pasta all'ortolana
N 120	Pasta all'uovo al pomodoro
N 121	Pasta con zucca
N 122	Pasta con zucchine
N 123	Pasta e patate
N 124	Pasta rosa
N 125	Polenta al ragù di carne
N 126	Riso alla parmigiana
N 127	Risotto al pomodoro
N 128	Risotto al ragù di carne
N 129	Risotto allo zafferano
N 130	Risotto allo zafferano con crema di ceci



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

Codice	Primi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi
N 131	Risotto con crema di piselli
N 132	Risotto con indivia
N 133	Risotto con zucca
N 134	Risotto con zucchine
N 135	Timballo di pasta

## 4.2 Indice Secondi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi

Codice	Secondi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi
N 201	Arrosto di bovino
N 202	Arrosto di maiale
N 203	Arrosto di tacchino
N 204	Bocconcini di maiale al tegame
N 205	Bocconcini di pollo al tegame
N 206	Bocconcini di tacchino
N 207	Crocchette di nasello
N 208	Fesa di tacchino al limone
N 209	Filetti di platessa gratinati
N 210	Filetti di platessa panati
N 211	Formaggio Caciotta dolce
N 212	Formaggio Crescenza
N 213	Formaggio Provolone dolce
N 214	Formaggio Robiola
N 215	Frittata
N 216	Frittata con patate
N 217	Frittata con spinaci
N 218	Frittata con zucchine
N 219	Medaglioni di limanda
N 220	Medaglioni di merluzzo
N 221	Medaglioni di merluzzo al limone
N 222	Medaglioni di nasello



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

Codice	Secondi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi
N 223	Medaglioni di nasello al limone
N 224	Medaglioni di spigola
N 225	Mozzarella
N 226	Polpette di carne mista al pomodoro
N 227	Polpettone di agnello
N 228	Polpettone di bovino
N 229	Polpettone goloso di bovino
N 230	Ricotta
N 231	Sformatino di platessa
N 232	Straccetti di pollo cremolati
N 233	Timballo di nasello al limone
N 234	Tortino di fagioli e carote
N 235	Tortino di limanda
N 236	Tortino di patate
N 237	Uova strapazzate

## 4.3 Indice Contorni 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi

Codice	Contorni 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi
N 301	Bieta al pomodoro
N 302	Bieta all'olio
N 303	Broccoli romaneschi all'olio
N 304	Carote all'olio
N 305	Carote stufate
N 306	Cavolfiori all'olio
N 307	Cavolfiori gratinati
N 308	Fagiolini al pomodoro
N 309	Fagiolini all'olio (estate)
N 309 A	Fagiolini all'olio (inverno)
N 310	Finocchi al tegame
N 311	Finocchi gratinati



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

Codice	Contorni 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi
N 312	Insalata cappuccina
N 313	Insalata di pomodori
N 314	Patate al forno
N 315	Patate al tegame
N 316	Patate all'olio
N 317	Purea di carote
N 318	Purea di patate
N 319	Spinaci all'olio (estate)
N 319 A	Spinaci all'olio (inverno)
N 320	Spinaci all'olio e parmigiano
N 321	Tortino di zucca
N 322	Tortino di zucchine
N 323	Zucca al tegame
N 324	Zucca gratinata
N 325	Zucchine gratinate
N 326	Zucchine trifolate

## 4.4 - Indice altri alimenti

Codice	Altri alimenti
N 401	Base per brodo vegetale da utilizzare per le preparazioni
N 402	Pane



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 4.5 - Indice spuntini

Codice	Spuntini
N 403	Frutta fresca

## 4.6 - Indice merende

Codice	Merende	
N 501	Focaccia bianca soffice	
N 502	Focaccia rossa soffice	
N 503	Frullato di banana con latte	
N 504	Gelato fior di latte	
N 505	Latte e biscotti	
N 506	Pane (a fette) e olio	
N 507	Pane (a fette) e pomodoro	
N 508	Polpa di frutta e fette biscottate	
N 509	Spremuta di arancia e ciambellone	
N 510	Spremuta di arancia e fette biscottate con confettura di frutta	
N 511	Yogurt e cereali	

## 4.7 - Indice cestino freddo 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi

Codice	Cestino freddo
N 601	Cestino freddo 19 - 24 mesi
N 602	Cestino freddo 25 - 36 mesi



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

5. TABELLE DIETETICHE E RICETTE RELATIVE AI MENU



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 5.1 - Tabelle dietetiche 7 - 8 mesi

## N 1 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA DI RISO (estate) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Crema di riso	30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Cipolla	3
Filtrare il brodo e passare le verdure	Sedano	2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Patate	5
a pioggia la crema di riso nel brodo caldo e	Zucchine	10
far cuocere mescolando con cura per	Lattuga	10
evitare la formazione di grumi. A fuoco	Bieta	10
spento aggiungere le verdure passate.		
Candira la proporazione con elia e	Liofilizzato di carne	
Condire la preparazione con olio a crudo	(agnello/coniglio)	5
Ciudo	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 2 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA DI RISO (inverno) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Crema di riso	30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Carote	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.		3
Filtrare il brodo e passare le verdure		2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	i atato	5
a pioggia la crema di riso nel brodo caldo e		10
far cuocere mescolando con cura per		10
evitare la formazione di grumi. A fuoco	Bieta	10
spento aggiungere le verdure passate.		
	Liofilizzato di carne	
Condire la preparazione con olio a	(agnello/coniglio)	5
crudo	o	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra

## N 3 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA MULTICEREALI (estate) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGLIMENTO

MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO		
Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.		3
Filtrare il brodo e passare le verdure	Sedano	2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Patate	5
a pioggia la crema multicereali nel brodo	Zucchine	10
caldo e far cuocere mescolando con cura	Lattuga	10
per evitare la formazione di grumi. A fuoco	Bieta	10
spento aggiungere le verdure passate.		
Condina la muonoucuione con elie e	Liofilizzato di carne	
Condire la preparazione con olio a crudo	(agnello/coniglio)	5
Crudo	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 4 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E CREMA MULTICEREALI (inverno) - LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:
Lavare e mondare le patate e le verdure.
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far cuocere fino a ridurre il liquido a metà.
Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a pioggia la crema multicereali nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate.

## Condire la preparazione con olio a crudo

N.B. Non utilizzare il sale

U		
	Ingredienti	7 - 8 mesi
€.		g
n	Crema multicereali	30
ar	Carote	10
à.	Cipolla	3
е	Sedano	2
е	Patate	5
0	Zucca	10
a	Lattuga	10
0	Bieta	10
_	Liofilizzato di carne	
а	(agnello/coniglio)	5
	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra

#### N 5 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO		
Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.		3
Filtrare il brodo e passare le verdure	Sedano	2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Patate	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A	Zucchine	10
fuoco spento aggiungere le verdure	Lattuga	10
passate.	Bieta	10
Out the land of th		
Condire la preparazione con olio a	Liofilizzato di carne	
crudo	(agnello/coniglio)	5
	o	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 6 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Pastina	30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Carote	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Cipolla	3
Filtrare il brodo e passare le verdure		2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	i atato	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A	24004	10
fuoco spento aggiungere le verdure	Lattuga	10
passate.	Bieta	10
Condina la nuovamentana con alta a		
Condire la preparazione con olio a	Liofilizzato di carne	
crudo	(agnello/coniglio)	5
	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra

## N 7 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO		
Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Carote	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Cipolla	3
Filtrare il brodo e passare le verdure	Sedano	2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Patate	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Zucchine	10
cuocere mescolando con cura per evitare	Lattuga	10
la formazione di grumi. A fuoco spento	Bieta	10
aggiungere le verdure passate.		
Condina la munamentana con alta a	Liofilizzato di carne	
Condire la preparazione con olio a	(agnello/coniglio)	5
crudo	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 8 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Semolino	30
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Carote	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Cipolla	3
Filtrare il brodo e passare le verdure		2
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	i atate	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	<b>2</b> 4004	10
cuocere mescolando con cura per evitare	Lattuda	10
la formazione di grumi. A fuoco spento	Bieta	10
aggiungere le verdure passate.		
Condire la preparazione con olio a	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5
crudo	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra

## N 9 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E CREMA DI RISO (estate) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		g
(precedentemente messi in ammollo per una	Crema di riso	30
	Fagioli secchi	12
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Carote	10
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		3
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Coddilo	2
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Patate	5
Filtrare il brodo e passare le verdure	Zucchine	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a	Lalluga	10
pioggia la crema di riso nel brodo caldo	i Diela	10
mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento	Olio extravergine	7
aggiungere le verdure passate e la purea di		
legumi.	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del
Condire la preparazione con olio a crudo		Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 10 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E CREMA DI RISO (inverno) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		g
(precedentemente messi in ammollo per una	Crema di riso	30
notte, risciacquati bene e scolati) e passarli.	Fagioli secchi	12
Lavare e mondare le patate e le verdure.		10
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		3
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Coddilo	2
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	i i alalo	5
Filtrare il brodo e passare le verdure		10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a	i i aliuua	10
pioggia la crema di riso nel brodo caldo		10
mescolando con cura per evitare la formazione di grumi. A fuoco spento	Olio extravergine	7
aggiungere le verdure passate e la purea di		
legumi.	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del
Condire la preparazione con olio a crudo		Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		

### N 11 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (estate) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

WERENDA. LATTE DI PROSEGUIWENTO		
Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		g
(precedentemente messi in ammollo per una	Pastina	30
notte, risciacquati bene e scolati) e passarli.	Fagioli secchi	12
Lavare e mondare le patate e le verdure.		10
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		3
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		2
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	i atato	5
Filtrare il brodo e passare le verdure	Zucchine	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Lattuga	10
nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A		10
fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi	Olio extravergine	7
e la parca di legarri		
Condire la preparazione con olio a crudo	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del
N.B. Non utilizzare il sale		Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 12 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (inverno) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		g
(precedentemente messi in ammollo per una	Pastina	30
notte, risciacquati bene e scolati) e passarli.	Fagioli secchi	12
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Carote	10
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		3
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		2
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	i i alaic	5
Filtrare il brodo e passare le verdure	Zucca	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Lattuga	10
nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A	Bieta	10
fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.	Olio extravergine	7
o la parca ai logarii.		
Condire la preparazione con olio a crudo	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del
N.B. Non utilizzare il sale		Pediatra

### N 13 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E CREMA DI RISO (estate) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in		g
abbondante acqua e passarle.	Crema di riso	30
Lavare e mondare le patate e le verdure.		12
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Cipolla	3
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Sedano	2
Filtrare il brodo e passare le verdure	Patate	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a	Zucchine	10
pioggia la crema di riso nel brodo caldo	Lattuga	10
mescolando con cura per evitare la	Bieta	10
formazione di grumi. A fuoco spento	Olio extravergine	7
aggiungere le verdure passate e la purea di legumi.		
regum.	Merenda	tipologia e grammatura
Condire la preparazione con olio a crudo	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### N 14 – BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E CREMA DI RISO (Inverno) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in		g
abbondante acqua e passarle.	Crema di riso	30
Lavare e mondare le patate e le verdure.		12
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	o.poa	3
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Coddilo	2
Filtrare il brodo e passare le verdure	Patate	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a	Zucca	10
pioggia la crema di riso nel brodo caldo	Lauuua	10
mescolando con cura per evitare la		10
formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di	Olio extravergine	7
legumi.		
g	Merenda	tipologia e grammatura
Condire la preparazione con olio a crudo	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		

### N 15 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (estate) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in		g
abbondante acqua e passarle.	Pastina	30
Lavare e mondare le patate e le verdure.		12
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Cipona	3
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.		2
Filtrare il brodo e passare le verdure		5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	I ZUCCIIIIE	10
nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A		10
fuoco spento aggiungere le verdure passate	Bieta	10
e la purea di legumi.	Olio extravergine	7
Condire la preparazione con olio a crudo		
N.B. Non utilizzare il sale	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 16 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (inverno) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in		g
abbondante acqua e passarle.	Pastina	30
Lavare e mondare le patate e le verdure.		12
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	l Olbona	3
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Coddilo	2
Filtrare il brodo e passare le verdure	Patate	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Zucca	10
nel brodo caldo la pastina e far cuocere. A	Lattuga	10
fuoco spento aggiungere le verdure passate	Bieta	10
e la purea di legumi.	Olio extravergine	7
Condire la preparazione con olio a crudo		
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del
N.B. Non utilizzare il sale		Pediatra

### N 17 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO (estate) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in		g
abbondante acqua e passarle.	Semolino	30
Lavare e mondare le patate e le verdure.		12
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Cipolla	3
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Sedano	2
Filtrare il brodo e passare le verdure	Patate	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a	Zucchine	10
pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Lattuga	10
cuocere mescolando con cura per evitare la	Bieta	10
formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di	Olio extravergine	7
legumi.		
g	Merenda	tipologia e grammatura
Condire la preparazione con olio a crudo	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 18 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO (inverno) MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in		g
abbondante acqua e passarle.	Semolino	30
Lavare e mondare le patate e le verdure.		12
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Oipolia	3
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Coddilo	2
Filtrare il brodo e passare le verdure	Patate	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare a	Zucca	10
pioggia il semolino nel brodo caldo e far		10
cuocere mescolando con cura per evitare la	Bieta	10
formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate e la purea di	Olio extravergine	7
legumi.		
9	Merenda	tipologia e grammatura
Condire la preparazione con olio a crudo	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		

### N 19 – CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO – LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini		g
e lasciarle stufare insieme alla cipolla		30
finemente tritata e poco brodo vegetale		50
(ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e	Cipolla	3
aggiungere alla purea ottenuta altro brodo	Brodo vegetale	q.b.
vegetale. Versare a pioggia il semolino e far		
cuocere mescolando con cura per evitare la	Liofilizzato di carne	
formazione di grumi.	(agnello/coniglio)	5
Condire la preparazione con olio a crudo	0	
	omogeneizzato di carne	
	(agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 20 – CREMA DI ZUCCA CON PASTINA - LIOFILIZZATO/OMOGENEIZZATO DI CARNE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

Ricetta:	Ingredienti	7 - 8 mesi
Lavare e mondare la zucca eliminando la		g
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e	Pastina	30
lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente	Zucca	50
tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ).	Cipolla	3
Portare a cottura e aggiungere alla purea	Brodo vegetale	q.b.
ottenuta altro brodo vegetale. Versare la		·
pastina e far cuocere.	Liofilizzato di carne (agnello/coniglio)	5
Condire la preparazione con olio a crudo	o	3
	omogeneizzato di carne (agnello/coniglio)	40
	Olio extravergine	7
N.B. Non utilizzare il sale	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra

N.B. L'introduzione dei liofilizzati/omogeneizzati, la loro tipologia e grammatura sono stabilite dal Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 5.2 - Tabelle dietetiche 9 - 12 mesi

## N 21 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) - CARNE AL VAPORE/ OMOGENEIZZATO DI CARNE – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Coddillo	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.		10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Dieta	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A	i Fallillualio	3
fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.		
passate ed ii pairiigiano.	Fesa tacchino	20
CARNE AL VAPORE	0	
Ricetta:	Omogeneizzato di carne	40
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla		
o omogeneizzarla.	Olio extravergine	7
Condire le preparazioni con olio a crudo	Pane	10
N.B. Non utilizzare il sale	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 22- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) - FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	1 didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zaccimic	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattaga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	DIELA	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A		3
fuoco spento aggiungere le verdure		
passate ed il parmigiano.	Filetti surg.	
FILETTI DI PESCE AL VAPORE	platessa/limanda/spigola	30
Ricetta:	0	
Cuocere i filetti di pesce, correttamente	Omogeneizzato di pesce	40
scongelati, al vapore e tritarli o		
omogeneizzarli.	Olio extravergine	7
Condire le preparazioni con olio a crudo		
	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 23 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) FORMAGGIO – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI	_	g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Coddino	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	1 didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zudoninio	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Diela	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure	Parmigiano	3
passate ed il parmigiano.		
passate ed ii pairingiano.	Robiola	20
Condire la preparazione con olio a crudo	o Ricotta	25
	Olio extravergine	7
	Pane	10
N.B. Non utilizzare il sale	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 24 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (estate) - TUORLO DI UOVO SODO – PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	- I - I - I - I - I - I - I - I - I - I	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	0.000000	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	1 didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zudoninic	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Dicta	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A	Parmigiano	3
fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.		
passate ed ii parmigiano.	Uovo (solo tuorlo)	16
TUORLO DI UOVO SODO		
Ricetta:	Olio extravergine	7
Lessare l'uovo intero con il guscio per 8 minuti dalla ebollizione. Sgusciare e privare	Pane	10
dell'albume. Servire soltanto il tuorlo.		
Condire la preparazione con olio a crudo	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 25 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) - CARNE AL VAPORE / OMOGENEIZZATO DI CARNE – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

MERENDA. LATTE DI PROSEGUIMENTO	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI	_	g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucca	10
Filtrare il brodo e passare le verdure		5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Diela	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure		5
passate ed il parmigiano.	Parmigiano	3
	Noce di bovino	20
CARNE AL VAPORE Ricetta:	Omogeneizzato di manzo	40
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla.	oppure	
Condire le preparazioni con olio a crudo	Arista di maiale	20
	Omogeneizzato di carne	40
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	Managada	the death a management
N.B. Non utilizzare il sale	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 26 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) - FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	1 didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucca	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Diela	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure		5
passate ed il parmigiano.	Parmigiano	3
	Filatti auga di platacas/	
FILETTI DI PESCE AL VAPORE Ricetta:	Filetti surg. di platessa/ limanda/spigola/merluzzo o	30
Cuocere i filetti di pesce, correttamente scongelati, al vapore e tritarli o	Omogeneizzato di pesce platessa/nasello	40
omogeneizzarli.  Condire le preparazioni con olio a crudo	Olio extravergine	7
Sometic to proparazioni con one a ciaac		
	Pane	10
	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 27 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) - FORMAGGIO - PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	24004	10
Filtrare il brodo e passare le verdure		5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	LDICIA	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure		5
passate ed il parmigiano.	Parmigiano	3
Condire la preparazione con olio a		
crudo	Ricolla	25
	o Crescenza	20
	Cresceriza	20
	Olio extravergine	7
	Pane	10
	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 28 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) - PARMIGIANO - PANE

#### **MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	24004	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	LDIEIA	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure	I Cavolloie	5
passate ed il parmigiano.		
	Parmigiano	10
Condire la preparazione con olio a		
crudo	Olio extravergine	7
	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
N.B. Non utilizzare il sale	Latte di proseguimento	secondo prescrizione del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 29 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E PASTINA (inverno) - TUORLO DI UOVO SODO - PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		3
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		2
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.		10
Filtrare il brodo e passare le verdure	_aooa	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Lalluya	5
la pastina nel brodo caldo e far cuocere. A		5
fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Cavolfiore	5
passate ed ii parriigiano.	Parmigiano	3
	Uovo (solo tuorlo)	16
TUORLO DI UOVO SODO		
Ricetta:	Olio extravergine	7
Lessare l'uovo intero con il guscio per 8 minuti dalla ebollizione. Sgusciare e privare		
dell'albume. Servire soltanto il tuorlo.	Pane	10
Condire le preparazioni con olio a crudo		
Sometic to proparazioni con ono a citudo	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 30 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) - FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucchine	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuda	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Bieta	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Parmigiano	3
cuocere mescolando con cura per evitare		
la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Filetti surg.di platessa/ merluzzo/limanda/nasello	30
	Omogeneizzato di pesce	40
FILETTI DI PESCE AL VAPORE Ricetta:		.,
Cuocere i filetti di pesce, correttamente	Olio extravergine	7
scongelati, al vapore e tritarli o omogeneizzarli.		
- Sinaganaizzaini	Pane	10
Condire le preparazioni con olio a crudo		
	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 31 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) - FILETTI DI PESCE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI PESCE - PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	- II II-	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	. didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucca	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Diela	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare	Cavolfiore	5
la formazione di grumi. A fuoco spento		3
aggiungere le verdure passate ed il		
parmigiano.	Filetti surg.di platessa/ limanda/nasello	30
FILETTI DI PESCE AL VAPORE Ricetta:	Omogeneizzato di pesce	40
Cuocere i filetti di pesce, correttamente		
scongelati, al vapore e tritarli o omogeneizzarli.	Olio extravergine	7
omogeneizzam.		
Condire le preparazioni con olio a crudo	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125
	Lioguit	120



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 32 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) - CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE- PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	0.000000	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucchine	10
Filtrare il brodo e passare le verdure		10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	IDIEIA	5
pioggia e il semolino nel brodo caldo e far		3
cuocere mescolando con cura per evitare		
la formazione di grumi. A fuoco spento	Noce di bovino /fesa/	
aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	tacchino	20
parmigiano.	0	
	Omogeneizzato di carne	40
CARNE AL VAPORE	oppure	
Ricetta:		
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla	Arista di maiale	20
o omogeneizzarla.	o	20
	Omogeneizzato di carne	40
Condire le preparazioni con olio a crudo		
Commo to proparazioni con ono a crasso	Olio extravergine	7
	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 33 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) - FORMAGGIO - PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI	_	g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	- Ip - II - II	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	3 3 3 3 3 3	2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	1 didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zuddillile	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Dicia	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare		3
la formazione di grumi. A fuoco spento		
aggiungere le verdure passate ed il	Robiola	20
parmigiano.		
parmigrane.	Olio extravergine	7
Condire la preparazione con olio a crudo	_	
Ciddo	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 34 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) - PARMIGIANO - PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	i atato	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Laccinic	10
Filtrare il brodo e passare le verdure		10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	LDICIA	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far		
cuocere mescolando con cura per evitare		10
la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il		
parmigiano.	Olio extravergine	7
parmigrano.		
Condire la preparazione con olio a crudo	Pane	10
	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 35- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (estate) - TUORLO DI UOVO SODO – PANE

**MERENDA: YOGURT** 

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	- 1	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucchine	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattuga	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Bieta	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Parmigiano	3
cuocere mescolando con cura per evitare		
la formazione di grumi. A fuoco spento	Uovo (solo tuorlo)	16
aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.		
Paringsans	Olio extravergine	7
TUORLO DI UOVO SODO		
Ricetta:	Pane	10
Lessare l'uovo intero con il guscio per 8		
minuti dalla ebollizione. Sgusciare e privare	Merenda	
dell'albume. Servire soltanto il tuorlo.	Yogurt	125
Condire le preparazioni con olio a crudo	_	
Condite le preparazioni con ono a crudo		
N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 36- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) – CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	1 didio	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	24004	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattaga	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Dieta	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare	Cavolfiore	5
la formazione di grumi A fuoco spento	Parmigiano	3
aggiungere le verdure passate ed il		
parmigiano.	Agnello disossato/petto di pollo	20
CARNE AL VAPORE	0	
Ricetta:	Omogeneizzato di carne	40
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla		
o omogeneizzarla.	Olio extravergine	7
Condire le preparazioni con olio a crudo		
Condite to preparazioni con ono a crado	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione del Pediatra
N.D. Non utilimans il cala		
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 37- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) – CARNE AL VAPORE / OMOGENEIZZATO DI MANZO – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	- 1	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far		10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucca	10
Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Lattuga	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Bieta	5
cuocere mescolando con cura per evitare		5
la formazione di grumi. A fuoco spento aggiungere le verdure passate ed il		3
parmigiano.		
	Noce di bovino	15
CARNE AL VAPORE	0	
Ricetta:	Omogeneizzato di carne	40
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla		
o omogeneizzarla	Olio extravergine	7
Condire la preparazione con olio a crudo	Pane	10
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento	secondo prescrizione
		del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 38 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) - PARMIGIANO - PANE

#### **MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO**

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.		3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	i atato	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	24004	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Lattaga	5
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	Dieta	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere mescolando con cura per evitare	Cavolfiore	5
la formazione di grumi. A fuoco spento		
aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.	Parmigiano	10
Condire la preparazione con olio a crudo	Olio extravergine	7
	Pane	10
	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione
N.B. Non utilizzare il sale	, ,	del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 39 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE E SEMOLINO (inverno) - TUORLO DI UOVO SODO - PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI	_	g
VERDURE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Sedano	2
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Patate	10
Filtrare il brodo e passare le verdure	Zucca	10
evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare	I I attura	5
a pioggia il semolino nel brodo caldo e far	Bieta	5
cuocere mescolando con cura per evitare		5
la formazione di grumi. A fuoco spento		3
aggiungere le verdure passate ed il parmigiano.		
parringiane.	Uovo (solo tuorlo)	16
TUORLO DI UOVO SODO		
Ricetta:	Olio extravergine	7
Lessare l'uovo intero con il guscio per 8		
minuti dalla ebollizione. Sgusciare e privare dell'albume. Servire soltanto il tuorlo.	Pane	10
Condire le preparazioni con olio a crudo	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 40- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (estate) – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE, FAGIOLI E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Fagioli secchi	12
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		20
(precedentemente messi in ammollo per una	Cipolla	3
notte, risciacquati bene e scolati) e passarli.	Sedano	2
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Patate	10
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Zucchine	10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Lalluya	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà. Filtrare il brodo e passare le verdure evitando	Bieta	5
l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo	Parmigiano	3
caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento	Olio extravergine	7
aggiungere le verdure passate, la purea di		
legumi ed il parmigiano.	Pane	10
Condire la preparazione con olio a crudo	Merenda Latte di proseguimento/	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 41 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, FAGIOLI E PASTINA (inverno) – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE, FAGIOLI E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Fagioli secchi	12
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		20
(precedentemente messi in ammollo per una	Cipolla	3
notte, risciacquati bene e scolati) e passarli.	Sedano	2
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Patate	5
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Zucca	10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Lattuga	5
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Bieta	5
Filtrare il brodo e passare le verdure evitando l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo	Cavolfiore	5
caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento	Parmigiano	3
aggiungere le verdure passate, la purea di	Olio extravergine	7
legumi ed il parmigiano.		
legum ed ii parmigiano.	Pane	10
Condire la preparazione con olio a crudo		
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione
		del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125

### N 42 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (estate) – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGLIMENTO

MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO		
	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA	Pastina	30
Ricetta:	Lenticchie secche	12
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in	Carote	20
abbondante acqua e passarle.	Cipolla	3
Lavare e mondare le patate e le verdure.		2
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Zucchine	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Lattuga	10
Filtrare il brodo e passare le verdure evitando		5
l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo	i Pannidiano	3
caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate, la purea di	Olio extravergine	7
legumi ed il parmigiano.		
legum eun parmigiano.	Pane	10
Condire la preparazione con olio a crudo		
	Merenda Latte di proseguimento	tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra
N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### N 43 - BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA (inverno) - PANE

**MERENDA: YOGURT** 

BRODO VEGETALE CON PASSATO DI	Ingredienti	9 - 12 mesi
VERDURE, LENTICCHIE E PASTINA		g
Ricetta:	Pastina	30
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in	Lenticchie secche	12
abbondante acqua e passarle.	Carote	20
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Cipolla	3
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		2
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Patate	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Zucca	10
Filtrare il brodo e passare le verdure evitando	Lattuga	5
l'uso di mixer e frullatori. Versare nel brodo	Bieta	5
caldo la pastina e cuocere. A fuoco spento aggiungere le verdure passate, la purea di	Cavolfiore	5
legumi ed il parmigiano.	Parmigiano	3
legum eun parmigiano.	Olio extravergine	7
Condire la preparazione con olio a crudo		
Somano la proparazione con ene a erade	Pane	10
	Merenda	
	Yogurt	125
N.B. Non utilizzare il sale		

### N 44- BRODO VEGETALE CON PASSATO DI VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO (inverno) - PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
BRODO VEGETALE CON PASSATO DI		g
VERDURE, LENTICCHIE E SEMOLINO	Semolino	30
Ricetta:	Lenticchie secche	12
Sciacquare le lenticchie, cuocerle in	Carote	20
abbondante acqua e passarle.	Cipolla	3
Lavare e mondare le patate e le verdure.	Sedano	2
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Patate	10
acqua fredda. Portare ad ebollizione e far	Zucca	10
cuocere fino a ridurre il liquido a metà.	Lattuga	5
Filtrare il brodo e passare le verdure evitando	Bieta	5
l'uso di mixer e frullatori Versare a pioggia il semolino nel brodo caldo e far cuocere	Cavolfiore	5
mescolando con cura per evitare la	Parmigiano	3
formazione di grumi. A fuoco spento	Olio extravergine	7
aggiungere le verdure passate, la purea di		
legumi ed il parmigiano.	Pane	10
Togain ou ii painingianoi		
Condire la preparazione con olio a crudo	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione
		del Pediatra
	No month	405
N.B. Non utilizzare il sale	Yogurt	125



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 45 – CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO – FILETTI DI PESCE AL VAPORE /OMOGENEIZZATO DI PESCE – PANE

**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO/YOGURT** 

	Ingredienti	9 - 12 mesi
CREMA DI CAROTE CON SEMOLINO		g
Ricetta:	Semolino	30
Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini	Carote	60
e lasciarle stufare insieme alla cipolla	U.Pu	3
finemente tritata e poco brodo vegetale	Brodo vegetale	q.b.
(ricetta N 401). Portare a cottura e	Parmigiano	3
aggiungere alla purea ottenuta altro brodo		
vegetale bollente. Versare a pioggia il	Filetti surg.di merluzzo	30
semolino e far cuocere mescolando con cura	0	
per evitare la formazione di grumi.	Omogeneizzato di pesce	40
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.		
	Olio extravergine	7
FILETTI DI PESCE AL VAPORE		
TILLTIT BIT LOOP AL VAI OIL	Pane	10
Ricetta:		
Cuocere i filetti di pesce, correttamente	Merenda	tipologia e grammatura
scongelati, al vapore e tritarli o	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione
omogeneizzarli.		del Pediatra
Condire le preparazioni con olio a crudo		40-
	Yogurt	125
N.B. Non utilizzare il sale		

#### N 46 – CREMA DI ZUCCA CON PASTINA – PARMIGIANO – PANE MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO

	Ingredienti	9 - 12 mesi
CREMA DI ZUCCA CON PASTINA		g
Ricetta:	Pastina	30
Lavare e mondare la zucca eliminando la	Zucca	60
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e	Cipolla	3
lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente	Brodo vegetale	q.b.
tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ).		
Portare a cottura e aggiungere alla purea	Parmigiano	10
ottenuta altro brodo vegetale bollente.		
Versare la pastina e far cuocere.	Olio extravergine	7
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.		
Condito la preparazione con elie e erude	Pane	10
Condire la preparazione con olio a crudo		
	Merenda	tipologia e grammatura
	Latte di proseguimento	secondo prescrizione
N.B. Non utilizzare il sale		del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 47- PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO – CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PUREA DI CAROTE – PANE

	Ingredienti	9 - 12 mesi
PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO		g
Ricetta:	Pastina	30
Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio	Parmigiano	3
aggiungendo, se necessario, poca acqua di		
cottura.	Fesa di tacchino/petto di	
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	pollo/noce di bovino	20
	o	
	Omogeneizzato di carne	40
CARNE AL VAPORE		
Ricetta:	Carote	50
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o	Cipolla	3
omogeneizzarla.	Brodo vegetale	q.b.
DUDEA DI CAROTE	Olio extravergine	7
PUREA DI CAROTE Ricetta:	_	
	Pane	10
Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini e lasciarle stufare con la cipolla finemente		
tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ).	Merenda	tipologia e grammatura
Portare a cottura e aggiungere, se	Latte di proseguimento/	secondo prescrizione
necessario, altro brodo vegetale bollente.		del Pediatra
Theocodano, and broad vegetare benefite.		
Condire le preparazioni con olio a crudo		
propulsion con the works	Yogurt	125
N.B. Non utilizzare il sale		
	<u> </u>	1



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### N 48 - PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO – CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE – PUREA DI CAROTE E ZUCCHINE– PANE MERENDA: YOGURT

	Ingredienti	9 - 12 mesi
PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO		g
Ricetta:	Pastina	30
Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio	Parmigiano	3
aggiungendo, se necessario, poca acqua di		
cottura.	Noce di bovino	20
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	0	
	Omogeneizzato di carne	40
CARNE AL VAPORE		
Ricetta:	Carote	25
Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o	Zucchine	25
omogeneizzarla.	Cipolla	3
omogeneizzana.	Brodo vegetale	q.b.
PUREA DI CAROTE E ZUCCHINE	Olio extravergine	7
Ricetta:		
Lavare e mondare le carote, tagliarle a dadini	Pane	10
e lasciarle stufare con la cipolla finemente		
tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401).	Merenda	
A metà cottura aggiungere le zucchine lavate,	Yogurt	125
mondate e tagliate a dadini. Far cuocere e		
aggiungere, se necessario, altro brodo		
vegetale bollente.		
Condina la nuovamentant con alta a succeta		
Condire le preparazioni con olio a crudo		
N.B. Non utilizzare il sale		
THE HON WHILLERO II OUIO		1



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 49 - PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO- CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE - PUREA DI ZUCCA- PANE

**MERENDA: LATTE DI PROSEGUIMENTO** 

PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO Ricetta: Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  Parmigiano  Noce di bovino 0 Omogeneizzato di carne  40  Zucca Cipolla 3 Brodo vegetale  Qlio extravergine  7  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo  N.B. Non utilizzare il sale		Ingredienti	9 - 12 mesi
Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura.  A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  CUOCERE DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO		g
aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura.  A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	Ricetta:	Pastina	30
cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio	Parmigiano	3
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.  CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo			
CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo  Omogeneizzato di carne  40  Zucca 50  Cipolla 3  Brodo vegetale  7  Pane 10  Merenda Latte di proseguimento tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra  tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra	0 0 110.11 0.11	Noce di bovino	20
CARNE AL VAPORE Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	-	
Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo		Omogeneizzato di carne	40
Ricetta: Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	CARNE AL VARORE		
Cuocere la carne al vapore e tritarla o omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo			
omogeneizzarla.  PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo		•	3
PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	•	Brodo vegetale	q.b.
PUREA DI ZUCCA Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	onlogeneizzaria.		
Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo  Pane  Merenda Latte di proseguimento  tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra		Olio extravergine	7
Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo  Pane  Merenda Latte di proseguimento  tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra	PUREA DI ZUCCA		
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo  Merenda Latte di proseguimento  tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra  tipologia e grammatura secondo prescrizione del Pediatra		Pane	10
lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, se necessario, altro brodo vegetale bollente.  Condire le preparazioni con olio a crudo	Lavare e mondare la zucca eliminando la		
	lasciarla stufare insieme alla cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e aggiungere, se		secondo prescrizione
N.B. Non utilizzare il sale	Condire le preparazioni con olio a crudo		
	N.B. Non utilizzare il sale		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 50 - PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO- CARNE AL VAPORE/OMOGENEIZZATO DI CARNE - PUREA DI ZUCCHINE- PANE MERENDA: YOGURT

Ingredienti 9 - 12 mesi PASTINA ALL'OLIO E PARMIGIANO Ricetta: **Pastina** 30 Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio Parmigiano 3 aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. Noce di bovino 20 A fuoco spento aggiungere il parmigiano. Omogeneizzato di carne 40 **CARNE AL VAPORE** Zucchine 50 Cipolla 3 Ricetta: Brodo vegetale q.b. Cuocere la carne fresca al vapore e tritarla o omogeneizzarla. 7 Olio extravergine Pane 10 **PUREA DI ZUCCHINE** Ricetta: Merenda Lavare e mondare le zucchine. Tagliarle a 125 Yogurt dadini e stufarle con la cipolla finemente tritata e poco brodo vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura e aggiungere, necessario, altro brodo vegetale bollente. Condire le preparazioni con olio a crudo

## N.B.

N.B. Non utilizzare il sale

Somministrare omogeneizzato di carne/pesce soltanto se non sono stati inseriti carne fresca/pesce surgelato, secondo prescrizione del Pediatra

Carne fresca/pesce surgelato/omogeneizzato di carne e pesce: rispettare l'alternanza prevista dal menu



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 5.3 - Tabelle dietetiche primi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi

## N 101 - CREMA DI CAROTE CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le carote, tagliarle a		g	g	g
dadini e lasciarle stufare insieme alla cipolla				
finemente tritata e poco brodo vegetale	Pasta	30	30	35
(ricetta <b>N 401</b> ). Portare a cottura e	Carote	85	85	100
aggiungere alla purea ottenuta altro brodo	- ·   · · · ·	4	4	5
vegetale bollente. Versare la pastina e far	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
cuocere.	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
Condire la preparazione con olio a crudo				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 102 - CREMA DI CECI CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Cuocere in abbondante acqua i ceci		g	g	g
(precedentemente messi in ammollo per				
una notte, risciacquati bene e scolati) con gli		30	30	35
odori, i pomodori e le patate tagliate a	Ceci secchi	10	15	20
dadini. Eliminare l'aglio. Ridurre il tutto in		3	3	5
crema con il passaverdure (se necessario	Cipolla	3	3	3
allungare con acqua calda).	Sedano	2	2	2
Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla	Patate	5	10	10
alla crema di ceci.	Pomodori pelati	10	10	10
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Condina la munamentana con ella e emide	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Condire la preparazione con olio a crudo	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 103 - CREMA DI FAGIOLI CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		g	g	g
(precedentemente messi in ammollo per				
una notte, risciacquati bene e scolati) con gli		30	30	35
odori, i pomodori e le patate tagliate a				
dadini. Ridurre il tutto in crema con il	·	10	15	20
passaverdure (se necessario allungare con	cannellini			
acqua calda).	Carote	3	3	5
Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla	Cipolia	3	3	3
alla crema di fagioli. A fuoco spento	Sedano	2	2	2
aggiungere il parmigiano.	Patate	5	10	10
	Pomodori pelati	10	10	10
Condire la preparazione con olio a crudo	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

# N 104 - CREMA DI LENTICCHIE CON FARRO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Sciacquare le lenticchie e cuocerle in		g	g	g
abbondante acqua con gli odori e i				
pomodori.	Farro	30	30	35
Ridurre il tutto in crema con il passaverdure	Lenticchie	10	15	20
(se necessario allungare con acqua calda).	secche	10	13	20
Lessare il farro, scolarlo e unirlo alla crema	Carote	3	3	5
di lenticchie.	Cipolla	3	3	3
	Sedano	2	2	2
Condire la preparazione con olio a crudo	Pomodori pelati	10	10	10
	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 105 - CREMA DI LENTICCHIE CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Sciacquare le lenticchie e cuocerle in		g	g	g
abbondante acqua con gli odori, i pomodori				
e le patate tagliate a dadini. Ridurre il tutto		30	30	35
in crema con il passaverdure (se necessario	Lenticchie	10	15	20
allungare con acqua calda).	secche	10	10	20
Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla	Carote	3	3	5
alla crema di lenticchie.	Cipolla	3	3	3
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Sedano	2	2	2
	Patate	5	10	10
Condire la preparazione con olio a crudo.	Pomodori pelati	10	10	10
N.D. Haana aala isalata aan maadamariana	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 106 - CREMA DI PISELLI CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Stufare i piselli con la cipolla finemente	_	g	g	g
tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta			_	
N 401). Passarli in modo da ottenere una	Riso	40	45	50
crema omogenea (se necessario allungare	Cipolla	2,5	2,5	3
con brodo vegetale bollente).	Piselli surgelati	10	10	15
Lessare la pasta, scolarla e unirla alla	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
crema di piselli.	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
Condire la preparazione con olio a crudo.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

N 107 - CREMA DI VERDURE CON PASTA (ESTATE)

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g	g	g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		_	_	_
acqua fredda con i pomodori pelati e far	Pasta	30	30	35
cuocere. Ridurre il tutto in crema con il	Carote	20	20	20
passaverdure.	Cipolla	3	5	5
Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla	Sedano	2	5	5
alla crema di verdure.	Patate	10	10	10
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Zucchine	20	20	20
	Pomodori pelati	10	10	10
Condire la preparazione con olio a crudo	Lattuga	10	10	10
	Bieta	15	15	20
N.B. Haava aala jadata aan madavariana	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

N 108 - CREMA DI VERDURE CON PASTA (INVERNO)

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le patate e le verdure.		g	g	g
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in				
acqua fredda con i pomodori pelati e far		30	30	35
cuocere. Ridurre il tutto in crema con il	Carote	15	15	20
passaverdure.	Cipolla	3	5	5
Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla	Sedano	2	5	5
alla crema di verdure.	Patate	10	10	10
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Zucca	20	20	20
	Pomodori pelati	10	10	10
Condire la preparazione con olio a crudo.	Lattuga	10	10	10
	Bieta	10	10	10
	Cavolfiore	10	10	10
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Parmigiano	3	4	5
N.D. Usare sale louald con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 109 - CREMA DI ZUCCA CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare la zucca eliminando la		g	g	g
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e				
lasciarla stufare con la cipolla finemente		30	30	35
tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ).	Zucca	85	85	100
Portare a cottura e aggiungere alla purea	Cipolla	4	4,5	5
ottenuta altro brodo vegetale bollente,	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
versare la pastina e far cuocere.	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
Condire la preparazione con olio a crudo				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 110 - FARRO ALL'ORTOLANA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le carote, la cipolla, il		g	g	g
sedano, le patate, la zucchina, la lattuga e la				
bieta e i fagiolini.	Farro	30	30	35
Aggiungere i pomodori pelati e far cuocere.	Carote	20	20	20
Passare il tutto.	Cipolla	3	5	5
Lessare a parte il farro, scolarlo e unirlo alla	Sedano	2	5	5
crema di verdure.	Patate	10	10	10
Servire il parmigiano a tavola.	Zucchine	20	20	20
	Pomodori pelati	10	10	10
Condire la preparazione con olio a crudo	Lattuga	10	10	10
	Bieta	10	15	20
	Fagiolini	10	10	10
N.P. Hoore cale indate can moderations	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4,5	4,5

# N 111 - PASTA AL BURRO E PARMIGIANO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare la pasta, scolarla e condirla con il burro aggiungendo, se necessario, poca		g	g	g
acqua di cottura.	Pasta	40	45	50
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Parmigiano	5	5,5	6
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Burro	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 112 - PASTA AL PESTO DELICATO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare le foglie di basilico e asciugarle.		g	g	g
Porle nell'omogeneizzatore insieme all'olio				
e tritare.	Pasta	40	45	50
Lessare la pasta e scolarla. Condire con il pesto ed il parmigiano e	Basilico	4	4,5	5
aggiungere, se necessario, poca acqua di		4	4,5	5
cottura.	Olio extrav.	4	4,5	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 113 - PASTA AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori, farli cuocere		g	g	g
nell'olio con i pomodori passati e far				
addensare.	Pasta	40	45	50
Lessare la pasta, scolarla e condirla con la	Carote	2,5	2,5	3
salsa.	Cipolla	2,5	2,5	3
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

# N 114 - PASTA AL POMODORO FRESCO E BASILICO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare i pomodori freschi ed eliminare i		g	g	g
piccioli.				
Tagliarli a metà ed eliminare i semi. Tritare	Pasta	40	45	50
finemente la cipolla e farla appassire nell'olio. Aggiungere i pomodori freschi e far		2,5	2,5	3
cuocere.	Pomodon	50	55	60
A fine cottura passare la salsa con il	freschi			00
passaverdure e aggiungere il basilico		3	4	5
fresco. Lessare la pasta, scolarla e condirla		q.b	q.b	q.b
con la salsa.	Olio extrav.	4	4	4,5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 115 - PASTA AL RAGÙ DI CARNE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori e farli appassire		g	g	g
nell'olio. Unire la carne precedentemente				
macinata e quando sarà dorata aggiungere i	Pasta	40	45	50
pomodori passati e far addensare.	Spalla di bovino	10	10	10
Lessare la pasta, scolarla e condirla con la	Carote	2,5	2,5	3
salsa.	Cipolla	2,5	2,5	3
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
N.B. Harmanala indetermination	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

## N 116 - PASTA AL SUGO DI SPIGOLA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di spigola (correttamente scongelati). Preparare una salsa con i		g	g	g
pomodori passati, l'olio, l'aglio intero ed i	Pasta	40	45	50
filetti di spigola e far addensare. A fine cottura togliere l'aglio. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la salsa.	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
	Filetti di spigola surg.	10	10	10
	Pomodori pelati	50	55	60
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

# N 117 - PASTA AL TRITO VEGETALE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori e farli appassire		g	g	g
nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta N		_	_	_
<b>401</b> ). Aggiungere i pomodori e, a cottura	Pasta	40	45	50
ultimata, passare il sugo con il	Carote	5	5	5
passaverdure.	Cipolla	4	4,5	5
Lessare la pasta, scolarla e condirla con la	Sedano	2,5	2,5	3
salsa.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 118 - PASTA ALL'OLIO E PARMIGIANO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca		g	g	g
acqua di cottura.	Pasta	40	45	50
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Parmigiano	5	5,5	6
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	5	5,5	6

## N 119 - PASTA ALL'ORTOLANA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare e lavare le verdure, tagliarle in piccoli pezzi. Metterle a cuocere con gli		g	g	g
odori finemente tritati in poco brodo	Pasta	40	45	50
vegetale (ricetta <b>N 401</b> ) e olio. Aggiungere i	Zucchine	15	15	20
pomodori.	Carote	15	15	20
A cottura ultimata, passare il sugo con il		4	4,5	5
passaverdure. Lessare la pasta, scolarla e	Sedano	2,5	2,5	3
condirla con la salsa.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Pomodori pelati	50	55	60
N.D. Haana aala iadata aan maadamaniana	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

## N 120 - PASTA ALL'UOVO AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori, farli cuocere nell'olio con i pomodori passati e far		g	g	g
addensare. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la	Pasta all'uovo (maccheroncini)	35	40	45
salsa.	Carote	2,5	2,5	3
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 121 - PASTA CON ZUCCA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19-24 mesi	25-36 mesi
Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e		g	g	g
lasciarla stufare con la cipolla finemente	Pasta	40	45	50
tritata e poco brodo vegetale (ricetta <b>N 401</b> ).		25	25	30
Portare a cottura aggiungendo, man mano,	Cipolla	4	4,5	5
se necessario, brodo vegetale bollente.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b
Lessare la pasta, scolarla e condirla con la	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 122 - PASTA CON ZUCCHINE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le zucchine, tagliarle a dadini e lasciarle stufare, con la cipolla		g	g	g
finemente tritata, nell'olio e poco brodo	Pasta	40	45	50
vegetale (ricetta N 401). Portare a cottura		25	25	30
aggiungendo, man mano, se necessario, brodo vegetale bollente.	Cipolla	4	4,5	5
Lessare la pasta, scolarla e condirla con le	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
zucchine	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 123 - PASTA E PATATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e sbucciare le patate e tagliarle a		g	g	g
dadini. Tritare finemente gli odori e farli				
appassire in poco brodo vegetale (ricetta N	Pasta	30	30	35
<b>401</b> ). Aggiungere le patate ed i pomodori		40	40	45
passati. Allungare con acqua calda e	Carote	3	3	5
portare a cottura.	Sedano	2	2	2
Lessare a parte la pasta, scolarla ed unirla	Cipolla	2,5	2,5	3
agli altri ingredienti.	Pomodori pelati	10	10	10
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Parmigiano	3	4	5
Condire la preparazione con olio a crudo	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 124 - PASTA ROSA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori e farli appassire		g	g	g
nell'olio ed aggiungere i pomodori passati.				
Far addensare. Lessare la pasta.	Pasta	40	45	50
Nel frattempo, a fuoco spento, aggiungere		2,5	2,5	3
la ricotta nel sugo. Scolare la pasta e condirla con la salsa, mescolando con cura.	Cipolla	2,5	2,5	3
condina con la saisa, mescolando con cura.	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	50	55	60
	Ricotta	10	10	15
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

# N 125 - POLENTA AL RAGÙ DI CARNE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori e farli appassire		g	g	g
in olio. Unire la carne precedentemente				
macinata e quando sarà dorata aggiungere i	Farina di mais	35	40	45
pomodori passati. Far addensare il tutto.	Spalla di bovino	30	40	50
Portare a bollore l'acqua, versare la farina di	Calor	2,5	2,5	3
mais a pioggia e iniziare a mescolare; continuare senza interrompere e sempre nello stesso verso. Per il quantitativo dell'acqua e il tempo di cottura attenersi a quanto riportato sulla confezione.  Versare il ragù sulla polenta e spolverare	Cipolla	2,5	2,5	3
	Sedano	2	2	2
	Pomodori pelati	60	70	80
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	3	4	5
con parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 126 - RISO ALLA PARMIGIANA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare il riso, scolarlo e condirlo con il		g	g	g
burro aggiungendo, se necessario, poca				
acqua di cottura.	Riso	40	45	50
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Parmigiano	5	5,5	6
	Burro	5	5,5	6
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 127 - RISOTTO AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori e farli cuocere		g	g	g
con i pomodori passati e l'olio. Unire il riso.				
Mescolare accuratamente in modo che il	Riso	40	45	50
riso assorba tutto il condimento e portare a		2,5	2,5	3
cottura aggiungendo, man mano, brodo	Cipolla	2,5	2,5	3
vegetale bollente (ricetta N 401).	Sedano	2	2	2
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
	Pomodori pelati	50	55	60
N.B. Haans and indetermined and described	Parmigiano	3	4	5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4,5

## N 128 - RISOTTO AL RAGÙ DI CARNE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare finemente gli odori e farli appassire		g	g	g
in olio. Unire la carne precedentemente				
macinata e quando sarà dorata aggiungere i	Riso	40	45	50
pomodori passati. Unire il riso.	Spalla di bovino	10	10	10
Mescolare accuratamente e portare a	Calor	2,5	2,5	3
cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente (ricetta <b>N 401</b> ).	Cipolla	2,5	2,5	3
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Sedano	2	2	2
A ruoco sperito aggiurigere il parmigiario.	Pomodori pelati	50	55	60
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Parmigiano	3	4	5
THE COURT OUT TO ALL TO THE	Olio extrav.	4	4	4,5

# N 129 - RISOTTO ALLO ZAFFERANO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Far appassire la cipolla finemente tritata		g	g	g
nell'olio. Unire il riso. Mescolare				
accuratamente e portare a cottura		40	45	50
aggiungendo, man mano, brodo vegetale	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
bollente (ricetta <b>N 401</b> ).	Cipolla	2,5	2,5	3
A cottura ultimata sciogliere lo zafferano in		3	4	5
poco brodo vegetale, unirlo al riso e	Zafferano	q.b	q.b.	q.b.
amalgamare bene. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 130 - RISOTTO ALLO ZAFFERANO CON CREMA DI CECI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Cuocere in abbondante acqua i ceci		g	g	g
(precedentemente messi in ammollo per				
una notte, risciacquati bene e scolati).		40	45	50
Stufarli con la cipolla finemente tritata		10	15	20
nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta N		q.b.	q.b.	q.b.
<b>401</b> ). Passarli in modo da ottenere una	Cipolia	2,5	2,5	3
crema omogenea. Cuocere a parte il riso,	Parmigiano	3	4	5
scolarlo e unirlo alla crema di ceci.	Zafferano	q.b	q.b.	q.b.
Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba il condimento.	Olio extrav.	4	4	4,5
A cottura ultimata sciogliere lo zafferano in poco brodo vegetale, unirlo al riso e				
amalgamare bene.				
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.				
A ruoco sperito aggiurigere il parmigiario.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 131 - RISOTTO CON CREMA DI PISELLI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Stufare i piselli con la cipolla finemente		g	g	g
tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta				
N 401). Passarli in modo da ottenere una	Riso	40	45	50
crema omogenea ed unire il riso. Mescolare	Cipolla	2,5	2,5	3
accuratamente in modo che il riso assorba	i ioom oargolan	10	10	15
tutto il condimento. Portare a cottura	Diodo rogotalo	q.b.	q.b.	q.b.
aggiungendo, man mano, brodo vegetale	Parmigiano	3	4	5
bollente.	Olio extrav.	4	4	4,5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 132 - RISOTTO CON INDIVIA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Dopo aver mondato e lavato l'indivia,		g	g	g
tagliarla e stufarla con la cipolla finemente				
tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta		40	45	50
N 401). Passare il tutto e versare in una	Cipolla	2,5	2,5	3
casseruola unendo il riso. Mescolare accuratamente in modo che il riso assorba	Indivia	25	25	30
tutto il condimento. Portare a cottura	Brodo vegetale	q.b	q.b	q.b
aggiungendo, man mano, brodo vegetale	Parmigiano	3	4	5
bollente.	Olio extrav.	4	4	4,5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 133 - RISOTTO CON ZUCCA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare la zucca. Tagliarla a		g	g	g
dadini e stufarla con la cipolla finemente				
tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta		40	45	50
N 401). Unire il riso. Mescolare	Cipolia	2,5	2,5	3
accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura	Zucca	25	25	30
aggiungendo, man mano, brodo vegetale	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
bollente.	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

# N 134 - RISOTTO CON ZUCCHINE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare e lavare le zucchine. Tagliarle a dadini e stufarle con la cipolla finemente		g	g	g
tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta		40	45	50
N 401). Unire il riso. Mescolare	Cipolla	2,5	2,5	3
accuratamente in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura	Zucchine	25	25	30
aggiungendo, man mano, brodo vegetale	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
bollente.	Parmigiano	3	4	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Olio extrav.	4	4	4,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

# N 135 – TIMBALLO DI PASTA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19- 24 mesi	25 – 36 mesi
Ragù:		g	g	g
Lavare e tritare finemente gli odori e farli				
	Pasta	40	45	50
precedentemente macinata e quando sarà	Parmigiano	4	4,5	5
dorata aggiungere i pomodori passati e far	Ragù			
addensare.	Spalla bovino	30	30	40
Besciamella:	Pomodori pelati	80	90	100
Far sciogliere il burro, aggiungere la farina	Carote	2,5	2,5	3
lasciando cuocere un paio di minuti senza	Cipolla	2,5	2,5	3
far prendere colore; versare il latte freddo,	Sedano	2	2	2
portare ad ebollizione mescolando di	Olio	4	4	4,5
continuo, preferibilmente con una frusta in	extravergine			
modo da eliminare la formazione dei	Besciamella			
grumi. Lessare la pasta, scolarla al dente e	Latte	30	35	40
condirla con il sugo, la besciamella ed il	Farina	3	3,5	4
parmigiano. Mescolare delicatamente,	Burro	3	3,5	4
versare in una teglia ed infornare.				
Volsare in una teglia eu informare.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 5.4 - Tabelle dietetiche secondi piatti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi

## N 201 - ARROSTO DI BOVINO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Condire la carne con rosmarino tritato.		g	g	g
Mettere a cuocere in un tegame, aggiungere				
l'olio e un trito di sedano, carota e cipolla.				
Far cuocere a fuoco moderato unendo, di				
tanto in tanto, brodo vegetale bollente	Noce bovino	30	40	50
(ricetta <b>N 401</b> ).	Sedano	2	2	2
A cottura ultimata affettare la carne, tagliarla	Carota	6	8	10
in piccolissimi pezzi e cospargerla con la	Cipolla	3	4	5
salsa di cottura.	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo	a h	a h	a b
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

#### N 202 - ARROSTO DI MAIALE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Condire la carne con un trito di alloro e rosmarino. Metterla in un tegame, aggiungere aglio intero e olio. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto,	_	g	g	g
brodo vegetale bollente (ricetta <b>N 401</b> ).	Arista maiale	30	40	50
Togliere l'aglio.	Alloro	q.b.	q.b.	q.b.
A cottura ultimata affettare la carne, tagliarla		q.b.	q.b.	q.b.
in piccolissimi pezzi e cospargerla con la	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
salsa di cottura.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 203 - ARROSTO DI TACCHINO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mettere a cuocere la carne in un tegame, aggiungere l'olio, un trito di sedano, carota e cipolla.  Far cuocere a fuoco moderato unendo, di	_	g	g	g
tanto in tanto, brodo vegetale bollente (ricetta <b>N 401</b> ).	Fesa tacchino	30	40	50
À cottura ultimata affettare la carne, tagliarla	Sedano	2	2	2
in piccolissimi pezzi e cospargerla con la	Carota	6	8	10
salsa di cottura.	Cipolla	3	4	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 204 - BOCCONCINI DI MAIALE AL TEGAME

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mettere in un tegame la carne tagliata in piccolissimi dadini e condirla con olio, aglio intero e rosmarino tritato. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto		g	g	g
brodo vegetale bollente (ricetta <b>N 401</b> ).	Arista maiale	30	40	50
Togliere l'aglio.	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Servire la carne con la salsa di cottura.	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 205 - BOCCONCINI DI POLLO AL TEGAME

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mettere in un tegame il petto di pollo tagliato in piccolissimi dadini e condirlo con olio, aglio intero e rosmarino tritato. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto		g	g	g
brodo vegetale bollente (ricetta <b>N 401</b> ).	Petto pollo	30	40	50
Togliere l'aglio.	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Servire la carne con la salsa di cottura.	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 206 - BOCCONCINI DI TACCHINO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mettere in un tegame il tacchino tagliato in		g	g	g
piccolissimi dadini e condirlo con olio, aglio				
intero e rosmarino tritato. Far cuocere a				
fuoco moderato unendo, di tanto in tanto				
brodo vegetale bollente (ricetta N 401).	Fesa	30	40	50
Togliere l'aglio.	tacchino	30	40	30
Servire la carne con la salsa di cottura.	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo	a b	a b	a b
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 207 - CROCCHETTE DI NASELLO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di nasello (correttamente		g	g	g
scongelati).				
Unire il pane raffermo precedentemente				
ammollato e le uova. Amalgamare fino ad				
ottenere un impasto solido, ma non duro.	Filetto	40	50	60
Formare le crocchette e passarle nel	nasello surg.	40	30	00
pangrattato.	Pane	4	5	6
Disporle in una teglia oliata ed infornare.	raffermo	4	5	U
	Uova	2,5	3	3
	Pangrattato	2,5	3	3,5
	per panatura	2,3	3	3,3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 208 - FESA DI TACCHINO AL LIMONE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tagliare il tacchino in piccolissimi pezzi, infarinarli, disporli in una teglia oliata ed		g	g	g
infornare.	Fesa tacchino	30	40	50
Diluire il succo di limone filtrato con altrettanta acqua e versarlo sulla carne.	Farina	2	2	2,5
Lasciar ridurre un pochino il liquido e sfornare.	Limone (succo) +acqua	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 209 - FILETTI DI PLATESSA GRATINATI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Porre i filetti di platessa (correttamente scongelati) in una teglia oliata. Spolverizzare		g	g	g
con il pangrattato ed infornare. A cottura ultimata aggiungere una spruzzata di succo di limone.	Filetto platessa surg.	40	50	60
	Pangrattato	2	2,5	3
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 210 - FILETTI DI PLATESSA PANATI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Passare i filetti di platessa (correttamente		g	g	g
scongelati) nelle uova sbattute e				
successivamente nel pangrattato.	Filetto	40	50	60
Disporre in una teglia oliata ed infornare.	platessa			
A cottura ultimata aggiungere una spruzzata	surg.			
di succo di limone.	Pangrattato			
	per	2	2,5	3
	impanatura			
	Uova	5,5	6,5	8
	Limone	q.b.	q.b.	q.b.
N.D. Haava aala jadata aan madavariana	(succo)			
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 211 - FORMAGGIO CACIOTTA DOLCE

Tagliare la caciotta dolce in piccolissimi	· ·	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
pezzi	Caciotta dolce	15	20	25

## N 212 - FORMAGGIO CRESCENZA

Realizzare seguendo indicate.	le porzioni accuratamente		•	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
indicate.			Crescenza	25	30	40

#### N 213 - FORMAGGIO PROVOLONE DOLCE

Tagliare il provolone dolce in piccolissimi pezzi	•	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Provolone dolce	15	20	25

## N 214 - FORMAGGIO ROBIOLA

Realizzare le porzioni di robiola seguendo accuratamente le grammature indicate.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Robiola	25	30	40



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 215 - FRITTATA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Sbattere le uova con il latte. Oliare una teglia ed infornare.		g	g	g
	Uova	50	50	50
	Latte	2	2	2
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4

## N 216 - FRITTATA CON PATATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Condirle con olio, metterle in una		g	g	g
teglia ed infornare.	Uova	50	50	50
Sbattere le uova con il latte e versare il	1 atato	70	70	70
composto sulle patate. Infornare	Latte	2	2	2
nuovamente.	Olio extrav.	4	4	4
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

# N 217 - FRITTATA CON SPINACI

N 217 - I KITTATA CON SPINACI				
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare gli spinaci, scolarli accuratamente in modo da eliminare tutto il liquido di cottura.	_	g	g	g
Tritare finemente gli spinaci e unirli alle uova, precedentemente sbattute con il latte.	00.0	50	50	50
	Spinaci surg.	70	70	70
Versare in una teglia oliata ed infornare.	Latte	2	2	2
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4

## N 218 - FRITTATA CON ZUCCHINE

N 210 - I KII I AI A CON 2000 IIINE				
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le zucchine e tagliarle in piccoli pezzi.		g	g	g
Condirle con olio, metterle in una teglia ed	Uova	50	50	50
infornare.	Zucchine	70	70	70
Sbattere le uova con il latte e versare il	Latte	2	2	2
composto sulle zucchine. Infornare nuovamente.	Olio extrav.	4	4	4
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 219 - MEDAGLIONI DI LIMANDA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di limanda (correttamente scongelati).		g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad	Filetto limanda surg.	40	50	60
ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia	Pane raffermo	4	5	6
oliata ed infornare.	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 220 - MEDAGLIONI DI MERLUZZO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di merluzzo (correttamente scongelati).		g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro.	surg.	40	50	60
Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed infornare.	Pane raffermo	4	5	6
N.B. Usana asla is data assumed anadana	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 221 - MEDAGLIONI DI MERLUZZO AL LIMONE

IT 221 INED/IGEIGIN DI MENEGEEG/IE EM						
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi		
Tritare i filetti di merluzzo (correttamente scongelati).		g	g	g		
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro.	Filetto merluzzo surg.	40	50	60		
Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed infornare.	Pane raffermo	4	5	6		
A cottura ultimata aggiungere una spruzzata di succo di limone.	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.		
N.D. Haans and to date and markets	Uova	2	2,5	3		
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4		

# N 222 - MEDAGLIONI DI NASELLO

Ricetta:	Ingredienti	13 - 18 masi	19 – 24 mesi	25 - 36 masi
Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati).	ingredienti	g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad	Filetto nasello surg.	40	50	60
ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia	Pane raffermo	4	5	6
oliata ed infornare.	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 223 - MEDAGLIONI DI NASELLO AL LIMONE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati).		g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad	Filetto nasello surg.	40	50	60
ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni, disporli in una teglia	Pane raffermo	4	5	6
oliata ed infornare. A cottura ultimata aggiungere una spruzzata	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
di succo di limone.	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

# N 224 - MEDAGLIONI DI SPIGOLA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di spigola (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo		g	g	g
precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto	1 110110	40	50	60
solido, ma non duro.  Formare i medaglioni, disporli in una teglia	Pane raffermo	4	5	6
oliata ed infornare.	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

# N 225 - MOZZARELLA

	Ingredienti	25 – 36 mesi
Tagliare la mozzarella in piccolissimi pezzi.		g
	Mozzarella	50

# N 226 - POLPETTE DI CARNE MISTA AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Far appassire nell'olio la cipolla finemente		g	g	g
tritata, aggiungere i pomodori passati e far				
cuocere.				
Macinare le carni. Unire le uova, il pane				
raffermo precedentemente ammollato ed	Spalla bovino	15	20	25
amalgamare.	Spalla maiale	15	20	25
Formare le polpette.	Cipolla	2	2,5	3
Disporre le polpette in una teglia oliata ed	Uova	1,5	2	2,5
infornare; a metà cottura irrorare con il brodo	Pane raffermo	3	4	5
vegetale (ricetta <b>N 401</b> ) e lasciar ridurre. Versare il sugo sulle polpette e infornare	Pomodori pelati	20	25	30
nuovamente per terminare la cottura. Prima di servire spolverizzare le polpette con	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
il parmigiano.	Parmigiano	1	1,5	2
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 227 - POLPETTONE DI AGNELLO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e asciugare bene l'agnello.		g	g	g
Macinare la carne, amalgamare con le uova				
ed il pane raffermo precedentemente		30	40	50
ammollato. Amalgamare e formare il		30	40	30
polpettone. Avvolgerlo con carta da forno	Uova	1,5	2	2,5
precedentemente oliata, disporlo in una teglia	Pane raffermo	3	4	5
e infornare.	Olio extrav.	2,5	3	4
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

#### N 228 - POLPETTONE DI BOVINO

N 220 TOELETTONE BIBOTING				
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente,		g	g	g
il pane raffermo precedentemente ammollato.	opana sormo	30	40	50
Amalgamare e formare il polpettone.	oova	1,5	2	2,5
Avvolgerlo con carta da forno	i Faile Iallellilo i	3	4	5
precedentemente oliata, disporlo in una teglia	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
e infornare.	Olio extrav.	2,5	3	4
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 229 - POLPETTONE GOLOSO DI BOVINO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente,		g	g	g
il pane raffermo precedentemente ammollato,	opana sormo	30	40	50
il prosciutto tritato. Amalgamare e formare il polpettone. Avvolgerlo con carta da forno precedentemente oliata, disporlo in una teglia	cotto	3	4	5
	Uova	1,5	2	2,5
e infornare.	Pane raffermo	3	4	5
N.D. Haava aala jadata aan madayariana	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 230 - RICOTTA

	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Realizzare le porzioni di ricotta seguendo accuratamente le grammature indicate.		g	g	g
	Ricotta	30	40	50



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 231 - SFORMATINO DI PLATESSA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di platessa (correttamente scongelati).		g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido. Disporre il	platessa surg.	40	50	60
composto in teglia stendendolo in maniera uniforme, infine infornare.	Pane raffermo	4	5	6
N.D. Haava asla isdata assumadavasiana	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

# N 232 - STRACCETTI DI POLLO CREMOLATI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tagliare il petto di pollo a striscioline molto sottili infarinarle e adagiarle in un tegame	_	g	g	g
con l'olio. Far cuocere con poco brodo		30	40	50
vegetale (ricetta <b>N 401</b> ); mescolare con cura	Farina	1,5	2	2,5
e far ridurre il liquido.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 233 - TIMBALLO DI NASELLO AL LIMONE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati).		g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad	Filetto nasello surg.	40	50	60
ottenere un impasto solido. Disporre il composto in teglia stendendolo in maniera uniforme, infine infornare. A cottura ultimata aggiungere una spruzzata	Pane raffermo	4	5	6
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
di succo di limone.	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 234 – TORTINO DI FAGIOLI E CAROTE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		g	g	g
(precedentemente messi in ammollo per una	Fasiali			
notte, risciacquati bene e scolati) con il rosmarino e lessare le carote con la cipolla. Passare il tutto, unire il pangrattato ed il	Fagioli cannellini secchi	20	20	25
prezzemolo tritato ed amalgamare. Versare il	Carote	30	45	50
composto in una teglia oliata, spolverare con	Cipolla	3	3	3
pangrattato ed infornare fino a quando non si	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
sarà formata una crosticina.	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Pangrattato per impasto	3	3,5	4,5
	Pangrattato per impanatura	1,5	2	2,5
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

# N 235 – TORTINO DI LIMANDA

N 235 - TORTINO DI LIMANDA				
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Tritare i filetti di limanda (correttamente scongelati).		g	g	g
Unire il pane raffermo precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad	Filetto limanda surg.	40	50	60
ottenere un impasto solido. Disporre il composto in teglia stendendolo in maniera	Pane raffermo	4	5	6
uniforme, infine infornare.	Uova	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4

## N 236 - TORTINO DI PATATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e lessare le patate; sbucciarle e passarle. Unire le uova, il latte, il prosciutto		g	g	g
cotto tritato e il parmigiano grattugiato.	Patate	70	90	100
Amalgamare il composto e stenderlo sulla teglia oliata e cosparsa di pangrattato.	Prosciutto cotto	10	15	20
Cospargere anche la superficie del tortino	Latte	5	8	10
con il pangrattato ed infornare.	Uova	2	4	5
	Parmigiano	5	8	10
N.P. Heare calciedate can mederations	Pangrattato	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2,5	3	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 237 - UOVA STRAPAZZATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Sbattere le uova con il latte. Versare il composto in una padella oliata mescolando in		g	g	g
continuazione. Quando le uova diventano	Uova	50	50	50
simili ad una crema, togliere dal fuoco.	Latte	3	3	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	4	4



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 5.5 - Tabelle dietetiche contorni 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi

## N 301- BIETA AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare la bieta, lavarla e lessarla in poca		g	g	g
acqua. In un tegame far appassire nell'olio la				
cipolla finemente tritata ed unire i pomodori		70	90	100
passati. Aggiungere la bieta e terminare la	Cipolla	2	2	2
cottura. Tagliarla finemente.	Pomodori pelati	15	20	30
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2	2,5	3

## N 302 - BIETA ALL'OLIO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare la bieta, lavarla e lessarla in poca		g	g	g
acqua.				
Scolare bene, tagliarla finemente e condire	Bieta	70	90	100
con olio.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 303 - BROCCOLI ROMANESCHI ALL'OLIO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare e lavare i broccoli.		g	g	g
Lessarli accuratamente in modo che				
assumano una consistenza morbida in tutte le	Broccolo	70	90	100
loro parti. Dopo averli scolati bene, tagliarli in	romanesco	70	90	100
piccoli pezzi e condirli con olio.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 304 - CAROTE ALL'OLIO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare e lavare le carote e lessarle.		g	g	g
Scolarle, tagliarle a pezzettini e condirle con				
olio.	Carote	70	90	100
	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 305 - CAROTE STUFATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare le carote, lavarle e tagliarle a		g	g	g
pezzettini. In un tegame far appassire nell'olio				
la cipolla finemente tritata. Unire le carote,	Carote	70	90	100
aggiungere poco brodo vegetale (ricetta N	Brodo	a h	a b	a b
<b>401</b> ) e far stufare.	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Durante la cottura, se necessario, aggiungere	Cipolla	2	2	2
altro brodo vegetale bollente.	Olio extrav.	2	2,5	3
A fine cottura il brodo deve essere del tutto			•	
consumato.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

# N 306 - CAVOLFIORI ALL'OLIO

Ricetta:  Mondare, lavare e lessare i cavolfiori. Tagliarli in piccoli pezzi e condire con olio.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Cavolfiori	70	90	100
	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 307 - CAVOLFIORI GRATINATI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare, lavare e lessare i cavolfiori.		g	g	g
Scolarli e disporli in una teglia oliata e				
spolverizzare con il pangrattato.	Cavolfiori	70	90	100
Gratinare al forno.	Pangrattato	1,5	2	2
	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione			•	

## N 308 - FAGIOLINI AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare i fagiolini al dente e scolarli. In un		g	g	g
tegame far appassire nell'olio la cipolla				
finemente tritata ed unire i pomodori passati.	Fagiolini surg.	70	90	100
Aggiungere i fagiolini e terminare la cottura.	Cipolla	2	2	2
Tagliare i fagiolini in piccoli pezzi.	Pomodori pelati	15	20	30
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2	2,5	3



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 309 - FAGIOLINI ALL'OLIO (estate)

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare, lavare e lessare i fagiolini.		g	g	g
Scolarli e tagliarli in piccoli pezzi. Condire con				
olio.	Fagiolini	70	90	100
	freschi	70	90	100
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2	2,5	3

## N 309 A - FAGIOLINI ALL'OLIO (inverno)

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare i fagiolini.		g	g	g
Scolarli e tagliarli in piccoli pezzi. Condire con		_		_
olio.	Fagiolini surg.	70	90	100
	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 310 - FINOCCHI AL TEGAME

<b>D</b> ' 44		10 10 :	10 01 :	0= 00 :
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare e lavare i finocchi. Tagliarli in piccoli		g	g	q
pezzi e disporli in un tegame con olio e aglio		3	· ·	)
intero. Aggiungere poco brodo vegetale	Finocchi	70	90	100
(ricetta <b>N 401</b> ), mescolare e far stufare.	Brodo	a b	ar la	a b
Togliere l'aglio.	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Durante la cottura, se necessario, aggiungere	Aglio intero	q.b.	q.b.	q.b.
altro brodo vegetale bollente.	Olio extrav.	2	2,5	3
A fine cottura il brodo deve essere del tutto			•	
consumato.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 311 - FINOCCHI GRATINATI

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare, lavare i finocchi e tagliarli in quattro. Lessarli e scolarli. Tagliarli a fette e		g	g	g
disporli in una teglia oliata.	Finocchi	70	90	100
Spolverizzare con il pangrattato.	Pangrattato	1,5	2	2
Gratinare al forno.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 312 - INSALATA CAPPUCCINA

Ricetta:	Ingredienti	25 – 36 mesi
Mondare e lavare l'insalata, tagliare		g
finemente e condirla con olio.		_
miorito o contanta con ono.	Cappuccina	50
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	3

## N 313 - INSALATA DI POMODORI

Ricetta:	Ingredienti	25 – 36 mesi
Lavare i pomodori e togliere i piccioli. Tagliarli		g
in piccoli pezzi e condirli con olio.	Pomodori	50
	Olio extrav.	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione		

## N 314 - PATATE AL FORNO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e sbucciare le patate e tagliarle a dadini.		g	g	g
Condirle con olio e rosmarino tritato e	Patate	70	90	100
metterle in una teglia.	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Infornare.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 315 - PATATE AL TEGAME

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e lessare per pochi minuti le patate.		g	g	g
Sbucciarle, tagliarle a dadini e disporle in un				_
tegame con l'olio, l'aglio intero ed il rosmarino	Patate	70	90	100
tritato.	Aglio intero	q.b.	q.b.	q.b.
Far cuocere fino a quando non saranno ben	Rosmarino.	q.b.	q.b.	q.b.
rosolate ed eliminare l'aglio.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 316 - PATATE ALL'OLIO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e lessare le patate; sbucciarle e		g	g	g
tagliarle a dadini.				
Condire con olio.	Patate	70	90	100
	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 317 - PUREA DI CAROTE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare, lavare e lessare le carote;		g	g	g
schiacciarle e raccogliere la purea in una				
casseruola.	Carote	70	90	100
Scaldare il latte senza farlo bollire.	Latte	20	25	30
Aggiungere alle carote il burro a pezzetti.	Parmigiano	2	2,5	3
Versare lentamente il latte caldo e lavorare bene il composto fino ad ottenere una purea soffice ed omogenea.  Togliere dal fuoco, aggiungere il parmigiano e mescolare bene.	Burro	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 318 - PUREA DI PATATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e lessare le patate; sbucciarle e		g	g	g
passarle.				
Raccogliere la purea in una casseruola.	Patate	70	90	100
Scaldare il latte senza farlo bollire.	Latte	20	25	30
Aggiungere alle patate il burro a pezzetti.	Parmigiano	2	2,5	3
Versare lentamente il latte caldo e lavorare bene il composto fino ad ottenere una purea	<b>D</b> 411.0	2	2,5	3
soffice ed omogenea.				
Togliere dal fuoco, aggiungere il parmigiano e				
mescolare bene.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 319 - SPINACI ALL'OLIO (estate)

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Mondare, lavare accuratamente gli spinaci e lessarli in pochissima acqua; strizzarli bene e tagliarli finemente. Condire con olio.		g	g	g
	Spinaci freschi	70	90	100
N.B. Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	2	2,5	3



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

319 A - SPINACI ALL'OLIO (inverno)

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare gli spinaci in poca acqua, scolarli e strizzarli bene.		g	g	g
Tagliare finemente gli spinaci e condirli con	Spinaci surg	70	90	100
olio.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

#### 320 - SPINACI ALL'OLIO E PARMIGIANO

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lessare gli spinaci in poca acqua, scolarli e strizzarli bene.		g	g	g
Tagliare finemente gli spinaci, condirli con	Spinaci surg.	70	90	100
olio, parmigiano e mescolarli bene.	Parmigiano	2	2,5	3
	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 321 - TORTINO DI ZUCCA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare la zucca eliminando la		g	g	g
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e				
cuocerla in un tegame con poca acqua. Dopo	Zucca	70	90	100
averla scolata molto bene per far perdere		3,5	4,5	5
tutta l'acqua, metterla in un recipiente,		7	9	10
aggiungere le uova, il pangrattato ed il	Uova	7	9	10
parmigiano. Amalgamare il tutto finché il composto non risulti omogeneo e adagiarlo in una teglia leggermente oliata. Infornare fino al formarsi della crosticina in superficie.		2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 322 - TORTINO DI ZUCCHINE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le zucchine, tagliarle a dadini e cuocerle in un tegame con poca		g	g	g
acqua. Dopo averle scolate molto bene per		70	90	100
far perdere tutta l'acqua, metterle in un		3,5	4,5	5
recipiente, aggiungere le uova, il pangrattato		7	9	10
ed il parmigiano. Amalgamare il tutto finché il	00.4	7	9	10
composto non risulti omogeneo e adagiarlo in una teglia leggermente oliata. Infornare fino al formarsi della crosticina in superficie.		2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## N 323 – ZUCCA AL TEGAME

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare la zucca eliminando la		g	g	g
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e				
cuocerla in un tegame con olio e aglio intero.	Zucca	70	90	100
Aggiungere poco brodo vegetale (ricetta N	Brodo	a b	ah	a b
<b>401</b> ), mescolare e far stufare.	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Togliere l'aglio. Durante la cottura, se	, .g	q.b.	q.b.	q.b.
necessario, aggiungere altro brodo vegetale	Olio extrav.	2	2,5	3
bollente.				
A fine cottura il brodo deve essere del tutto				
consumato.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

# N 324 - ZUCCA GRATINATA

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e		g	g	g
cuocerla in un tegame con poca acqua.	Zucca	70	90	100
Adagiare il composto in una teglia oliata.	Pangrattato	1,5	2	2
Spolverare con pangrattato e gratinare in forno.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

## N 325 - ZUCCHINE GRATINATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le zucchine e tagliarle a pezzettini.		g	g	g
Disporle in una teglia oliata, condirle con		70	90	100
pangrattato, prezzemolo fresco lavato e tritato	Pangrattato	1,5	2	2
finemente.	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Infornare.	Olio extrav.	2	2,5	3
N.B. Usare sale iodato con moderazione				

# N 326 - ZUCCHINE TRIFOLATE

Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi
Lavare e mondare le zucchine, tagliarle a		g	g	g
pezzettini.				
Metterle in un tegame con olio e aglio intero e	Zucchine	70	90	100
far cuocere.	Aglio intero	q.b.	q.b.	q.b.
A cottura ultimata eliminare l'aglio e	1 10220111010	q.b.	q.b.	q.b.
aggiungere il prezzemolo fresco lavato e	Olio extrav.	2	2,5	3
tritato finemente.				
N.B. Usare sale iodato con moderazione				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 5.6 - Tabelle dietetiche altri alimenti 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25 - 36 mesi

N 401 - BASE PER BRODO VEGETALE da utilizzare per le preparazioni

14 401 - BASE I ER BRODO VEGETALE da dillizzare per le preparazioni						
Ricetta:	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi		
Mondare e lavare le verdure accuratamente.		g	g	g		
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in						
acqua fredda. Portare a ebollizione e	O: II	2	2	2		
cuocere. Filtrare il brodo ottenuto e utilizzarlo	Carote	2	2	2		
nelle preparazioni laddove previsto.	Sedano	2	2	2		

## N 402 - PANE

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Pane	15	20	20



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 6. SPUNTINI



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 6.1 Tabelle dietetiche

## ORE 9:00-9:30

## N 403 - FRUTTA FRESCA

Mela e pera: lavare, sbucciare e grattugiare o	Ingredienti	7 - 8 mesi g
omogeneizzare.	Frutta fresca grattugiata/omogeneizzata	60
Banana: sbucciare e schiacciare.	o omogeneizzato di frutta	00

## N 403 - FRUTTA FRESCA

		Ingredienti	9 – 12 mesi
<b>Mela e pera:</b> lavare, sbucciare e grattugiare	0	-	g
omogeneizzare.		Frutta fresca grattugiata/omogeneizzata	60
Banana: sbucciare e schiacciare.		o omogeneizzato di frutta	

## N 403 - FRUTTA FRESCA

Frutta fresca: Lavare la frutta, sbucciarla e tagliarla a pezzi.	Ingredienti	13 - 18 mesi g	19- 24 mesi 25- 36 mesi g
Banana: sbucciare e tagliare a pezzi.	Frutta fresca	80	100



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 7. MERENDE



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 7.1 Tabelle dietetiche merende 13 – 18 mesi, 19 – 24 mesi e 25 – 36 mesi

## N 501 - FOCACCIA BIANCA SOFFICE

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
ocaccia bianca soffice	20	25	30

## N 502 - FOCACCIA ROSSA SOFFICE

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Focaccia rossa soffice	30	35	40

## N 503 - FRULLATO DI BANANA CON LATTE

Ricetta: Sbucciare la banana. Tagliarla in piccoli pezzi e frullarla con il latte.	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Latte	80	80	100
	Banana	60	60	80

## N 504 - GELATO FIOR DI LATTE

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Gelato fior di latte	30	40	50

## N 505 - LATTE E BISCOTTI

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Latte	100	120	150
Biscotti	10	15	20



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

N 506 - PANE (A FETTE) E OLIO

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Pane	20	20	30
Olio extrav	3	3	5

N 507 - PANE (A FETTE) E POMODORO

, ,	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
	Pane	20	20	30
	Pomodoro	10	10	15
	Olio extrav	3	3	5

#### N 508 - POLPA DI FRUTTA E FETTE BISCOTTATE

	Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Po	Polpa di frutta	100	100	100
Fe	ette biscottate	10	15	20

#### N 509 - SPREMUTA DI ARANCIA E CIAMBELLONE

	Ingredienti	13 – 18 mesi	19 – 24 mesi	25 – 36 mesi	
	_	g	g	g	
	Spremuta di arancia	100	100	100	
	Ciambellone	20	25	35	
CIAMBELLONE		•			
Ricetta per 25 porzioni:	Uova	n. 3			
Sbattere le uova con lo zucchero, aggiungere la farina, il latte, il limone	Zucchero	300			
grattugiato e l'olio. Nel caso il composto	Farina	400			
risultasse troppo morbido diminuire il	Latte fresco	150			
quantitativo dell'olio.  Amalgamare bene e aggiungere il lievito	Olio girasole	150			
per ultimo.  Versare il composto in uno stampo	Limone grattugiato	1			
precedentemente unto ed infarinato. Infornare a forno caldo e portare a cottura.	Lievito	1 bustina (16g)			



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# N 510 - SPREMUTA DI ARANCIA E FETTE BISCOTTATE CON CONFETTURA DI FRUTTA

Ingredienti	13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Spremuta di arancia	100	100	100
ette biscottate	10	10	20
nfettura di tta	10	10	15

# N 511 - YOGURT NATURALE O ALLA FRUTTA E CEREALI

Ingredie	nti 13 – 18 mesi g	19 – 24 mesi g	25 – 36 mesi g
Yogurt naturalla frutta (vasetto da	n. 1	n. 1	n. 1
Cereali	5	10	15



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 8. CESTINO FREDDO



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 8.1 Composizione e tabelle dietetiche cestino freddo 19 – 24 mesi e 25 – 36 mesi

#### N 601 - CESTINO FREDDO 19 - 24 mesi

- 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 25 g con 15 g di formaggio caciotta dolce
- 1 polpa di frutta da 100 g
- 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g
- 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino di metà mattina da inserire:

1 polpa di frutta da 100 g

Ingredienti	19 - 24 mesi					
	g					
Panino all'olio da 25 g	n. 2					
Prosciutto cotto	15					
Caciotta dolce	15					
Frollini miele	16,5					
Polpa di frutta	100					
Acqua naturale da 500 ml	n. 1					
Spuntino da inserire						
Polpa di frutta	100					

NB: I cestini per gite devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata.



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### N 602 - CESTINO FREDDO 25 - 36 mesi

- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce
- 1 polpa di frutta da 100 g
- 1 confezione di frollini al miele equo e solidale in monoporzione da 16,5 g
- 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

# Spuntino di metà mattina da inserire:

1 banana bio equo e solidale da 150 g

Ingredienti	25 - 36 mesi					
	g					
Panino all'olio da 25 g	n. 2					
Prosciutto cotto	20					
Caciotta dolce	20					
Frollini miele	16,5					
Polpa di frutta	100					
Acqua naturale da 500 ml	n. 1					
Spuntino da inserire						
Banana bio	150					

NB: I cestini per gite devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 9. DIETA LEGGERA



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 9.1 Composizione della dieta leggera

La dieta leggera, che ha la durata massima di tre giorni consecutivi, non necessita di certificato medico. Nei casi di lieve indisposizione del bambino, su richiesta scritta del genitore, è possibile la somministrazione del seguente schema alimentare:

7 - 8 mesi e 9 - 12 mesi

Spuntino ore 9:00 - 9:30

Frutta fresca: Mela grattugiata

#### **Pranzo**

Crema di carote con semolino; Liofilizzato/omogeneizzato di carne

Condire la preparazione con olio a crudo

#### Merenda

Mela grattugiata o omogeneizzata oppure omogeneizzato di mela

13 - 18 mesi, 19 -24 mesi e 25 - 36 mesi

Spuntino ore 9:00 - 9:30

Frutta fresca: Mela

#### Pranzo

Pasta o riso all'olio; Carne bianca al vapore; Patate o carote al vapore o lessate; Pane

Condire le preparazioni con olio a crudo

#### Merenda

Polpa di mela

### Per le quantità attenersi alle grammature indicate nel ricettario in base alle rispettive fasce di età

N.B. Nel caso in cui la dieta leggera fosse reiterata per un numero di giorni superiore a tre o con una frequenza tale da configurarsi come anomala, la relativa richiesta dovrà essere suffragata da certificazione medica e, in questa circostanza, la dieta stessa sarà trattata come dieta speciale per motivi di salute.



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 10. MENU DI RIAPERTURA



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 10.1 Composizione del menu di riapertura

Menu dopo un periodo di chiusura del servizio per quattro o più giorni

3 - 4 mesi

Secondo prescrizione del Pediatra

5 - 6 mesi

Secondo prescrizione del Pediatra

7 - 8 mesi

Spuntino ore 9:00 - 9:30

Frutta fresca

Menu n. 19

Crema di carote con semolino Liofilizzato/omogeneizzato di carne

Merenda:

Latte di proseguimento (tipologia e grammatura secondo prescrizione pediatrica)

N.B. Nel caso il bambino non avesse inserito tali alimenti seguire le indicazioni del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 9 - 12 mesi

### Spuntino ore 9:00 - 9:30

Frutta fresca

Menu n. 47

Pastina all'olio e parmigiano Omogeneizzato di carne Purea di carote Pane

### Merenda

Yogurt

N.B. Nel caso il bambino non avesse inserito tali alimenti seguire le indicazioni del Pediatra

# 13 - 18 mesi, 19 - 24 mesi e 25-36 mesi

#### Spuntino ore 9:00 - 9:30

Frutta fresca

## **Pranzo**

Pasta all'olio e parmigiano ricetta **N 118**Formaggio Caciotta dolce ricetta **N 211**oppure
Uova strapazzate ricetta **N 237**Carote stufate ricetta **N 305**Pane **N 402** 

# Merenda

Yogurt e cereali

N.B. Qualora nella medesima settimana sia già prevista la somministrazione del formaggio, lo stesso dovrà essere sostituito dalle uova e viceversa.



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 11. MENU DI EMERGENZA



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 11.1 Composizione del menu di emergenza

### 3 - 4 mesi e 5 - 6 mesi

### Secondo prescrizione del Pediatra

#### 7 - 8 mesi

# Spuntino ore 9:00 - 9:30

Omogeneizzato di frutta (mela o pera o banana)

### **Pranzo**

Pastina all'olio Liofilizzato/Omogeneizzato di carne Contorno disponibile al momento

#### Merenda

Latte di proseguimento (tipologia e quantità secondo prescrizione pediatrica)

N.B. Nel caso in cui il bambino non avesse inserito tali alimenti seguire le indicazioni del Pediatra



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 9 - 12 mesi

### Spuntino ore 9:00 - 9:30

Omogeneizzato di frutta

#### **Pranzo**

Pastina all'olio e parmigiano Omogeneizzato di carne Contorno disponibile al momento Pane

#### Merenda

Yogurt o polpa di frutta

N.B. Nel caso in cui il bambino non avesse inserito tali alimenti seguire le indicazioni del Pediatra

#### 13-18 mesi, 19-24 mesi e 25-36 mesi

# Spuntino ore 9:00 - 9:30

Polpa di frutta

### **Pranzo**

Pasta all'olio e parmigiano Formaggio Caciotta dolce

0

Uova strapazzate

Contorno disponibile al momento

Pane

#### Merenda

Yogurt e cereali /polpa di frutta con fette biscottate



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 11.2 Tabelle dietetiche del menu di emergenza

Indicazioni generali	Alimenti	7-8 mesi	9-12 mesi	13-18 mesi	19-24 mesi	25-36 mesi
	<u> </u>	g	g	g	g	g
	Pastina	30	30	-	-	-
Il parmigiano deve essere	Pasta	-	-	40	45	50
aggiunto soltanto dai <b>9</b>	Parmigiano	-	3	5	5,5	6
mesi.	Liofilizzato di carne	5	-	-	-	-
	0					
	omogeneizzato di carne	40	40	-	-	-
	Caciotta dolce	-	-	15	20	25
	0					
	Uova strapazzate	-	-	50	50	50
	Contorno disponibile al momento	50	60	70	90	100
N.B. Fino ai 12 mesi non utilizzare il sale	Olio extrav	7	7	7	8	9



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# RISTORAZIONE NELLE SCUOLE DELL'INFANZIA COMUNALI E STATALI, COMPRESE LE SEZIONI PONTE, LE SCUOLE PRIMARIE E SECONDARIE DI I GRADO DI ROMA CAPITALE



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

12. MENU ESTIVO ED INVERNALE - SPUNTINO - CESTINO FREDDO

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

		12.1 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SEZIONE PONTE/ADULTI								l IV
	Spuntino	Panino all'olio con marmellata	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta	Cracker	Panino all'olio con marmellata	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta
	оринино	di frutta  137 - Riso alla parmigiana	119 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro e basilico	117 - Pasta (conchigliette) al pesto delicato	127 - Pasta (stortini)	126 - Pasta all'olio e	di frutta  133 - Pasta (mezze penne rigate) rosa	123 - Pasta (mezzi fusilli) al trito vegetale	108 - Crema di piselli con pasta (stelline)	145 - Risotto con zucchine
L U	P r	206 - Bocconcini di tacchino al limone	220 - Frittata	204 - Bocconcini di maiale panati	249 - Tortino di patate	211 - Fesa di tacchino al tegame	250 - Uova strapazzate	240 - Scaloppina di bovino	<b>214</b> - Asiago	233 - Petto di pollo panato
N E	a n	328 - Spinaci all'olio	334 - Zucchine trifolate	311 - Fagiolini all'olio		333 - Zucchine gratinate	304 - Carote al tegame	311 - Fagiolini all'olio	327 - Spinaci al burro e parmigiano	316 - Insalata di pomodori
D I	z 0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta
	Merenda	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt
	Spuntino	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta	Cracker
м		119 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro e basilico	126 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	110 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	115 - Pasta (mezzi fusilli) al burro e parmigiano	102 - Crema di ceci con pasta (puntine)	140 - Risotto allo zafferano	110 - Crema di verdure con pasta (corallini)	112 - Farro all'ortolana	121 - Pasta (lumachine) al sugo di spigola
A R	P r a	245 - Timballo di nasello al limone	247 - Tortino di fagioli e carote	217 - Montasio	248 - Tortino di limanda	250 - Uova strapazzate	234 - Polpette di carne mista al pomodoro	228 - Medaglioni di merluzzo al limone	203 - Arrosto di tacchino	220 - Frittata
Ē	n z	304 - Carote al tegame		321 - Patate al tegame	319 - Insalata verde	307 - Carote stufate	302 - Bieta all'olio	334 - Zucchine trifolate	320 - Patate al forno	328 - Spinaci all'olio
D I	o	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>405</b> - Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta
	Spuntino	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta
M E	P	102 - Crema di ceci con pasta (stelline)	114 - Minestrone gratinato al forno (ditalini rigati)	142 - Risotto con crema di piselli	123 - Pasta (lumachine) al trito vegetale	117 - Pasta (pipe piccole rigate) al pesto delicato	109 - Crema di verdure e legumi con pasta (semi di melone)	137 - Riso alla parmigiana	130 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	113 - Lasagna
R C	r a	250 - Uova strapazzate	231 - Mozzarella di bufala	232 - Petto di pollo al limone	223 - Frittata con zucchine	229 - Medaglioni di nasello al limone	219 - Robiola	224 - Fuso di pollo arrosto	248 - Tortino di limanda	
O L	n z	330 - Tortino di zucchine	316 - Insalata di pomodori	324 - Purea di carote		302 - Bieta all'olio	316 - Insalata di pomodori	321 - Patate al tegame	311 - Fagiolini all'olio	307 - Carote stufate
E D	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
'		<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato
	Merenda	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana
	Spuntino	Polpa di frutta	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere
G	P	127 - Pasta (stortini) all'ortolana	130 - Pasta (mezze penne rigate) con zucchine	131 - Pasta (ditalini rigati) e patate	117 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto delicato	139 - Risotto al ragù di carne	127 - Pasta (conchigliette) all'ortolana	103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	119 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro e basilico	115 - Pasta (pipe piccole rigate) al burro e parmigiano
0 V	r a	215 - Caciotta dolce	213 - Filetti di platessa panati	250 - Uova strapazzate	224 - Fuso di pollo arrosto	231 - Mozzarella di bufala	205 -Bocconcini di tacchino	222 - Frittata con porri	236 - Polpettone di bovino	227 - Medaglioni di merluzzo
E D	n z	319 - Insalata verde	307 - Carote stufate	302 - Bieta all'olio	304 - Carote al tegame	320 - Patate al forno	311 - Fagiolini all'olio		334 - Zucchine trifolate	322 - Patate all'olio
Ī	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>405 -</b> Gelato	404 - Frutta  Crostatina con marmellata di	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta  Mini grissini e succo di frutta	<b>404</b> - Frutta	405 - Gelato  Crostatina con marmellata di	404 - Frutta	404 - Frutta
	Merenda	Muffin allo yogurt	frutta  Panino all'olio con marmellata	Banana	Focaccia bianca soffice	senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	frutta  Panino all'olio con marmellata	Banana	Focaccia bianca soffice
	Spuntino	Cracker  120 - Pasta (mezzi fusilli) al	di frutta	Yogurt da bere  126 - Pasta (pipe piccole rigate)	Plumcake allo yogurt  106 - Crema di lenticchie con	Polpa di frutta  127 - Pasta (stortini)	Cracker  130 - Pasta (mezze farfalle)	di frutta	Yogurt da bere  114 - Minestrone gratinato al	Plumcake allo yogurt  103 - Crema di fagioli con
v	ь	ragù di carne	140 - Risotto allo zafferano	all'olio e parmigiano	farro	all'ortolana	con zucchine	134 - Pizza margherita	forno (ditalini rigati)	pasta (conchigliette)
E N	r a	249 - Tortino di patate	225 - Hamburger di bovino	230 - Medaglioni di spigola	216 - Crescenza	202 - Arrosto di maiale 327 - Spinaci al burro e	212 - Filetti di platessa gratinati	219 - Robiola	250 - Uova strapazzate	238 - Ricotta
E R	n z		302 - Bieta all'olio	334 - Zucchine trifolate	310 - Fagiolini al pomodoro	parmigiano	322 - Patate all'olio	302 - Bieta all'olio	319 - Insalata verde	333 - Zucchine gratinate
D I	o	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		404 - Frutta  Crostatina con marmellata di	404 - Frutta	<b>405 -</b> Gelato	404 - Frutta  Mini grissini e succo di frutta	<b>404 -</b> Frutta	405 - Gelato  Crostatina con marmellata di	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta  Mini grissini e succo di frutta
	Merenda	frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	senza zuccheri agg.
		Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi cotti e crudi devono essere sminuzzati								



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'inflanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.1 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SEZIONE PONTE/ADULTI

		1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto		1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosiutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto			
		1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce		1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce			
		1 banana bio equo e solidale da 150/200 g		1 banana bio equo e solidale da 150/200 g			
501		1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g		1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g			
Composizione cestino freddo		1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml	Additi	Frullato di frutta (confezione da 120 g)			
		Spuntino da inserire:		1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml			
		1 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g		Spuntino da inserire:			
				2 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno			
NB: Per tutte le tipologie di utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta monouso umidificata							

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.2 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SCUOLA DELL'INFANZIA/ADULTI

	ı		T	l III	IV	I v	VI	VII	VIII	IX
		ı	II	III	•	V		VII	VIII	
	Spuntino	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao
		137 - Riso alla parmigiana	119 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro e basilico	116 - Pasta (conchigliette) al pesto	127 - Pasta (stortini) all'ortolana	136 - Ravioli ricotta e spinaci burro e salvia	133 - Pasta (mezze penne rigate) rosa	123 - Pasta (mezzi fusilli) al trito vegetale	108 - Crema di piselli con pasta (stelline)	145 - Risotto con zucchine
U	P r a	206 - Bocconcini di tacchino al limone	220 - Frittata	204 - Bocconcini di maiale panati	249 - Tortino di patate	211 - Fesa di tacchino al tegame	250 - Uova strapazzate	240 - Scaloppina di bovino	<b>214 -</b> Asiago	233 - Petto di pollo panato
E	n z	328 - Spinaci all'olio	334 - Zucchine trifolate	311 - Fagiolini all'olio		333 - Zucchine gratinate	304 - Carote al tegame	311 - Fagiolini all'olio	<b>327 -</b> Spinaci al burro e parmigiano	316 - Insalata di pomodori
Ī		<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt
	Spuntino	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker
м		119 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro e basilico	126 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	110 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	115 - Pasta (mezzi fusilli) al burro e parmigiano	102 - Crema di ceci con pasta (puntine)	140 - Risotto allo zafferano	110 - Crema di verdure con pasta (corallini)	112 - Farro all'ortolana	121 - Pasta (lumachine) al sugo di spigola
A R	P r a	245 - Timballo di nasello al limone	247 - Tortino di fagioli e carote	217 - Montasio	248 - Tortino di limanda	250 - Uova strapazzate	234 - Polpette di carne mista al pomodoro	228 - Medaglioni di merluzzo al limone	203 - Arrosto di tacchino	220 - Frittata
T E	n z	306 - Carote glassate		321 - Patate al tegame	319 - Insalata verde	307 - Carote stufate	302 - Bieta all'olio	334 - Zucchine trifolate	320 - Patate al forno	328 - Spinaci all'olio
I	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
		404 - Frutta	<b>405</b> - Gelato	404 - Frutta	404 - Frutta	404 - Frutta	404 - Frutta	404 - Frutta	405 - Gelato	404 - Frutta
	Merenda	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta
	Spuntino	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta
M E	p	102 - Crema di ceci con pasta (stelline)	101 - Agnolotti al pomodoro	<b>142 -</b> Risotto con crema di piselli	123 - Pasta (lumachine) al trito vegetale	116 - Pasta (pipe piccole rigate) al pesto	109 - Crema di verdure e legumi con pasta (semi di melone)	137 - Riso alla parmigiana	130 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	113 - Lasagna
R C		250 - Uova strapazzate	231 - Mozzarella di bufala	232 - Petto di pollo al limone	223 - Frittata con zucchine	229 - Medaglioni di nasello al limone	219 - Robiola	224 - Fuso di pollo arrosto	248 - Tortino di limanda	
O L	n z	330 - Tortino di zucchine	316 - Insalata di pomodori	324 - Purea di carote		302 - Bieta all'olio	316 - Insalata di pomodori	321 - Patate al tegame	311 - Fagiolini all'olio	307 - Carote stufate
E D	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	403 - Pane integrale	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
'		404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato
	Merenda	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana
	Spuntino	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere
G	_	127 - Pasta (stortini) all'ortolana	132 - Pasta integrale (mezze penne rigate) con pesto di zucchine	131 - Pasta (ditalini rigati) e patate	116 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto	139 - Risotto al ragù di carne	127 - Pasta (conchigliette) all'ortolana	103 - Crema di fagioli con pasta (puntine)	119 - Pasta (mezzi fusilli) al pomodoro e basilico	115 - Pasta (pipe piccole rigate) al burro e parmigiano
I 0		215 - Caciotta dolce	213 - Filetti di platessa panati	250 - Uova strapazzate	224 - Fuso di pollo arrosto	231 - Mozzarella di bufala	205 -Bocconcini di tacchino	222 - Frittata con porri	236 - Polpettone di bovino	227 - Medaglioni di merluzzo
V E	a n z	319 - Insalata verde	307 - Carote stufate	302 - Bieta all'olio	304 - Carote al tegame	320 - Patate al forno	311 - Fagiolini all'olio		334 - Zucchine trifolate	322 - Patate all'olio
D I	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	403 - Pane integrale	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
		<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta
	Merenda	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice
	Spuntino	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Polpa di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt
v		120 - Pasta (mezzi fusilli) al ragù di carne	140 - Risotto allo zafferano	126 - Pasta (pipe piccole rigate) all'olio e parmigiano	106 - Crema di lenticchie con farro	127 - Pasta (stortini) all'ortolana	130 - Pasta (mezze farfalle) con zucchine	134 - Pizza margherita	114 - Minestrone gratinato al forno (ditalini rigati)	103 - Crema di fagioli con pasta (conchigliette)
E N	r	249 - Tortino di patate	225 - Hamburger di bovino	230 - Medaglioni di spigola	216 - Crescenza	202 - Arrosto di maiale	212 - Filetti di platessa gratinati	219 - Robiola	250 - Uova strapazzate	238 - Ricotta
E R	a n		302 - Bieta all'olio	334 - Zucchine trifolate	310 - Fagiolini al pomodoro	327 - Spinaci al burro e parmigiano	322 - Patate all'olio	302 - Bieta all'olio	319 - Insalata verde	333 - Zucchine gratinate
D I	z 0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane
		404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405</b> - Gelato	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta
	Merenda	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.
		Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi cotti e crudi devono essere sminuzzati								

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.2 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SEZIONE INFANZIA/ADULTI

		2 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto		1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosiutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
502 Composizione cestino freddo		1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g 1 confezione di frollini al mileicacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml Spuntino da inserire: 1 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g	Adulti	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g 1 confezione di roe li rollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g Frullato di frutta (confezione da 120 g) 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml Spuntino da inserire: 2 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno
	NB: Per tutte le tipologie di ut monouso umidificata	enza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 to	ovaglioli di carta riciclabile, n. 1	bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'inflanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.3 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO/ADULTI

	12.3 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO/ADULTI									
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX
	Spuntino	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao
		137 - Riso alla parmigiana	122 - Pasta (spaghetti) altonno	116 - Pasta (conchiglie rigate) al pesto	127 - Pasta (sedanini) all'ortolana	136 - Ravioli ricotta e spinaci burro e salvia	133 - Pasta (pennette rigate) rosa	123 - Pasta (fusilli) al trito vegetale	108 - Crema di piselli con pasta (pipe rigate)	145 - Risotto con zucchine
L	P r	206 - Bocconcini di tacchino al limone	220 - Frittata	208 - Cotoletta di maiale panata	249 - Tortino di patate	211 - Fesa di tacchino al tegame	250 - Uova strapazzate	240 - Scaloppina di bovino	<b>214</b> - Asiago	233 - Petto di pollo panato
N E	n	314 - Fiori di zucca alla romana	334 - Zucchine trifolate	311 - Fagiolini all'olio		333 - Zucchine gratinate	304 - Carote al tegame	311 - Fagiolini all'olio	327 - Spinaci al burro e parmigiano	316 - Insalata di pomodori
D I	z 0	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt
	Spuntino	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker
м		119 - Pasta (farfalle) al pomodoro e basilico	126 - Pasta (pipe rigate) all'olio e parmigiano/Cous cous pollo e verdure (*)	110 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	115 - Pasta (fusilli) al burro e parmigiano	102 - Crema di ceci con pasta (conchigliette)	140 - Risotto allo zafferano	110 - Crema di verdure con pasta (corallini)	112 - Farro all'ortolana	<b>121 -</b> Pasta (sedanini) al sugo di spigola
A R	P r a	245 - Timballo di nasello al limone	247 - Tortino di fagioli e carote	217 - Montasio	248 - Tortino di limanda	250 - Uova strapazzate	239 - Saltinbocca alla romana	228 - Medaglioni di merluzzo al limone	203 - Arrosto di tacchino	220 - Frittata
E	n z	306 - Carote glassate		321 - Patate al tegame	319 - Insalata verde	307 - Carote stufate	302 - Bieta all'olio	334 - Zucchine trifolate	320 - Patate al forno	328 - Spinaci all'olio
I	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		404 - Frutta	<b>405</b> - Gelato	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta	<b>405</b> - Gelato	<b>404</b> - Frutta
	Merenda	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta
	Spuntino	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta
M		102 - Crema di ceci con pasta (Ditalini rigati)	101 - Agnolotti al pomodoro	142 - Risotto con crema di piselli	123 - Pasta (rigatoni) al trito vegetale	116 - Pasta (pipe rigate) al pesto	109 - Crema di verdure e legumi con pasta (semi di melone)	137 - Riso alla parmigiana	130 - Pasta (farfalle) con zucchine	113 - Lasagna
R	P r a	250 - Uova strapazzate	231 - Mozzarella di bufala	232 - Petto di pollo al limone	220 - Frittata	246 - Tonno all'olio di oliva	219 - Robiola	207 - Coscio di pollo arrosto/Pulpe de pui cu busuioc (*)	248 - Tortino di limanda	
O L E	z	330 - Tortino di zucchine	316 - Insalata di pomodori	324 - Purea di carote	323 - Piselli al tegame	302 - Bieta all'olio	316 - Insalata di pomodori	321 - Patate al tegame	311 - Fagiolini all'olio	307 - Carote stufate
D	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato
	Merenda	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana
	Spuntino	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere
G	P	127 - Pasta (sedanini) all'ortolana	132 - Pasta integrale (pennette rigate) con pesto di zucchine	131 - Pasta (ditalini rigati) e patate	116 - Pasta (gnocchetti sardi) al pesto	139 - Risotto al ragù di carne	127 - Pasta (conchiglie rigate) all'ortolana	103 - Crema di fagioli con pasta (semi di melone)	119 - Pasta (fusilli) al pomodoro e basilico	115 - Pasta (pipe rigate) al burro e parmigiano
0	r	215 - Caciotta dolce	213 - Filetti di platessa panati	250 - Uova strapazzate	207 - Coscio di pollo arrosto	231 - Mozzarella di bufala	205 -Bocconcini di tacchino	222 - Frittata con porri	236 - Polpettone di bovino	227 - Medaglioni di merluzzo
V E	n z	317 - Insalata mista	307 - Carote stufate	302 - Bieta all'olio	304 - Carote al tegame	320 - Patate al forno	311 - Fagiolini all'olio		334 - Zucchine trifolate	322 - Patate all'olio
D I	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>405 -</b> Gelato	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>405 -</b> Gelato	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice
	Spuntino	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt	Frullato di frutta e biscotti frollini al cacao	Cracker	Panino all'olio con marmellata di frutta	Yogurt da bere	Plumcake allo yogurt
v		120 - Pasta (tagliatelle) al ragù di carne	140 - Risotto allo zafferano	<b>126 -</b> Pasta (Pipe rigate) all'olio e parmigiano	106 - Crema di lenticchie con farro	127 - Pasta (sedanini) all'ortolana	130 - Pasta (farfalle) con zucchine	134 - Pizza margherita	114 - Minestrone gratinato al forno (ditalini rigati)	103 - Crema di fagioli con pasta (conchigliette)
E	P r	249 - Tortino di patate	225 - Hamburger di bovino	230 - Medaglioni di spigola	216 - Crescenza	202 - Arrosto di maiale/Maiale in agrodolce(*)	212 - Filetti di platessa gratinati	219 - Robiola	250 - Uova strapazzate	238 - Ricotta
E R	a n		302 - Bieta all'olio	334 - Zucchine trifolate	310 - Fagiolini al pomodoro	327 - Spinaci al burro e parmigiano	322 - Patate all'olio	302 - Bieta all'olio	317 - Insalata mista	333 - Zucchine gratinate
D	z 0	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>405</b> - Gelato	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>405</b> - Gelato	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.	Muffin allo yogurt	Crostatina con marmellata di frutta	Banana	Focaccia bianca soffice	Mini grissini e succo di frutta senza zuccheri agg.
(*) Somministrare le preparazioni a settimane alterne: nel 1° ciclo di menu servire la ricetta tradizionale corrispondente al codice indicato; nel secondo ciclo di menu la ricetta multiculturale prevista e così a seguire						e				

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'inflanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.3 MENU ESTIVO (1/04 - 31/10) SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI I GRADO/ADULTI

Scuola primaria (classi I e II)	503 Composizione cestino freddo	Bambini	2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno     1 panino all'olio da 25 g con 30 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Fruilato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 1 pacchetto di crackers bio non salati in superficie da 25 g	Adulti	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Frullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno
		NB: Per tutte le tipologie di monouso umidificata	utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n.	2 tovaglioli di carta riciclabi	le, n.1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n.1 salvietta
Scuola primaria (classi III, IV e V)	504 Composizione cestino freddo	Bambini	2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno     2 panini all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce cadauno     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frolliri al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Frullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno	Adulti	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Fruilato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno
		NB: Per tutte le tipologie di monouso umidificata	utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n.	2 tovaglioli di carta riciclabi	le, n. 1 bicchiedere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta
Secondaria di I grado	505 Composizione cestino freddo	Bambini	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Frullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno	Adulti	• 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto • 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce • 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g • 1 confezione di frollini al mielelocacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g • Fruilato di fruta (confezione da 120 g) • 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno
		NB: Per tutte le tipologie di monouso umidificata	utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n.	2 tovaglioli di carta riciclabi	le, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.4 MENU INVERNALE (01/11-31/03) SEZIONE PONTE/ADULTI

		Г	I	II	III	IV	٧	VI	VII	VIII	IX
	Spun	ntino	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere
			118 - Pasta (lumachine) al pomodoro	113 - Lasagna	143 - Risotto con indivia	115 - Pasta (lumachine) al burro e parmigiano	108 - Crema di piselli con pasta (ditalini rigati)	135 - Polenta al ragù di carne	118 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro	134 - Pizza margherita	137 - Riso alla parmigiana
L	Р	P	250 - Uova strapazzate		244 - Straccetti di pollo cremolati	205 - Bocconcini di tacchino	215 - Caciotta dolce		202 - Arrosto di maiale	238 - Ricotta	210 - Fesa di tacchino al limone
N E	ı a		328 - Spinaci all'olio	331 - Zucca al tegame	320 - Patate al forno	307 - Carote stufate	313 - Finocchi gratinati	311 - Fagiolini all'olio	319 - Insalata verde	303 - Broccoli romaneschi all'olio	329 - Tortino di zucca
	, z o		<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
			<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Mere	enda	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato
	Spun	ntino	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice
			129 - Pasta (pipe piccole rigate) con zucca	142 - Risotto con crema di piselli	128 - Pasta (maccheroncini all'uovo) al pomodoro	107 - Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati)	118 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro	141 - Risotto allo zafferano con crema di ceci	111 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	115 - Pasta (gnoccchetti sardi) al burro e parmigiano	117 - Pasta (mezze penne rigate) al pesto delicato
M	P	P	237 - Polpettone goloso di	241 - Sformatino di platessa	231 - Mozzarella di bufala	220 - Frittata	233 - Petto di pollo panato	217 - Montasio	235 - Polpettone di agnello	221 - Frittata con patate	229 - Medaglioni di nasello al limone
R T	a n	a	312 - Finocchi al tegame	325 - Purea di patate	319 - Insalata verde	311 - Fagiolini all'olio	328 - Spinaci all'olio	303 - Broccoli romaneschi all'olio	331 - Zucca al tegame		324 - Purea di carote
D .			<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
l '			<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Mere	enda	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana
	Spun	ntino	Panino all'olio con cioccolato al latte/fondente	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato al latte/fondente	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta
м			140 - Risotto allo zafferano	125 - Pasta (pipe piccole rigate) alla pizzaiola	103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)	123 - Pasta (stortini) al trito vegetale	131 - Pasta (corallini) e patate	126 - Pasta (lumachine) all'olio e parmigiano	138 - Risotto al pomodoro	108 - Crema di piselli con pasta (conchigliette)	120 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù di carne
R		P r	215 - Caciotta dolce	203 - Arrosto di tacchino	250 - Uova strapazzate	248 - Tortino di limanda	201 - Arrosto di bovino	222 - Frittata con porri	213 - Filetti di platessa panati	224 - Fuso di pollo arrosto	249 - Tortino di patate
0	a n	a n	319 - Insalata verde	327 - Spinaci al burro e parmigiano	302 - Bieta all'olio	303 - Broccoli romaneschi all'olio	308 - Cavolfiori all'olio		311 - Fagiolini all'olio	312 - Finocchi al tegame	
E	z		<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
ľ	'		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Mere	enda	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta
	Spun	ntino	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao
			102 - Crema di ceci con pasta (ditalini rigati)	115 - Pasta (mezze farfalle) al burro e parmigiano	129 - Pasta (conchigliette) con zucca	139 - Risotto al ragù di carne	133 - Pasta (mezzi fusilli) rosa	118 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	106 - Crema di lenticchie con farro	144 - Risotto con zucca	111 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)
G I	'	P	224 - Fuso di pollo arrosto	216 - Crescenza	209 - Crocchette di nasello	249 - Tortino di patate	250 - Uova strapazzate	228 - Medaglioni di merluzzo al limone	231 - Mozzarella di bufala	225 - Hamburger di bovino	220 - Frittata
V	a	-	302 - Bieta all'olio	311 - Fagiolini all'olio	312 - Finocchi al tegame		301 - Bieta al pomodoro	307 - Carote stufate	322 - Patate all'olio	319 - Insalata verde	310 - Fagiolini al pomodoro
D	z	z	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane
'			<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Mere	enda	Muffin con le gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker	Muffin con le gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca
	Spun	ntino	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte
			126 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano	105 - Crema di legumi misti con pasta (conchigliette)	133 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	111 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	137 - Riso alla parmigiana	104 - Crema di fagioli e patate con pasta (pipe piccole rigate)	121 - Pasta (mezzi fusilli) al sugo di spigola	118 - Pasta (lumachine) al pomodoro	103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)
Į V			226 - Medaglioni di Iimanda	220 - Frittata	234 - Polpette di carne mista al pomodoro	238 - Ricotta	230 - Medaglioni di spigola	205 - Bocconcini di tacchino	250 - Uova strapazzate	227 - Medaglioni di merluzzo	218 - Provolone dolce
E	a		321 - Patate al tegame	303 - Broccoli romaneschi all'olio	328 - Spinaci all'olio	332 - Zucca gratinata	319 - Insalata verde	325 - Purea di patate	313 - Finocchi gratinati	302 - Bieta all'olio	309 - Cavolfiori gratinati
R	z	z	402 - Pane	402 - Pane	<b>402</b> - Pane	402 - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	402 - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane
1'			<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta
	Mere		Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta	Focaccia bianca	Cracker
<u> </u>											
				Nota: la carne e gli affettati devono essere tagliati in piccolissimi pezzi; gli ortaggi cotti e crudi devono essere sminuzza ti							



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitoliri, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di scatenibitità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.4 MENU INVERNALE (01/11-31/03) SEZIONE PONTE/ADULTI

501 Composizione cestino freddo	Bambini	- 1 panino all'olio da 25 q con 20 g di prosciutto cotto - 1 panino all'olio da 25 q con 20 g di formaggio caciotta dolce - 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g - 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g - 1 bottigila di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 1 pacchetto di crackers bio non salati in superficie da 25 g	Adulti	- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto - 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce - 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g - 1 confezione di frollin al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g - Frullato di frutta (confezione da 120 g) - 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno	
NB: Per tutte le tipologie di utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta					

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 12.5 MENU INVERNALE (01/11-31/03) SCUOLA DELL'INFANZIA/ADULTI

		ı	II	III	IV	٧	VI	VII	VIII	IX
	Spuntino	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere
		118 - Pasta (lumachine) al pomodoro	113 - Lasagna	143 - Risotto con indivia	146 - Tortellini al burro e parmigiano	108 - Crema di piselli con pasta (ditalini rigati)	135 - Polenta al ragù di carne	118 - Pasta (mezze farfalle) al pomodoro	134 - Pizza margherita	137 - Riso alla parmigiana
L	P	250 - Uova strapazzate		244 - Straccetti di pollo cremolati	205 - Bocconcini di tacchino	215 - Caciotta dolce		202 - Arrosto di maiale	238 - Ricotta	210 - Fesa di tacchino al limone
N E	a n	328 - Spinaci all'olio	331 - Zucca al tegame	320 - Patate al forno	307 - Carote stufate	313 - Finocchi gratinati	311 - Fagiolini all'olio	319 - Insalata verde	303 - Broccoli romaneschi all'olio	329 - Tortino di zucca
D I	z 0	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	403 - Pane integrale	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta
	Merenda	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato
	Spuntino	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice
		129 - Pasta (pipe piccole rigate) con zucca	142 - Risotto con crema di piselli	101 - Agnolotti al pomodoro	107 - Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati)	118 - Pasta (mezze penne rigate) al pomodoro	141 - Risotto allo zafferano con crema di ceci	111 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	115 - Pasta (gnoccchetti sardi) al burro e parmigiano	116 - Pasta (mezze penne rigate) al pesto
M A		237 - Polpettone goloso di bovino	241 - Sformatino di platessa	231 - Mozzarella di bufala	220 - Frittata	233 - Petto di pollo panato	217 - Montasio	235 - Polpettone di agnello	221 - Frittata con patate	229 - Medaglioni di nasello al limone
R T E	n	312 - Finocchi al tegame	325 - Purea di patate	319 - Insalata verde	311 - Fagiolini all'olio	328 -Spinaci all'olio	303 - Broccoli romaneschi all'olio	331 - Zucca al tegame		324 - Purea di carote
D	z 0	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane
		<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta
	Merenda	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana
	Spuntino	Panino all'olio con cioccolato al latte/fondente	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta
м		140 - Risotto allo zafferano	125 - Pasta (pipe piccole rigate) alla pizzaiola	103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)	123 - Pasta (stortini) al trito vegetale	131 - Pasta (corallini) e patate	126 - Pasta (lumachine) all'olio e parmigiano	138 - Risotto al pomodoro	108 - Crema di piselli con pasta (conchigliette)	120 - Pasta (pipe piccole rigate) al ragù di carne
E R	P r	215 - Caciotta dolce	203 - Arrosto di tacchino	250 - Uova strapazzate	248 - Tortino di limanda	201 - Arrosto di bovino	222 - Frittata con porri	213 - Filetti di platessa panati	224 - Fuso di pollo arrosto	249 - Tortino di patate
0 L	a n	319 - Insalata verde	327 - Spinaci al burro e parmigiano	302 - Bieta all'olio	303 - Broccoli romaneschi all'olio	308 - Cavolfiori all'olio		311 - Fagiolini all'olio	312 - Finocchi al tegame	
E	z 0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
ı		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele
	Spuntino	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao
		102 - Crema di ceci con pasta (ditalini rigati)	115 - Pasta (mezze farfalle) al burro e parmigiano	129 - Pasta (conchigliette) con zucca	139 - Risotto al ragù di carne	133 - Pasta (mezzi fusilli) rosa	118 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	106 - Crema di lenticchie con farro	144 - Risotto con zucca	111 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)
G I	P r	224 - Fuso di pollo arrosto	216 - Crescenza	209 - Crocchette di nasello	249 - Tortino di patate	250 - Uova strapazzate	228 - Medaglioni di merluzzo al limone	231 - Mozzarella di bufala	225 - Hamburger di bovino	220 - Frittata
0 V E	a n	302 - Bieta all'olio	311 - Fagiolini all'olio	312 - Finocchi al tegame		301 - Bieta al pomodoro	307 - Carote stufate	322 - Patate all'olio	319 - Insalata verde	310 - Fagiolini al pomodoro
D	z 0	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane
'		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Muffin con le gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca
	Spuntino	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte
		126 - Pasta (mezzi fusilli) all'olio e parmigiano	105 - Crema di legumi misti con pasta (conchigliette)	133 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	111 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	137 - Riso alla parmigiana	104 - Crema di fagioli e patate con pasta (pipe piccole rigate)	121 - Pasta (mezzi fusilli) al sugo di spigola	118 - Pasta (lumachine) al pomodoro	103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)
V E N	P r	226 - Medaglioni di limanda	220 - Frittata	234 - Polpette di carne mista al pomodoro	238 - Ricotta	230 - Medaglioni di spigola	205 - Bocconcini di tacchino	250 - Uova strapazzate	227 - Medaglioni di merluzzo	218 - Provolone dolce
E R	a n	321 - Patate al tegame	303 - Broccoli romaneschi all'olio	328 - Spinaci all'olio	332 - Zucca gratinata	319 - Insalata verde	325 - Purea di patate	313 - Finocchi gratinati	302 - Bieta all'olio	309 - Cavolfiori gratinati
D	z 0	403 - Pane integrale	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Polpa di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker
			1	Nota: la carne	e gli affettati devono essere ta	gliati in piccolissimi pezzi; gli d	ortaggi cotti e crudi devono es		1	

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.5 MENU INVERNALE (01/11-31/03) SCUOLA DELL'INFANZIA/ADULTI

502 Composizione cestino freddo	<b>.</b>	2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciottadolce 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 1 pacchetto di crackers bio non salati in superficie da 25 g	Adulti	- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto - 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce - 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g - 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g - Frullato di frutta (confezione da 120 g) - 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da Inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno		
NB: Per tutte le tipologie di utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta						

NB: Per tutte le tipologie di utenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n. 2 tovaglioli di carta riciclabile, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salviet monouso umidificata

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.6 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA/ADULTI

	ı		l II	12.6 MENU INV	/ERNALE (01/11- 31/03) S IV	V	JUNDARIA/ADULTI	VII	VIII	IX
	Spuntino	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere
		122 - Pasta (spaghetti) al tonno	113 - Lasagna	143 - Risotto con indivia	146 - Tortellini al burro e parmigiano	108 - Crema di piselli con pasta (ditalini rigati)	135 - Polenta al ragù di carne	124 - Pasta (penne rigate) alla amatriciana	134 - Pizza margherita	137 - Riso alla parmigiana
L U	P r	250 - Uova strapazzate		244 - Straccetti di pollo cremolati	205 - Bocconcini di tacchino	215 - Caciotta dolce		202 - Arrosto di maiale/Maiale in agrodolce (*)	238 - Ricotta	210 - Fesa di tacchino al limone
N E D	a n z	328 - Spinaci all'olio	331 - Zucca al tegame	320 - Patate al forno	305 - Carote alla julienne	315 - Insalata di finocchi	311 - Fagiolini all'olio	319 - Insalata verde	303 - Broccoli romaneschi all'olio	329 - Tortino di zucca
Ĭ	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato
	Spuntino	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice
M A		129 - Pasta (pipe rigate) con zucca	142 - Risotto con crema di piselli	101 - Agnolotti al pomodoro	107 - Crema di lenticchie con pasta (ditalini rigati)	118 - Pasta (pennette rigate) al pomodoro	141 - Risotto allo zafferano con crema di ceci	111 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	115 - Pasta (gnoccchetti sardi) al burro e parmigiano	116 - Pasta (pennette rigate) al pesto
R T	r	239 - Saltimbocca alla romana	241 - Sformatino di platessa	231 - Mozzarella di bufala	220 - Frittata	233 - Petto di pollo panato	217 - Montasio	242 - Spezzatino di agnello	221 - Frittata con patate	229 - Medaglioni di nasello al limone
E D	n	314 - Fiori di zucca alla romana	325 - Purea di patate	319 - Insalata verde	311 - Fagiolini all'olio	328 -Spinaci all'olio	303 - Broccoli romaneschi all'olio	331 - Zucca al tegame		305 - Carote alla julienne
1	z 0	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana
м	Spuntino	Panino all'olio con cioccolato al latte/fondente	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta
E R		140 - Risotto allo zafferano	125 - Pasta (pipe rigate) alla pizzaiola	103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)	123 - Pasta (farfalle) al trito vegetale	131 - Pasta (corallini) e patate	126 - Pasta (rigatoni) all'olio e parmigiano	138 - Risotto al pomodoro	108 - Crema di piselli con pasta (conchigliette)	120 - Pasta (pipe rigate) al ragù di carne
C O	P r	215 - Caciotta dolce	203 - Arrosto di tacchino	250 - Uova strapazzate	248 - Tortino di limanda	201 - Arrosto di bovino	222 - Frittata con porri	213 - Filetti di platessa panati	207 - Coscio di pollo arrosto	249 - Tortino di patate
L E	a n	318 - Insalata mista	327 - Spinaci al burro e parmigiano	302 - Bieta all'olio	303 - Broccoli romaneschi all'olio	308 - Cavolfiori all'olio		311 - Fagiolini all'olio	326 - Scarola al tegame	
D I	z 0	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402</b> - Pane	403 - Pane integrale
		<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta
	Merenda	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele
	Spuntino	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao
G		102 - Crema di ceci con pasta (ditalini rigati) 207 - Coscio di pollo	115 - Pasta (farfalle) al burro e parmigiano	129 - Pasta (conchigliette) con zucca	139 - Risotto al ragù di carne	133 - Pasta (fusilli) rosa	118 - Pasta (gnocchetti sardi) al pomodoro	106 - Crema di lenticchie con farro	144 - Risotto con zucca	111 - Crema di verdure con pasta (ditalini rigati)
0 V	P r a	arrosto/Pulpe de pui cu busuioc (*)	216 - Crescenza	209 - Crocchette di nasello	249 - Tortino di patate	250 - Uova strapazzate	228 - Medaglioni di merluzzo al limone	231 - Mozzarella di bufala	225 - Hamburger di bovino	220 - Frittata
E D	n z	302 - Bieta all'olio	311 - Fagiolini all'olio	315 - Insalata di finocchi		301 - Bieta al pomodoro	307 - Carote stufate	322 - Patate all'olio	319 - Insalata verde	310 - Fagiolini al pomodoro
l '	0	<b>402 -</b> Pane	<b>402</b> - Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	404 - Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Muffin con le gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca
	Spuntino	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte	Yogurt da bere	Focaccia rossa soffice	Crostatina con marmellata di frutta	Spremuta di arancia e biscotti frollini al cacao	Panino all'olio con cioccolato fondente/latte
v	_	126 - Pasta (fusilli) all'olio e parmigiano	105 - Crema di legumi misti con pasta (conchigliette)	133 - Pasta (gnocchetti sardi) rosa	111 - Crema di verdure con pasta (semi di melone)	137 - Riso alla parmigiana/Riso basmati e verdure (*)	104 - Crema di fagioli e patate con pasta (pipe piccole rigate)	121 - Pasta (sedanini) al sugo di spigola	118 - Pasta (rigatoni) al pomodoro	103 - Crema di fagioli con pasta (corallini)
E N	P r	226 - Medaglioni di Iimanda	220 - Frittata	234 - Polpette di carne mista al pomodoro	238 - Ricotta	230 - Medaglioni di spigola	205 - Bocconcini di tacchino	250 - Uova strapazzate	227 - Medaglioni di merluzzo	218 - Provolone dolce
E R	a n z	321 - Patate al tegame	303 - Broccoli romaneschi all'olio	328 - Spinaci all'olio	332 - Zucca gratinata	318 - Insalata mista	325 - Purea di patate	315 - Insalata di finocchi	302 - Bieta all'olio	309 - Cavolfiori gratinati
D I	о О	403 - Pane integrale	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane	<b>402 -</b> Pane
		<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404</b> - Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta	<b>404 -</b> Frutta
	Merenda	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker	Muffin alle gocce di cioccolato	Banana	Frullato di frutta e biscotti frollini al miele	Focaccia bianca	Cracker
	_	(*) Somministrare le preparazioni a settimane alterne: nel 1° ciclo di menu servire la ricetta tradizionale corrispondente al codice indicato, nel 2° ciclo di menu la ricetta multiculturale prevista e così a seguire								

Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'inflanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15
Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 12.6 MENU INVERNALE (01/11- 31/03) SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA/ADULTI

Scuola primaria (classi I e II)	503 Composizione cestino freddo	Bambini	2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno 1 panino all'olio da 25 g con 30 g di formaggio caziotta dolce 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g 1 confezione di frollini al miele/aecao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g Fruilato di frutta (confezione da 120 g) 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml Spuntino da inserire: 1 pacchetto di crackers bio non salati in superficie da 25 g	Adulti	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Frullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno
		NB: Per tutte le tipologie di u monouso umidificata	ıtenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n.	2 tovaglioli di carta riciclabile	, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta
Scuola primaria (classi III, IV e V)	504 Composizione cestino freddo	Bambini	2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno     2 panini all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce cadauno     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Frullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml     Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno	Adulti	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     1 rrullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno
		NB: Per tutte le tipologie di u monouso umidificata	tenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n.	2 tovaglioli di carta riciclabile	, n. 1 bicchiedere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta
Secondaria di I grado	505 Composizione cestino freddo	Bambini	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce     1 banana bio equo e solidale da 150/200 g     1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g     Frullato di frutta (confezione da 120 g)     1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml  Spuntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno	Adulti	1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g 1 Frullato di frutta (confezione da 120 g) 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml 3 puntino da inserire: 2 pacchetti di crackers bio non salati in superficie da 25 g cadauno
	_	NB: Per tutte le tipologie di u monouso umidificata	ıtenza i cestini freddi devono contenere, oltre agli alimenti previsti, la seguente dotazione: n.	2 tovaglioli di carta riciclabile	o, n. 1 bicchiere in materiale biodegradabile, riciclabile e compostabile, n. 1 salvietta





Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 13.1 Indice Primi piatti

Codice	Primi piatti
101	Agnolotti al pomodoro
102	Crema di ceci con pasta
103	Crema di fagioli con pasta
104	Crema di fagioli e patate con pasta
105	Crema di legumi misti con pasta
106	Crema di lenticchie con farro
107	Crema di lenticchie con pasta
108	Crema di piselli con pasta
109	Crema di verdura e legumi con pasta
110 111	Crema di verdure con pasta (estate)
112	Crema di verdure con pasta (Inverno) Farro all'ortolana
113	
114	Lasagna Minestrope gratinate al forne
114	Minestrone gratinato al forno  Pasta al burro e parmigiano
116	Pasta al pesto
117	Pasta al pesto delicato
118	Pasta al pesto delicato  Pasta al pomodoro
119	Pasta al pomodoro e basilico
120	Pasta al ragù di carne
121	Pasta al sugo di spigola
122	Pasta al tonno
123	Pasta al trito vegetale
124	Pasta alla amatriciana
125	Pasta alla pizzaiola
126	Pasta all'olio e parmigiano
127	Pasta all'ortolana
128	Pasta all'uovo al pomodoro
129	Pasta con zucca
130	Pasta con zucchine
131	Pasta e patate
132	Pasta integrale con pesto di zucchine
133	Pasta rosa
134	Pizza margherita
135	Polenta al ragù di carne
136	Ravioli ricotta e spinaci burro e salvia
137	Riso alla parmigiana
138	Risotto al pomodoro
139	Risotto al ragù di carne
140	Risotto allo zafferano
141	Risotto allo zafferano con crema di ceci
142	Risotto con crema di piselli
143	Risotto con indivia
144	Risotto con zucca
145	Risotto con zucchine
146	Tortellini al burro e parmigiano



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 13.2 Indice Secondi piatti

Codico	Cocondi nietti
Codice	Secondi piatti
201	Arrosto di bovino
202	Arrosto di maiale
203	Arrosto di tacchino
204	Bocconcini di maiale panati
205	Bocconcini di tacchino
206	Bocconcini di tacchino al limone
207	Coscio di pollo arrosto
208	Cotoletta di maiale panata
209	Crocchette di nasello
210	Fesa di tacchino al limone
211	Fesa di tacchino al tegame
212	Filetti di platessa gratinati
213	Filetti di platessa panati
214	Formaggio Asiago
215	Formaggio Caciotta dolce
216	Formaggio Crescenza
217	Formaggio Montasio
218	Formaggio Provolone dolce
219	Formaggio Robiola
220	Frittata
221	Frittata con patate
222	Frittata con porri
223	Frittata con zucchine
224	Fuso di pollo arrosto
225	Hamburger di bovino
226	Medaglioni di limanda
227	Medaglioni di merluzzo
228	Medaglioni di merluzzo al limone
229	Medaglioni di nasello al limone
230	Medaglioni di spigola
231	Mozzarella di bufala
232	Petto di pollo al limone
233	Petto di pollo panato
234	Polpette di carne mista al pomodoro
235	Polpettone di agnello
236	Polpettone di bovino
237	Polpettone goloso di bovino
238 239	Ricotta
239	Saltimbocca alla romana
240	Scaloppina di bovino Sformatino di platessa
241	Spezzatino di agnello
242	Straccetti di bovino
244	Straccetti di povino Straccetti di pollo cremolati
245	Timballo di nasello al limone
246	Tonno all'olio di oliva
247	Tortino di fagioli e carote
248	Tortino di limanda
249	Tortino di minanda  Tortino di patate
250	Uova strapazzate
230	σονα οιιαράζεαισ



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 13.3 Indice Contorni piatti

Codice	Contorni
301	Bieta al pomodoro
302	Bieta all'olio
303	Broccoli romaneschi all'olio
304	Carote al tegame
305	Carote alla julienne
306	Carote glassate
307	Carote stufate
308	Cavolfiori all'olio
309	Cavolfiori gratinati
310	Fagiolini al pomodoro
311	Fagiolini all'olio
312	Finocchi al tegame
313	Finocchi gratinati
314	Fiori di zucca alla romana
315	Insalata di finocchi
316	Insalata di pomodori
317	Insalata mista (Estate)
318	Insalata mista (Inverno)
319	Insalata verde
320	Patate al forno
321	Patate al tegame
322	Patate all'olio
323	Piselli al tegame
324	Purea di carote
325	Purea di patate
326	Scarola al tegame
327	Spinaci al burro e parmigiano
328	Spinaci all'olio
329	Tortino di zucca
330	Tortino di zucchine
331	Zucca al tegame
332	Zucca gratinata
333	Zucchine gratinate
334	Zucchine trifolate



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 13.4 Indice Altri alimenti

Codice	Altri alimenti
401	Base per brodo vegetale da utilizzare per le preparazioni
402	Pane
403	Pane Integrale
404	Frutta
405	Gelato

### 13.5 Indice Cestino freddo

Codice	Cestino freddo
501	Cestino freddo sezione ponte/adulti
502	Cestino freddo scuola dell'infanzia/adulti
503	Cestino freddo scuola primaria (classi I e II) /adulti
504	Cestino freddo scuola primaria (classi III, IV e V) /adulti
505	Cestino freddo scuola secondaria di primo grado/adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 14. TABELLE DIETETICHE E RICETTE RELATIVE AI MENU



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 14.1 Tabelle dietetiche primi piatti

# 101 - AGNOLOTTI AL POMODORO

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli appassire nell'olio. Unire i pomodori passati e far addensare. Lessare gli agnolotti e scolarli. Condire con la salsa.		Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Servire il parmigiano a tavola.	Agnolotti	65	80	90	100
	Carote	4	4	5	5
	Cipolla	3	3	5	5
	Sedano	2	2	2	2
	Pomodori pelati	85	100	110	120
	Parmigiano	5	5	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3,5	4	5	6

#### 102 - CREMA DI CECI CON PASTA

102 - CREMA DI CECI CON PASTA						
Ricetta: Cuocere in abbondante acqua i ceci	Ingredienti	Sezione ponte	Scuola Infanzia	Scuola primaria	Scuola primaria	Scuola secondaria
(precedentemente messi in ammollo		g	g	(classi	(classi	1° grado/
per una notte, risciacquati bene e scolati) con gli odori, i pomodori e le				l e II) g	III, IV e V)	Adulti g
patate tagliate a dadini. Passare il tutto				ס	g	9
(se necessario allungare con acqua	Pasta	20	30	30	35	40
calda).	Ceci secchi	12	20	25	30	30
Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di ceci. Condire con olio.	Carote	3	5	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Patate	5	5	10	10	15
	Pomodori pelati	10	10	10	10	10
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Osaic sale louato con model azione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 103 - CREMA DI FAGIOLI CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Cuocere in abbondante acqua i fagioli		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
(precedentemente messi in ammollo		g	g	(classi	(classi	1° grado/
per una notte, risciacquati bene e				l e II)	III, IV e	Adulti
scolati) con gli odori, i pomodori e le				g	V)	g
patate tagliate a dadini. Passare il tutto					g	
(se necessario allungare con acqua	Pasta	20	30	30	35	40
calda).	Fagioli secchi					
Lessare a parte la pasta, scolarla e	borlotti/	12	20	25	30	30
unirla alla crema di fagioli. Condire con	cannellini					
olio.	Carote	3	5	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Patate	5	5	10	10	15
	Pomodori	10	10	10	10	10
Hears cale indate can made a sign	pelati		.0	.0	.0	.0
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

104 - CREMA DI FAGIOLI E PATATE E CON PASTA							
Ricetta: Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II)	Scuola primaria (classi III, IV e	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti	
scolati) con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Passare il tutto				g	V) g	g	
(se necessario allungare con acqua		20	30	30	35	40	
calda). Lessare a parte la pasta, scolarla e unirla alla crema di fagioli e patate. Condire con olio. Servire il parmigiano a tavola.	Fagioli secchi borlotti/cannell ini	12	20	25	30	30	
	Patate	20	25	30	35	35	
	Carote	3	5	5	5	5	
	Cipolla	3	3	5	5	5	
	Sedano	2	2	2	2	2	
	Pomodori pelati	10	10	10	10	10	
Usare sale iodato con moderazione.	Parmigiano	5	5	5	6	6	
Osaro sale rouato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 105 - CREMA DI LEGUMI MISTI CON PASTA

Ricetta: Cuocere in abbondante acqua i legumi (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) con gli odori, i pomodori. Passare il tutto (se necessario		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
allungare con acqua calda).	Pasta	20	30	30	35	40
Lessare a parte la pasta, scolarla e	Fagioli	4	7	8	10	10
unirla alla crema di legumi. Condire con olio.	Lenticchie secche	4	7	8	10	10
	Ceci	4	7	8	10	10
	Carote	3	3	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
Usare sale iodato con moderazione.	Pomodori pelati	10	10	10	10	10
Usale sale ioualo con mouerazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

#### 106 - CREMA DI LENTICCHIE CON FARRO

Ricetta: Sciacquare le lenticchie e cuocerle in abbondante acqua con gli odori e i pomodori. Ridurre il tutto in crema con il	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II)	Scuola primaria (classi III, IV e	Scuola secondari 1° grado/ Adulti
passaverdure (se necessario allungare con acqua calda).				g	V) g	g
Lessare il farro, scolarlo e unirlo alla	Farro	35	40	45	50	60
crema di lenticchie. Condire con olio.	Lenticchie secche	12	20	25	30	30
	Carote	3	5	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Pomodori pelati	10	10	10	10	10
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 107 - CREMA DI LENTICCHIE CON PASTA

Ricetta: Sciacquare le lenticchie e cuocerle in abbondante acqua con gli odori, i pomodori e le patate tagliate a dadini. Passare il tutto (se necessario allungare con acqua calda). Lessare a parte la		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
pasta, scolarla e unirla alla crema di	Pasta	20	30	30	35	40
lenticchie. Condire con olio.	Lenticchie secche	12	20	25	30	30
	Carote	3	5	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Patate	5	5	10	10	15
	Pomodori pelati	10	10	10	10	10
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

#### 108 - CREMA DI PISELLI CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Stufare i piselli con la cipolla finemente		ponte	Infanzia	primaria	primari	secondaria
tritata nell'olio e poco brodo vegetale		g	g	(classi	(classi	1° grado/
(ricetta n. 401). Passarli in modo da				l e II)	III, IV e	Adulti
ottenere una crema omogenea (se				g	V)	g
necessario allungare con brodo vegetale					g	
bollente).	Pasta	50	60	70	75	80
	Piselli surg.	15	15	20	20	25
crema di piselli.	Cipolla	3	3	5	5	5
A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Brodo	a b	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 109 - CREMA DI VERDURE E LEGUMI CON PASTA

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e mondare le carote, la cipolla, il		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
sedano, le patate, le zucchine, la lattuga		g	g	(classi	(classi	1° grado/
e la bieta. Aggiungere i pomodori pelati e				l e II)	III, IV e	Adulti
far cuocere insieme alle lenticchie.				g	V)	g
Passare il tutto.					g	
Lessare la pasta, scolarla e unirla alla	Pasta	20	30	30	35	40
crema di verdure e legumi. Condire con	Lenticchie	10	20	25	20	20
olio.	secche	12	20	25	30	30
Servire il parmigiano a tavola.	Carote	10	10	10	15	15
	Cipolla	5	5	5	5	5
	Sedano	5	5	5	8	10
	Patate	10	10	20	20	20
	Zucchine	20	20	30	35	35
	Pomodori	10	10	10	10	10
	pelati	10	10	10	10	10
	Lattuga			_		
	Bieta	20	30	30	30	30
Usare sale iodato con moderazione.	Parmigiano	5	5	5	6	6
Could call load to in initial all all office	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

#### 110 - CREMA DI VERDURE CON PASTA (ESTATE)

Ricetta: Lavare e mondare le patate e le verdure. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in	Ìngredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi	Scuola primaria (classi	Scuola secondaria 1° grado/
acqua fredda con i pomodori pelati e far cuocere. Passare il tutto.				l e II)	III, IV e V)	Adulti
Lessare a parte la pasta, scolarla e				g	g	g
unirla alla crema di verdure. Condire con	Pasta	20	30	30	35	40
olio.	Carote	20	20	25	25	25
Servire il parmigiano a tavola.	Cipolla	5	5	5	5	5
	Sedano	5	5	5	8	10
	Patate	10	10	20	25	30
	Zucchine	20	20	30	35	35
	Pomodori pelati	10	10	10	10	10
	Lattuga	10	10	10	10	10
	Bieta	20	30	30	30	30
Usare sale iodato con moderazione.	Parmigiano	5	5	5	6	6
Osaie sale ioualo con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 111 - CREMA DI VERDURE CON PASTA (INVERNO)

Ricetta:	Îngredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e mondare le patate e le verdure.		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in		g	g	(classi	(classi	1° grado/
acqua fredda con i pomodori pelati e far				l e II)	III, IV e	Adulti
cuocere. Passare il tutto.				g	V)	g
Lessare a parte la pasta, scolarla e					g	
unirla alla crema di verdure. Condire con	Pasta	20	30	30	35	40
olio.	Carote	20	20	25	25	25
Servire il parmigiano a tavola.	Cipolla	5	5	5	5	5
	Sedano	5	5	5	8	10
	Patate	10	10	20	25	30
	Zucca	20	20	30	35	35
	Pomodori pelati	10	10	10	10	10
	Lattuga	10	10	10	10	10
	Bieta	10	20	20	20	20
	Cavolfiore	10	10	10	10	10
Usare sale iodato con moderazione.	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usale sale loualo con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

# 112 - FARRO ALL'ORTOLANA

112 - FARRO ALL'ORTOLANA						
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e mondare le carote, la cipolla, il		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
sedano, le patate, la zucchina, la lattuga		g	g	(classi	(classi	1° grado/
e la bieta e i fagiolini. Aggiungere i				l e II)	III, IV e	Adulti
pomodori pelati e far cuocere.				g	V)	g
Passare il tutto.	_				9	
Lessare a parte il farro, scolarlo e unirlo	Farro	40	50	60	70	70
alla crema di verdure. Condire con olio.	Carote	20	20	25	25	25
Servire il parmigiano a tavola.	Cipolla	5	5	5	5	5
	Sedano	5	5	5	8	10
	Patate	10	10	20	25	30
	Zucchine	20	20	30	35	35
	Pomodori	10	10	10	10	10
	pelati					
	Lattuga	10	10	10	10	10
	Bieta	10	20	20	20	20
	Fagiolini	10	10	10	10	10
Usare sale iodato con moderazione.	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale loualo con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

113 - LASAGNA - pasta secca

Ragù: Tritare finemente gli odori finemente e farli appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati e far addensare.  Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di saggna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Ingredienti ponte infinatia primaria (classi I e III) y V) 9 gublica de loro de del minare i grumi pinamica (classi IIII, IV e V) 9 gublica de la l'uovo 30 40 50 60 70 sescua Parmigiano 5 5 6 8 8 10 minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Ragù Spalla 30 30 40 50 60 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50	113 - LASAGNA – pasta secca						
Tritare finemente gli odori finemente e farii appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati e far addensare.  Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Sy de de la la sagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Sy de la la la superficie a con un po' di rago.  Sy alla dall'uvov 30 40 50 60 70  Farina 30 30 30 40 50 50 50  Spalla bovino 30 30 40 50 50 50  Ragù  Spalla 30 30 40 50 50 50  Spalla 30 30 40 50 50 50  Carote 3 4 5 5 5 5  Cipolla 3 3 5 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
farli appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati e far addensare.  Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.	Ragù:		ponte	Infanzia	primaria		
farli appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata aggiungere i pomodori passati e far addensare.  Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.	Tritare finemente gli odori finemente e		g	g	(classi		1° grado/
aggiungere i pomodori passati e far addensare.  Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Poderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di asagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.	farli appassire nell'olio. Unire la carne				l e II)	III, IV e	Adulti
Addensare.  Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di saggna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Pasta all'uovo 30 40 50 60 70  Bermigiano 5 5 6 8 8 10  Florr di latte 15 15 15 15 15  Fagui  Pasta all'uovo 30 40 40 50 60 8  For di latte 15 15 15 15  Fagui  Parmigiano 5 5 6 8 8 10  Farina 15 15 15  Fagui  Parmigiano 5 5 6 8 8 10  Farina 30 30 40 50 50  Foodrare con un primo strato di sfoglie. Carote 3 4 5 5 5 5  Cipolla 3 3 3 5 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	macinata e quando sarà dorata				g	V)	g
Besciamella: Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  all'uovo so 30 40 50 60 70  Farmigiano 5 5 6 8 8 10  Fior di latte 15 15 15 15 15  Spalla bovino 30 30 40 50 50  Pomodori pelati 110 120 130 140 150  Carote 3 4 5 5 5 5  Cipolla 3 3 5 5 5 5  Sodano 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	aggiungere i pomodori passati e far					g	
Far sciogliere il burro, aggiungere la farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna:  Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Seca dano 5 5 6 8 10  Parmigiano 5 5 5 6 8 8 10  Parmigiano 7 10 10 120 130 140 50  Pomodori 110 120 130 140 150  Pomodori 120 120 130 140 150  Pomodori 120 120 130 140 150  Pomodori 120 120 130 140 150  Pomodori 12	addensare.	Pasta					
farina, lasciando cuocere un paio di minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna:  Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Parmigiano 5 5 6 8 8 10 Fior di latte 15 15 15 15  Saglia 30 30 40 50 50  Fomodori 110 120 130 140 150  Carote 3 4 5 5 5 5  Cipolla 3 3 3 5 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	Besciamella:	all'uovo	30	40	50	60	70
minuti senza far prendere colore; versare il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna:  Cospargere la teglia con un po' di ragu.  Foderare con un primo strato di sfoglie.  Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragu e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragu. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Fior di latte 15 15 15 15  Ragu  Spalla bovino 30 30 40 50 50  Pomodori pelati Carote 3 4 5 5 5 5  Cipolla 3 3 3 5 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.	Far sciogliere il burro, aggiungere la	secca					
il latte freddo, portare ad ebollizione mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Ragù  Spalla bovino 30 30 40 50 50  Pomodori pelati 110 120 130 140 150  Carote 3 4 5 5 5 5  Cipolla 3 3 3 5 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6 6	farina, lasciando cuocere un paio di	Parmigiano	5	5	6	8	10
mescolando di continuo, preferibilmente con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna:  Cospargere la teglia con un po' di ragù. Pomodori pelati  Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Ragù  Spalla bovino  Pomodori pelati  Carote 3 4 5 5 5  Cipolla 3 3 3 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata  Q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.	minuti senza far prendere colore; versare	Fior di latte	15	15	15	15	15
con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna:  Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Spalla bovino  Pomodori pelati  110 120 130 140 150  Carote 3 4 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.  Burro 3 4 4,5 5 6				•	•	•	
grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.  Lasagna:  Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Spalla bovino  Pomodori pelati  110 120 130 140 150  Carote 3 4 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.  Burro 3 4 4,5 5 6	mescolando di continuo, preferibilmente	Ragu					
moscata e far bollire.  Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  bovino Pomodori pelati 110 120 130 140 150 Carote 3 4 5 5 5 5 Cipolla 3 3 5 5 5 5 Cipolla 3 3 5 5 6 Cipolla 3 3 4 5 6 Cipolla 3 3 4 5 6 Cipolla 3 3 4 5 6 Cipolla 3 6 Cipolla 3 7 6 Cipolla 4 7 7 7 8 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8		Snalla					
Lasagna: Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Pomodori pelati  110 120 130 140 150  Carote 3 4 5 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.  Burro 3 4 4,5 5 6			30	30	40	50	50
Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  pelati  110  120  130  140  150  Carote  3  4  5  5  Cipolla  3  3  5  Cipolla  3  3  5  Cipolla  3  3  5  Cipolla  3  4  5  Cipolla  3  4  5  Cipolla  3  5  Cipolla  3  4  5  Cipolla  5  Cipolla  3  5  Cipolla  3  4  5  Cipolla  6  Cipolla  7  6  Cipolla  7  Cipo							
Foderare con un primo strato di sfoglie. Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Carote 3 4 5 5 5  Cipolla 3 3 5 5  Sedano 2 2 2 2 2 2 2  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6   Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.			110	120	130	140	150
Distribuire sulla superficie il fior di latte tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Cipolla 3 5 5 5 5 5 5 Sedano 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2			3	4	5	5	5
tritato, alcuni cucchiai di ragù e di besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Sedano 2 2 2 2 2 2 6 Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6   Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.		<u> </u>		-	-	-	-
besciamella. Spolverizzare con il parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Burro 3 4 4,5 5 6  Olio extrav 4,5 3,5 4 5 6  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.	•		2				
parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Besciamella  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.							
lasagna (a 90° dalle precedenti) e continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Burro 3 4 4,5 5 6  Latte UHT 30 40 45 50 60  Farina 3 4 4,5 5 6		Ollo Catlav	7,0	0,0			
continuare alternando le sfoglie al condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Latte UHT 30 40 45 50 60 Farina 3 4 4,5 5 6  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.	ļ ·	Besciamella					
condimento. Finire con besciamella e ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Farina 3 4 4,5 5 6  Noce q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b.		Latte UHT	30	40	45	50	60
ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Noce moscata q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. q.b. burro 3 4 4,5 5 6		Farina	3	4	4,5	5	6
forchetta. Infornare. Prima di servire far riposare per 10 minuti.  Burro 3 4 4,5 5 6	ragù. Bucare la lasagna con una	Noce					
riposare per 10 minuti.  Burro 3 4 4,5 5 6		moscata	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Burro 3 4 4,5 5 6	riposare per 10 minuti.						
		Burro	3	4	4,5	5	6
	Usare sale iodato con moderazione.				,		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

113 - LASAGNA - pasta fresca

Ricetta: Ragù: Tritare finemente gli odori e farli appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
aggiungere i pomodori passati e far addensare.	Pasta				g	
Besciamella:	all'uovo	40	50	60	70	80
Far sciogliere il burro, aggiungere la		40	50	80	70	00
farina, lasciando cuocere un paio di	Parmigiano	5	5	6	8	10
minuti senza far prendere colore; versare	Fior di latte	15	15	15	15	15
il latte freddo, portare ad ebollizione	rioi di latte	13	13	13	13	13
mescolando di continuo, preferibilmente	Ragù					
con una frusta in modo da eliminare i grumi. Aggiungere un pizzico di noce moscata e far bollire.	Spalla bovino	30	30	40	50	50
Lasagna:	Pomodori pelati	60	70	80	90	100
Cospargere la teglia con un po' di ragù. Foderare con un primo strato di sfoglie.	Carote	3	4	5	5	5
Distribuire sulla superficie il fior di latte	Cipolla	3	3	5	5	5
tritato, alcuni cucchiai di ragù e di	Sedano	2	2	2	2	2
besciamella. Spolverizzare con il	Olio extrav	4,5	3,5	4	5	6
parmigiano. Fare un altro strato di lasagna (a 90° dalle precedenti) e	Besciamella					
continuare alternando le sfoglie al	Latte UHT	30	40	45	50	60
condimento. Finire con besciamella e	Farina	3	4	5	5	6
ragù. Bucare la lasagna con una forchetta. Infornare. Prima di servire far	Noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
riposare per 10 minuti.  Usare sale iodato con moderazione.	Burro	3	4	5	5	6

## 114 - MINESTRONE GRATINATO AL FORNO

Ricetta: Lavare, mondare e stufare le zucchine, i fagiolini e le patate con olio e cipolla (se necessario aggiungere il brodo vegetale, ricetta n. 401). Aggiungere i pomodori a pezzettini.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Cuocere la pasta e condire con il sugo	Pasta	40	45	50	55	60
di verdure.	Zucchine	30	35	40	45	50
Disporre la pasta condita in una teglia,	Pomodori	10	15	20	25	30
cospargere la superficie con	Fagiolini	5	10	15	20	25
pangrattato e parmigiano e infornare.	Patate	5	10	15	20	20
	Cipolla	5	5	5	5	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
	Pangrattato	3	4	5	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 115 - PASTA AL BURRO E PARMIGIANO

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lessare la pasta, scolarla e condirla		ponte	Infanzia	primari	primaria	secondaria
con il burro aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.		g	g	a (classi I e II) g	(classi III, IV e V) g	1° grado/ Adulti g
	Pasta	50	60	70	75	80
	Parmigiano	6	7	8	9	10
Usare sale iodato con moderazione.	Burro	6	7	8	9	10

#### 116 - PASTA AL PESTO

Ricetta: Lessare la pasta e scolarla. Condire con il pesto e aggiungere, se necessario, poca acqua di cottura.	Ingredienti	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Pasta	60	70	75	80
Usare sale iodato con moderazione.	Pesto	15	20	20	25

## 117 - PASTA AL PESTO DELICATO

117 - PASTA AL PESTO DELICATO			
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Adulti
Lavare le foglie di basilico e asciugarle.		ponte	g
Porle nel frullatore insieme all'olio e		g	
tritare.	Pasta	50	80
Lessare la pasta e scolarla. Condire	Basilico	5	8
con il pesto ed il parmigiano e	Parmigiano	5	8
aggiungere, se necessario, poca acqua di cottura.	Olio extrav.	4,5	6
Usare sale iodato con moderazione.			



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 118 - PASTA AL POMODORO

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli appassire nell'olio. Aggiungere i pomodori passati. Far addensare. Lessare la pasta e scolarla. Condire con la salsa.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Servire il parmigiano a tavola.	Pasta	50	60	70	75	80
	Carote	3	4	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Pomodori pelati	60	70	80	85	90
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

## 119 - PASTA AL POMODORO E BASILICO

Ricetta: Tritare finemente la cipolla, e farla appassire nell'olio ed aggiungere i pomodori passati. Far addensare. A fine cottura aggiungere il basilico fresco. Lessare la pasta e scolarla.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Condire con la salsa.	Pasta	50	60	70	75	80
Servire il parmigiano a tavola.	Cipolla	3	3	5	5	5
	Pomodori pelati	60	70	80	85	90
	Parmigiano	5	5	5	6	6
1	Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

#### 120 - PASTA AL RAGÙ DI CARNE

120 - PASTA AL RAGU DI CARNE						
Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli	Ingredienti	Sezione ponte	Scuola Infanzia	Scuola primaria	Scuola primaria	Scuola secondari
appassire nell'olio. Unire la carne		g	g	(classi	(classi	1° grado/
macinata e quando sarà dorata				l e II)	III, IV e	Adulti
aggiungere i pomodori passati. Far				g	V)	g
addensare.					g	
Lessare la pasta, scolarla e condirla	Pasta	50	60	70	75	80
con la salsa.	Spalla di	10	15	15	15	15
Servire il parmigiano a tavola.	bovino	10	15	15	15	15
	Carote	3	4	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Pomodori	60	70	80	85	00
	pelati	60	70	80	65	90
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 121 - PASTA AL SUGO DI SPIGOLA

Ricetta: Tritare i filetti di spigola.	Ingredienti	Sezione ponte	Scuola Infanzia	Scuola primaria	Scuola primaria	Scuola secondaria
Preparare una salsa con i pomodori		g	g	(classi I e II)	(classi III, IV e	1° grado/ Adulti
passati, l'olio, l'aglio intero ed i filetti di spigola tritati. Far addensare. A fine cottura togliere l'aglio.				g	V) g	g
Lessare la pasta e scolarla.	Pasta	50	60	70	75	80
Condire con la salsa.	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Filetti di spigola surg.	10	10	20	20	30
	Pomodori pelati	60	70	80	85	90
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

## 122 - PASTA AL TONNO

Ricetta: Preparare una salsa con i pomodori passati, l'olio, l'aglio intero ed il tonno sbriciolato. Far addensare. A fine cottura togliere l'aglio. Lessare la pasta, scolarla e condirla con la		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (class III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
salsa.	Pasta	70	75	80
	Pomodori pelati	80	85	90
	Tonno all'olio di oliva	25	30	35
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	5	6

## 123 - PASTA AL TRITO VEGETALE

Disette:	In a we die sati	Cariana	Carrala	Carrala	Carrala	Carrala
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Tritare gli odori finemente e farli appassire		ponte	Infanzi	primaria	primaria	secondaria
nell'olio e in poco brodo vegetale (ricetta		g	а	(classi	(classi	1° grado/
n. <b>401</b> ). Aggiungere i pomodori passati.			g	l e II)	III, IV e	Adulti
A cottura ultimata, passare il sugo.				g	V)	g
Lessare la pasta, scolarla e condirla con la					g	_
salsa ottenuta.	Pasta	50	60	70	75	80
Servire il parmigiano a tavola.	Carote	5	10	15	20	20
	Cipolla	5	5	5	5	5
	Sedano	3	3	3	3	3
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Pomodori pelati	60	70	80	85	90
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 124 - PASTA ALLA AMATRICIANA

Ricetta: Appassire la cipolla finemente tritata nell'olio con la pancetta. Unire i pomodori passati. Lessare la pasta, scolarla e condirla con il sugo.		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Aggiungere il pecorino ed il	Pasta	70	75	80
parmigiano.	Pancetta magra	15	20	25
	Cipolla	5	5	5
	Pomodori pelati	80	85	90
	Pecorino	2	3	4
	Parmigiano	2	3	4
Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4	5	6

## 125 - PASTA ALLA PIZZAIOLA

Ricetta: Preparare una salsa con i pomodori passati, l'olio, l'aglio intero e far addensare. A fine cottura togliere l'aglio e spolverare con un pizzico di origano.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Lessare la pasta, scolarla e condirla	Pasta	50	60	70	75	80
con la salsa preparata.	Pomodori pelati	60	70	80	85	90
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

## 126 - PASTA ALL'OLIO E PARMIGIANO

Ricetta: Lessare la pasta, scolarla e condirla con l'olio aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
parringiano.	Pasta	50	60	70	75	80
	Parmigiano	6	7	8	9	10
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav	6	7	8	9	10



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 127 - PASTA ALL'ORTOLANA

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare, mondare e stufare le verdure		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
con olio e poco brodo vegetale, (ricetta		g	g	(classi	(classi	1° grado/
n. <b>401</b> ). Aggiungere i pomodori salare				l e II)	III, IV e	Adulti
e fare addensare.				g	V)	g
A cottura ultimata, passare il sugo.					g	
Cuocere la pasta in acqua salata,	Pasta	50	50	70	75	80
scolarla e condirla con la salsa di	Zucchine	20	20	30	35	35
verdure ottenuta.	Pomodori	60	70	80	85	90
Servire il parmigiano a tavola.	pelati	60	70	60	65	90
	Fagiolini	5	10	15	20	25
	Patate	5	10	15	20	20
	Carote	3	4	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Brodo	a b	a b	a b	a b	a b
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

# 128 - PASTA ALL'UOVO AL POMODORO

128 - PASTA ALL'UOVO AL POMODORO								
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Adulti					
Tritare finemente gli odori e farli		ponte	g					
appassire nell'olio ed aggiungere i pomodori passati. Far addensare.		g						
Lessare la pasta e scolarla. Condire	Pasta all'uovo	40	70					
con la salsa.	Carote	3	5					
Servire il parmigiano a tavola.	Cipolla	3	5					
	Sedano	2	2					
	Pomodori pelati	60	90					
l	Parmigiano	5	6					
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	6					

## 129 - PASTA CON ZUCCA

129 - PASTA CON ZUCCA						
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e mondare la zucca eliminando la		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini		g	g	(classi	(classi	1° grado/
e lasciarla stufare con la cipolla finemente				l e II)	III, IV e	Adulti
tritata, nell'olio e poco brodo vegetale				g	V)	g
(ricetta n. <b>401</b> ). Portare a cottura					g	
aggiungendo, man mano, se necessario,	Pasta	50	60	70	75	80
brodo vegetale bollente.	Zucca	30	40	50	55	60
Lessare la pasta, scolarla e condirla con la	Cipolla	5	5	5	5	5
zucca.	Brodo	a b	a b	a b	a b	a b
A fuoco spento condire con il parmigiano.	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 130 - PASTA CON ZUCCHINE

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e mondare le zucchine, tagliarle a		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
dadini e lasciarle stufare con la cipolla		g	g	(classi	(classi	1° grado/
finemente tritata nell'olio e poco brodo				l e II)	III, IV e	Adulti
vegetale (ricetta n. <b>401</b> ). Portare a cottura				g	V)	g
aggiungendo, man mano, se necessario,					g	
brodo vegetale bollente.	Pasta	50	60	70	75	80
Lessare la pasta, scolarla e condirla con le	Zucchine	30	40	50	55	60
zucchine	Cipolla	5	5	5	5	5
A fuoco spento condire con il parmigiano.	Brodo	a b	a b	a b	a b	a b
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

# 131 - PASTA E PATATE

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare, sbucciare le patate e tagliarle a		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
dadini. Tritare finemente gli odori e farli		g	g	(classi	(classi	1° grado/
appassire nell'olio ed aggiungere i				l e II)	III, IV e	Adulti
pomodori passati. Allungare con acqua				g	V)	g
calda e portare a cottura. Lessare a parte					g	
la pasta, scolarla ed unirla agli altri	Pasta	30	40	50	60	60
ingredienti.	Patate	40	50	60	70	70
Servire il parmigiano a tavola.	Carote	3	5	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Cipolla	3	3	3	5	5
	Pomodori	10	10	10	10	10
	pelati	10	10	10	10	10
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

#### 132 - PASTA INTEGRALE CON PESTO DI ZUCCHINE

Ricetta:  Mondare, lavare e tagliare le zucchine.  Scaldare l'olio con uno spicchio d'aglio.  Togliere l'aglio, aggiungere le zucchine e far cuocere per qualche minuto. Lavare le	Ingredienti	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
foglie di basilico e asciugarle; porle nel				g	
frullatore insieme alle zucchine, alle mandorle e ai pinoli e tritare.	Pasta integrale	60	70	75	80
Lessare la pasta integrale e scolarla;		40	50	55	60
condire con il pesto ed il parmigiano e aggiungere, se necessario, poca acqua di		2	3	4	5
cottura.	Pinoli	3	4	5	6
	Parmigiano grattugiato	6	7	7	8
	Basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Hanna anda indata and mandameniama	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	5	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 133 - PASTA ROSA

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli	Ingredienti	Sezione ponte	Scuola Infanzia	Scuola primaria	Scuola primaria	Scuola secondaria
appassire nell'olio ed aggiungere i pomodori passati. Far addensare.		g	g	(classi I e II)	(classi III, IV e	1° grado/ Adulti
Lessare la pasta.				g	V)	g
Nel frattempo, a fuoco spento,	Pasta	E0	60	70	<b>g</b> 75	90
aggiungere la ricotta nel sugo.		50		70	_	80
Scolare la pasta e condirla con la salsa	Carote	3	4	5	5	5
mescolando con cura.	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Pomodori pelati	60	70	80	85	90
	Ricotta	15	15	20	25	25
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

## 134 - PIZZA MARGHERITA

Ricetta	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Cospargere la mozzarella tritata sulla		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
pizza rossa, condire con olio e		g	g	(classi	(classi	1° grado/
infornare.				l e II)	III, IV e	Adulti
				g	V)	g
					g	
	Pizza rossa	90	130	150	170	200
	Mozzarella	20	30	40	50	50
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

# 135 - POLENTA AL RAGÙ DI CARNE

Ricetta: Tritare finemente gli odori e farli appassire nell'olio. Unire la carne macinata e quando sarà dorata		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II)	Scuola primaria (classi III, IV e	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti
aggiungere i pomodori passati. Far addensare il tutto.				g	V) g	g
Affettare il panetto di polenta e riporlo in una teglia oliata,	Polenta di mais (panetti)	140	160	180	220	250
Versare il ragù di carne sulla polenta, insaporire con parmigiano e infornare	Spalla di bovino	50	60	80	90	100
	Carote	3	4	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Pomodori pelati	80	85	90	95	100
Hann calaindete com mademariana	Parmigiano grattugiato	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 136 - RAVIOLI RICOTTA E SPINACI BURRO E SALVIA

Ricetta: Lessare i ravioli ricotta e spinaci in abbondante acqua salata. Far sciogliere a fiamma moderata il burro e aggiungervi le foglie di salvia ben sciacquate. Scolare i ravioli e condirli		Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1º grado/ Adulti g
con il burro fuso e la salvia. Aggiungere se necessario poca acqua di cottura	Ravioli ricotta	65	80	90	100
della pasta.	Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	7	8	9	10
parmigiano.  Usare sale iodato con moderazione.	Burro	7	8	9	10

#### 137 - RISO ALLA PARMIGIANA

Ricetta: Lessare il riso. Scolarlo e condirlo con il burro aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Riso	50	60	70	75	80
	Parmigiano	6	7	8	9	10
Usare sale iodato con moderazione.	Burro	6	7	8	9	10

#### 138 - RISOTTO AL POMODORO

138 - RISOTTO AL POMODORO	1	1	1	1	1	
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Tritare finemente gli odori e farli		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
appassire nell'olio ed aggiungere i		g	g	(classi	(classi	1° grado/
pomodori passati. Unire il riso.				l e II)	III, IV e	Adulti
Mescolare accuratamente in modo che				g	V)	g
il riso assorba tutto il condimento e					g	
portare a cottura aggiungendo, man	Riso	50	60	70	75	80
mano, brodo vegetale bollente (ricetta	Carote	3	4	5	5	5
n. <b>401</b> ).	Cipolla	3	3	5	5	5
Togliere dal fuoco e aggiungere il	Sedano	2	2	2	2	2
parmigiano.	Brodo	a b	a b	a b	a b	a b
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Pomodori	60	70	80	85	00
	pelati	60	70	60	05	90
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 139 - RISOTTO AL RAGÙ DI CARNE

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Tritare finemente gli odori e farli		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
appassire nell'olio. Unire la carne		g	g	(classi	(classi	1° grado/
macinata e quando sarà dorata				l e II)	III, IV e	Adulti
aggiungere i pomodori passati Unire il				g	V)	g
riso. Mescolare accuratamente e					g	
portare a cottura aggiungendo, man		50	60	70	75	80
mano, brodo vegetale bollente (ricetta	Spalla di	10	15	15	15	15
n. <b>401</b> ). Togliere dal fuoco e	bovino			13	13	13
aggiungere il parmigiano.	Carote	3	4	5	5	5
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Sedano	2	2	2	2	2
	Pomodori	60	70	80	85	90
	pelati	00	70	80	65	90
	Brodo	a h	a a b	a b	a h	a b
	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

## 140 - RISOTTO ALLO ZAFFERANO

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Far appassire la cipolla finemente tritata nell'olio. Unire il riso. Mescolare accuratamente e portare a cottura		ponte g	Infanzia g	primaria (classi I e II)	primaria (classi III, IV e	secondaria 1° grado/ Adulti
aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente (ricetta n. <b>401</b> ). A				g	V) g	g
cottura ultimata sciogliere lo zafferano	Riso	50	60	70	75	80
in poco brodo vegetale, unire al riso e amalgamare bene. Togliere dal fuoco e		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
aggiungere il parmigiano.	Cipolla	3	3	5	5	5
	Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 141 - RISOTTO ALLO ZAFFERANO CON CREMA DI CECI

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Cuocere in abbondante acqua i ceci		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
(precedentemente messi in ammollo		g	g	(classi	(classi	1° grado/
per una notte, risciacquati bene e				l e II)	III, IV e	Adulti
scolati). Stufarli con la cipolla				g	V)	g
finemente tritata nell'olio e poco brodo					g	
vegetale (ricetta n. 401). Passarli in	Riso	50	60	70	75	80
modo da ottenere una crema	parboiled	3	0	70	7	00
omogenea. Cuocere a parte il riso,	Ceci secchi	12	20	25	30	30
scolarlo e unirlo alla crema di ceci.	Cipolla	3	3	5	5	5
Mescolare accuratamente in modo che	Brodo	a h	a h	a b	a h	a b
il riso assorba il condimento.	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
A cottura ultimata sciogliere lo	Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
zafferano in poco brodo vegetale,	Parmigiano	5	5	5	6	6
unirlo al riso e amalgamare bene.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6
A fuoco spento aggiungere il						
parmigiano.						
Usare sale iodato con moderazione.						

#### 142 - RISOTTO CON CREMA DI PISELLI

Ricetta: Stufare i piselli con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta n. 401). Passarli in modo da ottenere una crema omogenea ed unire il riso. Mescolare accuratamente		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
in modo che il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura	Riso parboiled	50	60	70	75	80
aggiungendo, man mano, brodo	Piselli surg.	15	15	20	20	25
vegetale bollente.	Cipolla	3	3	5	5	5
Togliere dal fuoco e aggiungere il parmigiano.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 143 - RISOTTO CON INDIVIA

Ricetta:  Mondare e lavare l'indivia. Tagliarla a listarelle e stufarla con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta n. 401). Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
il riso assorba tutto il condimento.	Riso	50	60	70	75	80
Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente. Togliere		q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
dal fuoco e aggiungere il parmigiano.	Indivia	30	30	30	35	40
	Cipolla	3	3	5	5	5
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3	4	5	6

## 144 - RISOTTO CON ZUCCA

144 - RISUTTO CON ZUCCA						
Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a dadini e lasciarla stufare con la cipolla finemente tritata, nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta n. 401). Unire il riso.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Mescolare accuratamente in modo che	Riso	50	60	70	75	80
il riso assorba tutto il condimento. Portare a cottura aggiungendo, man	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Zucca	30	30	30	35	40
dal fuoco e aggiungere il parmigiano.	Cipolla	3	3	5	5	5
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6

#### 145 - RISOTTO CON ZUCCHINE

Ricetta:  Mondare e lavare le zucchine. Tagliarle a dadini e stufarle con la cipolla finemente tritata nell'olio e poco brodo vegetale (ricetta n. 401) Unire il riso. Mescolare accuratamente in modo che		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
il riso assorba tutto il condimento.	Riso	50	60	70	75	80
Portare a cottura aggiungendo, man mano, brodo vegetale bollente.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Zucchine	30	30	30	35	40
parmigiano	Cipolla	3	3	5	5	5
	Parmigiano	5	5	5	6	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4,5	3,5	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 146 - TORTELLINI AL BURRO E PARMIGIANO

Ricetta: Lessare i tortellini. Scolarli e condirli con il burro. A fuoco spento aggiungere il parmigiano.	Ingredienti	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Tortellini	65	80	90	100
	Parmigiano	7	8	9	10
Usare sale iodato con moderazione.	Burro	7	8	9	10



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 14.2 Tabelle dietetiche secondi piatti

## 201 - ARROSTO DI BOVINO

Ricetta: Condire la carne con rosmarino tritato. Mettere a cuocere in un tegame, aggiungere l'olio e un trito di sedano, carota e cipolla. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
brodo vegetale bollente (ricetta n. <b>401</b> ).  Affettare la carne e cospargerla con la	Fesa/reale bovino	50	60	80	<b>9</b> 0	100
salsa di cottura.	Sedano	2	2	2	2	2
	Carota	10	10	10	10	10
	Cipolla	5	5	5	5	5
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

#### 202 - ARROSTO DI MAIALE

ZUZ - AININOSTO DI MAIALL						
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Condire la carne con un trito di alloro e		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
rosmarino. Mettere la carne in un		g	g	(classi	(classi	1° grado/
tegame, aggiungere aglio intero e olio.				l e II)	ÌII, IV e	Adulti
Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo				g	V)	g
vegetale bollente (ricetta n. 401).					g	
Affettare la carne e cospargerla con la	Arista maiale	50	60	80	90	100
salsa di cottura.	Alloro	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 203 - ARROSTO DI TACCHINO

Ricetta:  Mettere a cuocere la carne in un tegame, aggiungere l'olio ed un trito di sedano, carota e cipolla. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo vegetale bollente (ricetta n. 401).	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Affettare la carne e cospargerla con la salsa di cottura.	Fesa tacchino	50	60	80	90	100
	Sedano	2	2	2	2	2
	Carota	10	10	10	10	10
	Cipolla	5	5	5	5	5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

#### 204 - BOCCONCINI DI MAIALE IMPANATI

Ricetta: Tagliare la carne a dadini, passarla nelle uova sbattute e successivamente nel pangrattato. Disporre in una teglia oliata ed	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Adulti g
informare. Limone a richiesta.	Arista/ lombata di maiale	50	60	100
	Uova	6	8	13
	Pangrattato	5	6	10
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	6

## 205 - BOCCONCINI DI TACCHINO

Ricetta: Tagliare la carne in piccoli pezzi e condirla con olio, aglio e rosmarino tritato. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto brodo vegetale bollente (ricetta n. 401).	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Servire la carne con la salsa di cottura.	Fesa tacchino	50	60	80	90	100
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 206 - BOCCONCINI DI TACCHINO AL LIMONE

Ricetta: Tagliare la carne in piccoli pezzi e condirla con olio e cipolla. Far cuocere a fuoco moderato unendo, di tanto in tanto, brodo vegetale (ricetta n. 401). A fine cottura aggiungere il succo di	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
limone e far sfumare. Servire la carne con la salsa di cottura.	Fesa tacchino	50	60	80	90	100
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

## 207 - COSCIO DI POLLO ARROSTO

Ricetta: Lavare e asciugare bene il pollo. Condirlo con olio, rosmarino e aglio intero. Infornare.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Sovra coscio	170*	170*	170*
	pollo (fuso e	(peso lordo	(peso lordo	(peso lordo
	coscio)	225)	225)	225)
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	6	6	6

<sup>\*</sup> parte edibile s/osso, s/cartilagine e s/pelle

# 208 - COTOLETTA DI MAIALE PANATA

Ricetta:  Passare ciascuna fetta di carne nelle uova sbattute e successivamente nel pangrattato.  Disporre in una teglia oliata ed infornare.  Limone a richiesta.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Arista/lombata maiale	80	90	100
	Uova	10	12	13
	Pangrattato	8	9	10
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 209 - CROCCHETTE DI NASELLO

Ricetta: Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato e le uova ed amalgamare fino ad ottenere un	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primari a (classi I e II)	Scuola primari a (classi III, IV e	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti
impasto solido, ma non duro.  Formare le crocchette e passarle nel				g	V)	g
pangrattato.					g	
Disporle in una teglia oliata ed infornare.	Filetto nasello surg.	60	70	100	110	130
	Pangrattato per impanatura	3,5	4	5	5,5	6.5
	Uova	3	3,5	4	4,5	5,5
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

## 210 - FESA DI TACCHINO AL LIMONE

Ricetta: Infarinare le fette di fesa di tacchino, disporle in una teglia oliata ed infornare. Diluire il succo di limone filtrato con altrettanta acqua e versarlo sulla carne. Lasciar ridurre un pochino	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
il liquido e sfornare.	Fesa tacchino	50	60	80	<b>g</b> 90	100
	Farina	2,5	3	3,5	4	4,5
	Succo di limone + acqua	q.b	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

# 211 - FESA DI TACCHINO AL TEGAME

Ricetta: Disporre le fettine di fesa di tacchino in un tegame con l'olio e far cuocere. Girare con cura e terminare la cottura. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Fesa di tacchino	50	60	80	90	100
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 212 - FILETTI DI PLATESSA GRATINATI

Ricetta: Porre i filetti di platessa (correttamente scongelati) in una teglia oliata. Spolverizzare con il pangrattato ed infornare. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Filetto platessa surg.	60	70	100	110	130
	Pangrattato	3	3,5	4	4,5	5
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

#### 213 - FILETTI DI PLATESSA PANATI

Ricetta: Passare i filetti di platessa (correttamente scongelati) nelle uova sbattute e successivamente nel pangrattato. Disporre in una teglia oliata ed infornare.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Limone a richiesta.	Filetto platessa surg.	60	70	100	110	130
	Pangrattato	6	7	10	11	13
	Uova	8	9	13	14	17
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

# 214 - FORMAGGIO ASIAGO

Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Asiago	25	30	35	40	50



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 215 - FORMAGGIO CACIOTTA DOLCE

Ing	gredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Cac dolo	ciotta ce	25	30	35	40	50

#### 216 - FORMAGGIO CRESCENZA

Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
	ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
	g	g	(classi	(classi	1° grado/
			l e II)	III, IV e	Adulti
			g	V)	g
				g	
Crescenza	40	50	60	70	80

## 217 - FORMAGGIO MONTASIO

Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
	ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
	g	g	(classi	(classi	1° grado/
			l e II)	III, IV e	Adulti
			g	V)	g
				g	
Montasio	25	30	35	40	50

# 218 -FORMAGGIO PROVOLONE DOLCE

Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Provolone dolce	25	30	35	40	50



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 219 - FORMAGGIO ROBIOLA

Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
	ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondari
	g	g	(classi	(classi	1° grado/
			l e II)	III, IV e	Adulti
			g	V)	g
				g	
Robiola	40	50	60	70	80

#### **220 - FRITTATA**

Ricetta: Sbattere le uova con il latte. Oliare una teglia ed infornare. È consentita la cottura, in alternativa, in padella.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Uova	50	50	50	75	100
	Latte UHT	2	2	2	3	4
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	4	5	6

## 221 - FRITTATA CON PATATE

Ricetta: Lavare, sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Condirle con olio, metterle in una teglia ed infornare. Sbattere le uova con il latte e versare il composto sulle patate. Infornare nuovamente.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
È consentita la cottura, in alternativa,	Uova	50	50	50	75	100
in padella.	Patate	70	70	70	100	140
	Latte UHT	2	2	2	3	4
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 222 - FRITTATA CON PORRI

Ricetta: Lavare, mondare e tagliare i porri, eliminando le foglie esterne. Metterli in un tegame con olio, coprire con un coperchio e portare a cottura. Sbattere le uova, aggiungere il	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
parmigiano. Versare il composto sui	Uova	50	50	50	75	100
porri e infornare.	Porri	70	80	90	100	120
È consentita la cottura, in alternativa,	Parmigiano	5	5	5	6	6
in padella.	Olio extrav.	4	4	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.						

#### 223 - FRITTATA CON ZUCCHINE

Ricetta: Lavare e mondare le zucchine e	Ingredienti	Sezione ponte	Scuola Infanzia	Adulti
tagliarle a rondelle. Condirle con olio, metterle in una teglia ed infornare. Sbattere le uova con il latte e versare		g	g	g
il composto sulle zucchine. Infornare	Uova	50	50	100
nuovamente.	Zucchine	100	100	200
È consentita la cottura, in alternativa,	Latte UHT	2	2	4
in padella.	Olio extrav.	4	4	6
Usare sale iodato con moderazione.				

#### 224 - FUSO DI POLLO ARROSTO

Ricetta: Lavare e asciugare bene i fusi di pollo. Condirli con olio, rosmarino e aglio intero. Infornare.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Adulti g
	Fuso pollo	80* (peso lordo 120)	80* (peso lordo 120)	160 * (peso lordo 240)
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	6

<sup>\*</sup> parte edibile s/osso s/pelle



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 225 - HAMBURGER DI BOVINO

Ricetta:  Macinare la carne. Unire le uova ed il pane raffermo precedentemente ammollato ed amalgamare.  Formare gli hamburger e disporli in una teglia oliata. Infornare.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Spalla bovino	50	60	80	90	100
	Uova	2.5	2.5	3	3,5	4
	Pane raffermo	5	6	8	9	10
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

## 226 - MEDAGLIONI DI LIMANDA

Ricetta: Tritare i filetti di limanda (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato, e le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Formare i medaglioni e disporli in una teglia oliata ed infornare.	Filetto limanda surg.	60	70	100	110	130
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
	Uova	3	3,5	4	4,5	5,5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

# 227 - MEDAGLIONI DI MERLUZZO

Ricetta: Tritare i filetti di merluzzo (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo precedentemente ammollato e le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
i medaglioni e disporli in una teglia oliata ed infornare.	Filetto merluzzo surg.	60	70	100	110	130
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
Heave calc indate can made various	Uova	3	3,5	4	4,5	5,5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 228 - MEDAGLIONI DI MERLUZZO AL LIMONE

Ricetta: Tritare i filetti di merluzzo	Ingredienti	Sezione ponte	Scuola Infanzia	Scuola primaria	Scuola primaria	Scuola secondaria
(correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato, le uova e la buccia del limone grattugiata.		g	g	(classi I e II) g	(classi III, IV e V) g	1° grado/ Adulti g
Amalgamare fino ad ottenere un impasto solido. Formare i medaglioni, disporli in una teglia oliata ed	Filetto merluzzo surg.	60	70	100	110	130
infornare.	Pane raffermo	6	7	10	11	13
	Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Uova	3	4	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	5	5	6

## 229 - MEDAGLIONI DI NASELLO AL LIMONE

Ricetta: Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato, le uova e la buccia del limone grattugiata. Amalgamare fino ad ottenere un	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni e disporli in una teglia oliata ed infornare.	Filetto di nasello surg.	60	70	100	110	130
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
	Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Uova	3	3,5	4	4,5	5,5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

#### 230 - MEDAGLIONI DI SPIGOLA

Ricetta: Tritare i filetti di spigola (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido, ma non duro. Formare i medaglioni e disporli in una teglia	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
oliata ed infornare.	Filetto di spigola surg.	60	70	100	110	130
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
Heave calc indate can madayariana	Uova	3	3,5	4	4,5	5,5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 231 - MOZZARELLA DI BUFALA

Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
Mozzarella di bufala	50	60	70	80	100

#### 232 - PETTO DI POLLO AL LIMONE

Ricetta: Disporre i petti di pollo in un tegame con l'olio e far cuocere. Girare con cura e terminare la cottura. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
	Petto di pollo	50	60	80	90	100
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

#### 233 - PETTO DI POLLO PANATO

Ricetta: Passare i petti di pollo nelle uova sbattute e leggermente salate e successivamente nel pangrattato. Disporre in una teglia oliata ed infornare. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
	Petto pollo	50	60	80	90	100
	Uova	6	8	10	12	13
	Pangrattato	5	6	8	9	10
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 234 - POLPETTE DI CARNE MISTA AL POMODORO

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Far appassire nell'olio la cipolla tritata		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
finemente, aggiungere i pomodori		g	g	(classi	(classi	1° grado/
passati e far cuocere.				l e II)	III, IV e	Adulti
Macinare le carni. Unire le uova ed il				g	V)	G
pane raffermo, precedentemente ammollato, ed amalgamare. Formare le				3	g	
polpette. Disporre le polpette in una		25	30	40	45	50
teglia oliata ed infornare. Versare il	bovino	20	30	40	43	30
sugo sulle polpette e infornare	Spalla	25	30	40	45	50
nuovamente per terminare la cottura.	maiale			40		
Prima di servire spolverizzare le	Cipolla	3	3	4	5	5
polpette con il parmigiano.	Uova	2,5	2,5	3	3,5	4
	Pane raffermo	5	6	8	9	10
	Pomodori pelati	30	35	40	45	50
	Parmigiano	2	3	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

# 235 - POLPETTONE DI AGNELLO

235 - POLPETTONE DI AGNELLO				
Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Adulti
Macinare la carne. Unire le uova, il		ponte	Infanzia	
prezzemolo fresco lavato e tritato		g	g	g
finemente ed il pane raffermo, precedentemente ammollato. Formare	Agnello disossato	50	60	100
il polpettone e avvolgerlo con carta da forno precedentemente oliata. Disporlo	Uova	2,5	2,5	4
in una teglia e infornare.	Pane raffermo	5	6	10
in and togila o informato.	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	6

#### 236 - POLPETTONE DI BOVINO

Ricetta:  Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente ed il pane raffermo precedentemente ammollato. Formare il polpettone e avvolgerlo con carta da forno precedentemente oliata. Disporlo		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
in una teglia e infornare.	Spalla bovino	50	60	80	90	100
	Uova	2,5	2,5	3	3,5	4
	Pane raffermo	5	6	8	9	10
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 237 - POLPETTONE GOLOSO DI BOVINO

Ricetta:  Macinare la carne. Unire le uova, il prezzemolo fresco lavato e tritato finemente, il pane raffermo precedentemente ammollato ed il prosciutto tritato. Formare il polpettone e avvolgerlo con carta da forno	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Adulti g
	Spalla bovino	50	60	100
precedentemente oliata. Disporlo in una teglia e infornare.	Prosciutto cotto	5	6	10
and region e initiation	Uova	2,5	2,5	4
	Pane raffermo	5	6	10
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	6

# **238 - RICOTTA**

Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
Ricotta di pecora	50	60	70	80	100

#### 239 - SALTIMBOCCA ALLA ROMANA

233 - SALTINIDOCCA ALLA NOMANA				
Ricetta:  Battere leggermente le fettine di carne.  Disporle in una teglia dove si son fatti scaldare il burro e l'olio e infornare.  Disporre il prosciutto crudo e la foglia di salvia su ciascuna fettina, infornare	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
nuovamente per pochi attimi.	Fesa/ lombata noce/ Scamone di bovino	80	90	100
	Prosciutto crudo	8	9	10
	Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
	Burro	2,5	3	3
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	2,5	2,5	3



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 240 - SCALOPPINA DI BOVINO

Ricetta: Battere leggermente le fettine di carne ed infarinarle. Adagiarle in un tegame dove si son fatti scaldar il burro e l'olio e far cuocere. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
	Fesa/ Lombata/ noce/ Scamone di bovino	50	60	80	90	100
	Farina	2,5	3	3,5	4	4,5
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Burro	2	2,5	2,5	3	3
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	2	2	2,5	2,5	3

# 241 - SFORMATINO DI PLATESSA

Ricetta: Tritare i filetti di platessa (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato, le uova ed amalgamare fino ad ottenere un	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
impasto solido. Disporre il composto in una teglia ed infornare.	Filetto di platessa surg.	60	70	100	110	130
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
	Uova	3	4	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	5	5	6

## 242 - SPEZZATINO DI AGNELLO

Ricetta: Lavare e asciugare bene l'agnello, tagliarlo a dadini e condirlo con olio, aglio e rosmarino; girare più volte i dadini perché si insaporiscano bene. Disporlo in un tegame e portare a cottura.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Agnello disossato	80	90	100
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 243 - STRACCETTI DI BOVINO

Ricetta:  Tagliare la carne a striscioline molto sottili. Disporle in un tegame con olio, girando spesso fino a cottura ultimata e ponendo molta attenzione affinché non risultino asciutte.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
	Noce di bovino	50	60	80	90	100
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

#### 244 - STRACCETTI DI POLLO CREMOLATI

Ricetta: Tagliare il petto di pollo a striscioline, infarinarle, adagiarle in un tegame con l'olio e far cuocere con poco brodo vegetale (ricetta n. 401); mescolare con cura e far ridurre il liquido.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
	Petto pollo	50	60	80	90	100
	Farina	2,5	3	3,5	4	4,5
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

# 245 - TIMBALLO DI NASELLO AL LIMONE

Ricetta: Tritare i filetti di nasello (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato e le uova. Aggiungere la scorza di limone	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti G
grattugiata ed amalgamare fino ad ottenere un impasto solido.  Disporre il composto in una teglia	Filetto di nasello surg.	60	70	100	110	130
oliata ed infornare.	Pane raffermo	6	7	10	11	13
	Uova	3	4	4	5	6
	Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	5	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 246 - TONNO ALL'OLIO DI OLIVA

Ricetta: Sgocciolare il tonno prima di servire.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Tonno all'olio di oliva	50	70	80

#### 247 - TORTINO DI FAGIOLI E CAROTE

Ricetta: Cuocere in abbondante acqua i fagioli (precedentemente messi in ammollo per una notte, risciacquati bene e scolati) con il rosmarino. Lessare le carote con la cipolla. Passare il tutto,	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
unire il pangrattato ed il prezzemolo tritato ed amalgamare. Versare il composto in una teglia oliata,	Fagioli cannellini secchi	20	25	30	40	50
spolverare con pangrattato ed	Carote	40	50	60	75	100
infornare fino a quando si sarà formata	Cipolla	8	10	10	15	20
una crosticina.	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Pangrattato per impasto	5	6	6,5	7	9
	Pangrattato per impanatura	2	2,5	3	3,5	5
Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	7	8,5	10	12	14

## 248 - TORTINO DI LIMANDA

Ricetta: Tritare i filetti di limanda (correttamente scongelati). Unire il pane raffermo, precedentemente ammollato e le uova, amalgamare fino ad ottenere un	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
impasto solido. Disporre il composto in una teglia oliata ed infornare.	Filetto di limanda surg.	60	70	100	110	130
	Pane raffermo	6	7	10	11	13
	Uova	3	4	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4	5	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 249 - TORTINO DI PATATE

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e lessare le patate; sbucciarle		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
e passarle. Unire le uova, il latte, il		g	g	(classi	(classi	1° grado/
prosciutto cotto e il fior di latte tritati.				Ì e II)	ÌII, IV e	Adulti
Amalgamare il composto e stenderlo sulla teglia oliata e cosparsa di				g	V)	g
pangrattato. Cospargere anche la					g	
superficie del tortino con il pangrattato	Patate	100	120	150	180	200
ed infornare.	Fior di latte	20	25	30	30	30
	Prosciutto cotto	20	25	25	25	30
	Latte UHT	10	15	20	25	30
	Uova (g)	5	7	10	12.5	14
	Pangrattato	3	3,5	4	4,5	5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	4	4,5	5	5,5	6

250 - UOVA STRAPAZZATE						
Ricetta: Sbattere le uova. Far sciogliere il burro in una padella e versarvi il composto mescolando in continuazione. Quando le uova divengono simili ad una crema, togliere dal fuoco.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Uova	50	50	50	75	100
	Latte UHT	3	3	3	4	5
Usare sale iodato con moderazione.	Burro	4	4	4	5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 14.3 Tabelle dietetiche contorni

## 301 - BIETA AL POMODORO

Ricetta:  Mondare e lavare la bieta. Lessarla in poca acqua. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata ed unire i pomodori passati.  Aggiungere la bieta e terminare la cottura.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Bieta	100	120	150	180	200
	Cipolla	2	3	4	4,5	5
	Pomodori pelati	30	45	50	55	60
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

## 302 - BIETA ALL'OLIO

Ricetta:  Mondare la bieta, lavarla e lessarla in poca acqua. Scolare bene e condire con olio.  Limone a richiesta.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Fagiolini surg.	100	120	150	180	200
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

#### 303 - BROCCOLI ROMANESCHI ALL'OLIO

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Mondare e lavare i broccoli. Lessarli e,		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
dopo averli scolati bene, condirli con		g	g	(classi	(classi	1° grado/
olio. Limone a richiesta.				l e II)	III, IV e V)	Adulti
Limone a nonesta.				g	g	g
	Broccolo romanesco	100	120	150	180	200
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## **304 - CAROTE AL TEGAME**

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Mondare le carote, lavarle e tagliarle a		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
pezzettini. In un tegame far appassire		g	g	(classi	(classi	1° grado/
nell'olio la cipolla finemente tritata		Ü		l e II)	ÌΙΙ, IV e	Adulti
Unire le carote, aggiungere poco brodo				g	V)	g
vegetale (ricetta n. <b>401</b> ) e far stufare.				9	,	9
Durante la cottura, se necessario,					g	
aggiungere altro brodo vegetale	Carote	100	120	150	180	200
bollente. A fine cottura il brodo deve	Brodo	q.b.	g.b.	q.b.	q.b.	g.b.
essere del tutto consumato.	vegetale	<b>q.</b> υ.	q.b.	q.b.	<b>q.</b> υ.	q.b.
	Cipolla	2	3	4	4,5	5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

### 305 - CAROTE ALLA JULIENNE

303 - CAROTE ALLA JULIENNE				
Ricetta: Pulire le carote e lavarle. Tagliarle a julienne e condirle con olio. Limone a richiesta.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Carote	70	80	100
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6

# **306 - CAROTE GLASSATE**

Ricetta:	Ingredienti	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Mondare le carote, lavarle e tagliarle a		Infanzia	primaria	primaria	secondaria
listarelle. In un tegame far appassire		g	(classi	(classi	1° grado/
nel burro la cipolla finemente tritata e			l e II)	III, IV e	Adulti
aromatizzata con salvia.			g	V)	g
Unire le carote, aggiungere poco brodo				g	
vegetale (ricetta n. <b>401</b> ) e far stufare. A	Carote	120	150	180	200
fine cottura aggiungere lo zucchero, il succo di limone e far evaporare.	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Cipolla	3	4	4.5	5
	Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Salvia	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Zucchero	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Burro	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# **307 - CAROTE STUFATE**

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Mondare le carote, lavarle e tagliarle a		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
listarelle. In un tegame far appassire		g	g	(classi	(classi	1° grado/
nell'olio la cipolla finemente tritata.				l e II)	III, IV e	Adulti
Unire le carote, aggiungere poco brodo				g	V)	g
vegetale (ricetta n. <b>401</b> ) e far stufare.					g	
Durante la cottura, se necessario,		100	120	150	180	200
aggiungere altro brodo vegetale. A fine		q.b.	g.b.	q.b.	q.b.	q.b.
cottura il brodo deve essere del tutto	vegetale	<b>q.</b> υ.	q.b.	q.b.	<b>q.</b> υ.	q.b.
consumato.	Cipolla	2	3	4	4,5	5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

## 308 - CAVOLFIORI ALL'OLIO

Ricetta:  Mondare e lavare i cavolfiori.  Lessarli e, dopo averli scolati bene, condirli con olio.  Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Cavolfiori	100	120	150	180	200
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

# **309 - CAVOLFIORI GRATINATI**

Ricetta:  Mondare e lavare i cavolfiori eliminando le foglie ed il gambo centrale. Lessarli fino a quando saranno teneri ma non sfatti. Scolarli. Disporli in una teglia oliata e spolverizzare con il pangrattato.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Gratinare al forno.	Cavolfiori	100	120	150	180	200
	Pangrattato	2	3	4	4,5	5
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 310 - FAGIOLINI AL POMODORO

Ricetta: Lessare i fagiolini al dente e scolarli. In un tegame far appassire nell'olio la cipolla finemente tritata ed unire i pomodori passati. Aggiungere i fagiolini e terminare al cottura.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Fagiolini	100	120	150	180	200
	Cipolla	2	3	4	4,5	5
	Pomodori pelati	30	45	50	55	60
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

## 311 - FAGIOLINI ALL'OLIO

Ricetta: Lessare i fagiolini. Scolarli e condirli con olio. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Fagiolini	100	120	150	180	200
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

# 312 - FINOCCHI AL TEGAME

Ricetta:  Mondare e lavare i finocchi. Tagliarli a spicchi e disporli in un tegame con olio e aglio. Aggiungere poco brodo	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Adulti g
vegetale (ricetta n. 401), mescolare e	Finocchi	100	120	200
far stufare. Durante la cottura, se necessario, aggiungere altro brodo	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
vegetale bollente. A fine cottura il	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
brodo deve essere del tutto consumato.  Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 313 - FINOCCHI GRATINATI

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Adulti
Mondare, lavare i finocchi e tagliarli in		ponte	Infanzia	
quattro. Lessarli e scolarli. Tagliarli a		g	g	g
fette e disporli in una teglia oliata. Salare e spolverizzare con il	Finocchi	100	120	200
pangrattato.	Pangrattato	2	3	5
Gratinare al forno.	Olio extrav.	3	4	6
Usare sale iodato con moderazione.				

### 314 - FIORI DI ZUCCA ALLA ROMANA

Ricetta: Foderare una teglia con carta da forno; disporvi i fiori di zucca ancora surgelati, porre in forno già caldo e lasciar cuocere per circa 10 minuti o per il tempo indicato sulla confezione.		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Fiori di zucca pastellati surg.	80	80	160

## 315 - INSALATA DI FINOCCHI

OIO MOREATA BIT MOOOTII				
Ricetta:  Mondare e lavare i finocchi. Tagliarli finemente e condirli con olio.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Finocchi	70	80	100
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6

## 316 - INSALATA DI POMODORI

Ricetta: Lavare i pomodori. Eliminare i piccioli, affettarli e condirli con olio.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Pomodori	50	60	70	80	100
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

317 - INSALATA MISTA (ESTATE)

Ricetta:  Mondare e lavare gli ortaggi. Tagliare l'insalata finemente, le carote a julienne ed i pomodori a fette.  Condire con olio.  Aceto a richiesta.		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Cappuccina	20	<b>9</b> 25	30
	Carote	20	25	30
	Pomodori	30	30	40
	Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6

318 - INSALATA MISTA (INVERNO)

310 - INSALATA WISTA (INVERNO)				
Ricetta:  Mondare e lavare gli ortaggi. Tagliare l'insalata finemente, le carote a julienne ed i finocchi a fette.  Condire con sale ed olio.  Aceto a richiesta.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Cappuccina	20	25	30
	Carote	20	25	30
	Finocchi	30	30	40
	Aceto	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6

# 319 - INSALATA VERDE

Ricetta:  Mondare e lavare l'insalata. Tagliarla finemente e condirla con olio.  Aceto a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Cappuccina	50	60	70	80	100
	Aceto	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 320 - PATATE AL FORNO

Ricetta: Sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Condirle con olio e rosmarino e metterle in una teglia. Infornare.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II)	Scuola primaria (classi III, IV e	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti
				g	V) g	g
	Patate	100	120	150	180	200
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

# **321- PATATE AL TEGAME**

Ricetta: Lavare e lessare per pochi minuti le patate. Sbucciarle, tagliarle a dadini e disporle in un tegame con l'olio, l'aglio ed il rosmarino. Far cuocere fino a quando non saranno ben rosolate ed eliminare l'aglio.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
_	Patate	100	120	150	180	200
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

# 322 - PATATE ALL'OLIO

Ricetta: Lavare e lessare le patate; sbucciarle e tagliarle a dadini. Condire con olio.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Patate	100	120	150	180	200
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 323 - PISELLI AL TEGAME

Ricetta: Far appassire la cipolla finemente tritata nell'olio, aggiungere i piselli e poco brodo vegetale (ricetta n. 401) Far cuocere. Durante la cottura, se necessario, aggiungere altro brodo vegetale bollente. A fine cottura il		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
brodo deve essere del tutto		80	100	150
consumato.	Cipolla	5	8	10
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6

## 324 - PUREA DI CAROTE

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Mondare, lavare, lessare e schiacciare		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
le carote; raccogliere la purea in una		g	g	(classi	(classi	1° grado/
casseruola. Scaldare il latte senza farlo				l e II)	III, IV e	Adulti
bollire Aggiungere alle carote il latte				g	V)	g
caldo e il burro a pezzetti; lavorare					g	
bene il composto fino ad ottenere una	Carote	100	120	150	180	200
purea soffice ed omogenea. Togliere	Latte UHT	30	35	45	50	60
dal fuoco, aggiungere il parmigiano e	Parmigiano	3	3,5	4,5	5	6
mescolare bene.						
	Burro	3	4	5	5,5	6
Usare sale iodato con moderazione.						

## 325 - PUREA DI PATATE

Ricetta: Lavare e lessare le patate; sbucciarle e passarle. Raccogliere la purea in una casseruola. Scaldare il latte senza farlo bollire. Aggiungere alle patate il burro a	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II)	Scuola primaria (classi III, IV e	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti
pezzetti. Versare lentamente il latte				g	V) g	g
caldo e lavorare bene il composto fino ad ottenere una purea soffice ed		100	120	150	180	200
omogenea. Togliere dal fuoco,		30	35	45	50	60
aggiungere il parmigiano e mescolare	Parmigiano	3	3,5	4,5	5	6
bene.  Usare sale iodato con moderazione.	Burro	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 326 - SCAROLA AL TEGAME

Ricetta: Mondare e lavare la scarola. Lessarla, scolarla e disporla in un tegame con olio ed aglio. Aggiungere poco brodo vegetale (ricetta n. 401), mescolare e far stufare.		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Scarola	150	180	200
	Brodo vegetale	q.b.	q.b	q.b.
	Aglio	q.b.	q.b	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	5	5,5	6

### 327 - SPINACI AL BURRO E PARMIGIANO

Ricetta: Lessare gli spinaci in poca acqua, scolarli e strizzarli bene, ripassarli al tegame con burro e parmigiano.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Spinaci	100	120	150	180	200
	Parmigiano	2	3	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Burro	3	4	5	5,5	6

# 328 - SPINACI ALL'OLIO

Ricetta: Lessare gli spinaci in poca acqua, scolarli e strizzarli bene. Condirli con olio. Limone a richiesta.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Spinaci	100	120	150	180	200
	Limone (succo)	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 329 - TORTINO DI ZUCCA

Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a cubetti e cuocerla in un tegame con poca acqua. Dopo averla scolata molto bene per far perdere tutta l'acqua, metterla in un recipiente, aggiungere le		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
uova, il pangrattato ed il parmigiano.	Zucca	100	120	150	180	200
Amalgamare il tutto finché il composto		5	6	7,5	9	10
non risulti omogeneo ed adagiarlo in	Pangrattato	10	12	15	18	20
una teglia leggermente oliata. Infornare	Uova	10	12	15	18	20
fino al formarsi della crosticina in superficie.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6
Usare sale iodato con moderazione.						

### 330 - TORTINO DI ZUCCHINE

Ricetta: Lavare e mondare le zucchine, tagliarle in piccoli pezzi e cuocerle in un tegame con poca acqua. Dopo averle scolate molto bene per far perdere tutta l'acqua, metterle in un recipiente, aggiungere le uova, il pangrattato ed il		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
parmigiano. Amalgamare il tutto finché		100	120	150	180	200
il composto non risulti omogeneo ed	Parmigiano	5	6	7,5	9	10
adagiarlo in una teglia leggermente	Pangrattato	10	12	15	18	20
oliata. Infornare fino al formarsi della	Uova	10	12	15	18	20
crosticina in superficie.  Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

### 331 - ZUCCA AL TEGAME

Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni, tagliarla a pezzetti e disporla in un tegame con olio e aglio. Aggiungere poco brodo vegetale	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
(ricetta n. <b>401</b> ), mescolare e far	Zucca	100	120	150	180	200
stufare. Durante la cottura, se necessario, aggiungere altro brodo	vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
vegetale e far rapprendere. Eliminare	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
l'aglio.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6
Usare sale iodato con moderazione.						



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 332 - ZUCCA GRATINATA

Ricetta: Lavare e mondare la zucca eliminando la buccia ed i semini interni. Tagliare a fette. Disporre in una teglia oliata e spolverizzare con il pangrattato e il parmigiano.	Ingredienti	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Gratinare al forno.	Zucca	100	120	150	180	200
	Pangrattato	2	3	4	5	6
	Parmigiano	2	3	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

# 333 - ZUCCHINE GRATINATE

Ricetta: Lavare e mondare le zucchine. e tagliarle a fette. Disporle in una teglia oliata, condirle con pangrattato, prezzemolo fresco lavato e tritato finemente, olio. Infornare.		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Zucchine	100	120	150	180	200
	Pangrattato	2	3	4	5	6
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6

## 334 - ZUCCHINE TRIFOLATE

Ricetta:	Ingredienti	Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
Lavare e mondare le zucchine e		ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
tagliarle a pezzettini. Metterle in un		g	g	(classi	(classi	1° grado/
tegame con olio e aglio intero e far				l e II)	III, IV e	Adulti
cuocere. A cottura ultimata aggiungere				g	V)	g
il prezzemolo fresco lavato e tritato					ģ	3
finemente.						
	Zucchine	100	120	150	180	200
	Aglio	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	3	4	5	5,5	6



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 14.4 Tabelle dietetiche altri alimenti

401 - BRODO VEGETALE da utilizzare per le preparazioni

Ricetta:  Mondare e lavare le verdure accuratamente. Tagliarle in grossi pezzi ed immergerle in acqua fredda. Portare a		Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
ebollizione e cuocere. Filtrare il	Cipolle	2	2	2	2	2
brodo ottenuto e utilizzarlo	Carote	2	2	2	2	2
nelle preparazioni laddove previsto.	Sedano	2	2	2	2	2

### 402 - PANE

Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
20	20	20	40	60

#### **403 - PANE INTEGRALE**

TOS - I AND INTIEC	IVALL				
	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	20	20	20	40	60

## **404 - FRUTTA**

Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
100	100	150	150	150

# 405 - GELATO

Sezione	Scuola	Scuola	Scuola	Scuola
ponte	Infanzia	primaria	primaria	secondaria
g	g	(classi	(classi	1° grado/
		l e II)	III, IV e	Adulti
		g	V)	g
			g	
50	50	50	50	50
1	1	1		1



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 15. SPUNTINI - MERENDE



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 15.1 Tabelle dietetiche spuntini della mattina estivi

	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Panino all'olio/	20	20	25	25	25
Marmellata	15	15	15	20	25
Yogurt da bere	100	100	200	200	200
Plum-cake allo yogurt	30	30	30	2 x 30	2 x 30
Polpa frutta/ Biscotti frollini al cacao equo e solidali	100	100 16,5	-	-	-
Frullato di frutta/ Biscotti frollini al cacao equo e solidali	-	-	120 16,5	120 2 x 16,5	120 2 x 16,5
Cracker	25	25	25	50	50

## 15.2 Tabelle dietetiche spuntini del pomeriggio estivi

	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Banana	150	150/200	150/200	150/200	150/200
Focaccia bianca soffice	30	30	60	60	90
Mini grissini/	15	15	15	25	25
Succo di frutta senza zuccheri aggiunti	200	200	200	200	200
Muffin allo yogurt	30	30	30	2 x 30	2 x 30
Crostatina con marmellata	30	30	30	2 x 30	2 x 30



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 15.3 Tabelle dietetiche spuntini della mattina invernali

	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
Crostatina con marmellata di frutta	30	30	30	2 x 30	2 x 30
Spremuta di arancia/ Biscotti frollini al cacao	100	120	150	150	150
equo e solidali	16,5	16,5	16,5	16,5 x 2	16,5 x 2
Panino con cioccolato al	20	20	25	25	25
latte/fondente	20	20	20	20	30
Yogurt da bere	100	100	200	200	200
Focaccia rossa soffice	30	30	60	60	90

# 15.3 Tabelle dietetiche spuntini del pomeriggio invernali

	Sezione ponte g	Scuola Infanzia g	Scuola primaria (classi I e II)	Scuola primaria (classi III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti
Dalma fronts /	100	100	g	g	g
Polpa frutta/ Biscotti frollini al miele	100	100	_	_	_
equo e solidali	-	16,5			
Frullato di frutta/			120	120	120
Biscotti frollini al miele	-	_			
equo e solidali			16,5	2 x 16,5	2 x 16,5
Focaccia bianca soffice	30	30	60	60	90
Cracker	25	25	25	50	50
Muffin con gocce di	20	20	20	2 × 20	2 v 20
cioccolato	30	30	30	2 x 30	2 x 30
Banana	150	150/200	150/200	150/200	150/200



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 16. CESTINO FREDDO



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 16.1 Composizione e tabelle dietetiche

### 501 - CESTINO FREDDO SEZIONE PONTE/ADULTI

### **Bambini**

- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g
- 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

1 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g

#### **Adulti**

- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

	Sezione ponte	Adulti			
	g	g			
Pane	2 x 25	2 x 50; 1 x 25			
Prosciutto cotto	20	60			
Caciotta dolce	20	40			
Frollini miele/cacao	16,5	16,5			
Banana bio	150/200	150/200			
Frullato di frutta	-	120			
Acqua naturale	500 (ml)	500 (ml)			
Spuntino da inserire					
Cracker bio	25	2 x 25			



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 502 - CESTINO FREDDO SCUOLA DELL'INFANZIA/ADULTI

### **Bambini**

- 2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno
- 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g
- 1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

1 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g

#### **Adulti**

- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

	Infanzia	Adulti
	g	g
Pane	3 x 25	2 x 50; 1 x 25
Prosciutto cotto	40	60
Caciotta dolce	20	40
Frollini miele/cacao	16,5	16,5
Banana bio	150/200	150/200
Frullato di frutta	-	120
Acqua naturale	500 (ml)	500 (ml)
	Spuntino da inserire	
Cracker bio	25	2 x 25



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 503 - CESTINO FREDDO SCUOLA PRIMARIA (classi I e II) /ADULTI

### **Bambini**

2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno

- 1 panino all'olio da 25 g con 30 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

1 pacchetto di cracker bio non salati in superficie da 25 g

#### Adulti

- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

	Scuola primaria	Adulti
	(classi I e II)	g
	g	
Pane	3 x 25	2 x 50; 1 x 25
Prosciutto cotto	40	60
Caciotta dolce	30	40
Frollini	16,5	16,5
miele/cacao	10,5	10,5
Banana bio	150/200	150/200
Frullato di frutta	120	120
Acqua naturale	500 (ml)	500 (ml)
	Spuntino da inserire	
Cracker bio	25	2x25



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 504 - CESTINO FREDDO SCUOLA PRIMARIA (classi III, IV e V)/ADULTI

### **Bambini**

2 panini all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto cadauno

2 panini all'olio da 25 g con 20 g di formaggio caciotta dolce cadauno

1 banana bio equo e solidale da 150/200 g

1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

#### **Adulti**

- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

	Scuola primaria	Adulti				
	(classi III, IV e V)	g				
	g					
Pane	4 x 25	2 x 50; 1 x 25				
Prosciutto cotto	40	60				
Caciotta dolce	40	40				
Frollini	16,5	16,5				
miele/cacao	10,5	10,5				
Banana bio	150/200	150/200				
Frullato di frutta	120	120				
Acqua naturale	500 (ml)	500 (ml)				
	Spuntino da inserire					
Cracker bio	2x25	2x25				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 505 - CESTINO FREDDO SCUOLA SECONDARIA di I grado/ADULTI

### **Bambini**

- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

#### **Adulti**

- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di prosciutto cotto ed 1 panino all'olio da 25 g con 20 g di prosciutto cotto
- 1 panino all'olio da 50 g con 40 g di formaggio caciotta dolce
- 1 banana bio equo e solidale da 150/200 g
- 1 confezione di frollini al miele/cacao equo e solidale in monoporzione da 16,5 g

Frullato di frutta (confezione da 120 g)

1 bottiglia di acqua naturale in PET da 500 ml

### Spuntino da inserire:

2 pacchetti di cracker bio non salati in superficie da 25 g cadauno

	Secondaria di I	Adulti				
	grado	g				
	g					
Pane	2 x 50; 1 x 25	2 x 50; 1 x 25				
Prosciutto cotto	60	60				
Caciotta dolce	40	40				
Frollini	16,5	16,5				
miele/cacao	10,5	10,5				
Banana bio	150/200	150/200				
Frullato di frutta	120	120				
Acqua naturale	500 (ml)	500 (ml)				
Sp	Spuntino da inserire					
Cracker bio	2x25	2x25				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 17. MENU DI RIAPERTURA



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 17.1 Composizione

## Menu dopo un periodo di chiusura del servizio per quattro o più giorni

Pasta al burro e parmigiano ricetta n. 115 Formaggio Caciotta dolce ricetta n. 215

dovrà essere sostituito dalle uova e viceversa.

Oppure

Uova strapazzate ricetta n. **250** Patate al forno ricetta n. **320** 

Pane n. **402** Frutta n. **404** 

N.B. Qualora nella medesima settimana sia già prevista la somministrazione del formaggio, lo stesso



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# **18. RICETTE MULTICULTURALI**



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 18.1 Tabelle dietetiche ricette multiculturali

### **COUS COUS POLLO E VERDURE - MAROCCO**

Ricetta  Mondare, lavare e tagliare le carote e le zucchine a cubetti; in una padella oliata unire la cipolla tritata e le verdure; aggiungere il petto di pollo a		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
cubetti e continuare la cottura.	Cous cous	45	50	55
Far rinvenire il cous cous con il brodo		80	90	100
vegetale e un po' di olio, sgranarlo e	Zucchine	40	60	70
condire con le verdure e il pollo e la	Carote	30	40	50
restante parte di olio.	Fagiolini	40	50	60
	Cipolle	q.b.	q.b.	q.b.
	Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav.	8	9	10

## **RISO BASMATI E VERDURE - INDIA**

Ricetta  Mondare, lavare, tagliare le carote e la zucca, privata dei semini, a cubetti piccoli e cuocerli a fuoco moderato in una padella oliata in cui si è fatta		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
stufare la cipolla tritata nell'olio e poco	Riso basmati	45	50	55
brodo vegetale (ricetta n. <b>401</b> ). Verso	Zucca	30	35	35
fine cottura aggiungere il cavolfiore verde precedentemente bollito in acqua salata e tagliato a piccoli pezzi. Cuocere il riso in acqua salata, scolarlo	i Camie	20	20	20
	Cavoltiore	10	10	10
e condire con le verdure.	Cipolle	5	5	5
S somans som is verdurer	Olio extrav.	4	5	6
Usare sale iodato con moderazione.				



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# **MAIALE IN AGRODOLCE - CINA**

Ricetta Tagliare il pezzo di maiale nel senso della lunghezza. In una ciotola mescolare aceto balsamico e olio in uguale quantità e poi aggiungere poco		Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
sale, zucchero, salsa di soia e cannella e con questa salsetta strofinare tutta la	maiale	80	90	100
carne e metterla ben coperta a riposare per 1 ora e mezza in un luogo fresco.	balsamico	q.b.	q.b.	q.b.
Al termine della marinatura, asciugare		5	5.5	6
la carne e arrostirla in forno moderato (180° circa) per 1 ora o più, fino a che	Zucchero	q.b.	q.b.	q.b.
non sarà ben cotta e tenera.	Salsa di soia	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Cannella in polvere	q.b.	q.b.	q.b.

## PULPE DE PUI CU BUSUIOC (COSCE DI POLLO CON BASILICO) - ROMANIA

Ricetta Lavare ed asciugare bene il pollo. Condirlo con olio, sale, basilico accuratamente lavato ed asciugato. Infornare.	Ingredienti	Scuola primaria (classi I e II) g	Scuola primaria (classi III, IV e V) g	Scuola secondaria 1° grado/ Adulti g
	Sovra coscio	170*	170 <sup>*</sup>	170 <sup>*</sup>
	pollo (Fuso di	(peso lordo 225)	(peso lordo	(peso lordo 225)
	pollo)		225)	
	Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Usare sale iodato con moderazione.	Olio extrav	6	6	6

<sup>\*</sup> parte edibile s/osso, s/cartilagine e s/pelle



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

19 TABELLE DI CONVERSIONE DEI PESI CRUDO/COTTO



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 19.1 Primi piatti

## 101 - Agnolotti freschi di carne al pomodoro

Scuo	la infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		a primaria i III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	
168	177 (160-195)	198	212 (190-233)	222	238 (214-261)	244	262 (236-288)	

### 101 – Agnolotti freschi di ricotta e spinaci al pomodoro

Scuo	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		a primaria i III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	
168	164 (148-181)	198	196 (176-215)	222	220 (198-242)	244	242 (218-266)	

### 102 - Crema di ceci con pasta (comprensivo di liquido finale di cottura)

Sezio	Sezione ponte Scuola		a infanzia		a primaria ssi I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
71	198 (178-217)	99	245 (221-270)	116	272 (245-300)	132	298 (268-328)	143	319 (287-351)

Il peso a crudo si intende con ceci secchi ammollati

Ceci secchi g. 12 = g. 24 ammollati - Sezione ponte

Ceci secchi g. 20 = g. 40 ammollati - Scuola infanzia

Ceci secchi g. 30 = g. 60 ammollati - Scuola primaria e Scuola secondaria 1°grado/Adulti

### 102 - Crema di ceci con pasta (escluso liquido finale di cottura)

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
71	88 (79-96)	99	125 (113-138)	116	142 (128-157)	132	163 (147-180)	143	179 (161-197)	

Il peso a crudo si intende con ceci secchi ammollati

Ceci secchi g. 12 = g. 24 ammollati- Sezione ponte

Ceci secchi g. 20 = g. 40 ammollati - Scuola infanzia

Ceci secchi g. 30 = g. 60 ammollati - Scuola primaria e Scuola secondaria 1°grado/Adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 103 - Crema di fagioli con pasta (comprensivo di liquido finale di cottura)

Sezio	Sezione ponte Scuola		a infanzia		a primaria ssi I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
71	199 (179-219)	100	248 (224-273)	116	275 (247-302)	131	300 (270-330)	142	321 (289-353)

Il peso a crudo si intende con fagioli secchi ammollati

Fagioli secchi g. 12 = g. 24 ammollati – Sezione ponte

Fagioli secchi g. 20 = g. 41 ammollati - Scuola infanzia

Fagioli secchi g. 30 = g. 59 ammollati - Scuola primaria e Scuola secondaria 1° grado/Adulti

## 103 - Crema di fagioli con pasta (escluso liquido finale di cottura)

Sezio	ione ponte Scuola infan		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
71	89 (80-98)	100	128 (116-141)	116	145 (130-159)	131	165 (149-182)	142	181 (163-199)

Il peso a crudo si intende con fagioli secchi ammollati

Fagioli secchi g. 12 = g. 24 ammollati - Sezione ponte

Fagioli secchi g. 20 = g. 41 ammollati - Scuola infanzia

Fagioli secchi g. 30 = g. 59 ammollati - Scuola primaria e Scuola secondaria 1° grado/Adulti

## 107 – Crema di lenticchie con pasta (comprensivo di liquido finale di cottura)

Sezio	Sezione ponte Scuola		a infanzia		a primaria ssi I e II)			Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
60	199 (179-219)	82	247 (223-272)	94	273 (245-300)	106	300 (270-330)	117	321 (289-353)

Il peso a crudo si intende con lenticchie lavate e scolate

Lenticchie secche g. 12 = g. 13,70 lavate e scolate - Sezione ponte

Lenticchie secche g. 20 = g. 23 lavate e scolate - Scuola infanzia

Lenticchie secche g. 30 = g 34 lavate e scolate - Scuola primaria e Scuola secondaria 1° grado/Adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 107 - Crema di lenticchie con pasta (escluso liquido finale di cottura)

Sezio	ne ponte	ponte Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
60	89	82	127	94	143	106	165	117	181
	(80-98)		(115-140)		(128-157)		(149-182)		(163-199)

Il peso a crudo si intende con lenticchie lavate e scolate

Lenticchie secche g. 12 = g. 13,70 lavate e scolate - Sezione ponte

Lenticchie secche g. 20 = g. 23 lavate e scolate - Scuola infanzia

Lenticchie secche g. 30 = g 34 lavate e scolate - Scuola primaria e Scuola secondaria 1°grado/Adulti

## 110 - Crema di verdure con pasta (estate) (comprensivo di liquido finale di cottura)

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
129	210 (189-231)	149	250 (225-274)	174	284 (256-313)	194	314 (283- 346)	207	337 (303- 371)	

### 110 - Crema di verdure con pasta (estate) (escluso liquido finale di cottura)

Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
129	140 (126-154)	149	170 (153-186)	174	194 (175-214)	194	219 (197- 241)	207	237 (213- 261)

### 111 – Crema di verdure con pasta (inverno) (comprensivo di liquido finale di cottura)

Sezio	one ponte Scuola infanzia		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
129	210 (189-230)	149	249 (224-274)	174	283 (255-311)	194	313 (281-344)	207	336 (302-369)



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 111 - Crema di verdure con pasta (inverno) (escluso liquido finale di cottura)

Sezio	ne ponte	Scuol	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
129	140 (126-153)	149	169 (152-186)	174	193 (174-212)	194	218 (196-239)	207	236 (212-259)	

# 113 - Lasagna (pasta secca all'uovo)

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
238	193 (175-211)	271	232 (210-254)	312	280 (254-306)	348	323 (293-353)	386	365 (331-399)	

## 113 – Lasagna (pasta surgelata all'uovo)

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia			•			ola secondaria grado/Adulti	
crudo	cotto									
196	216 (196-237)	231	258 (234-283)	273	308 (279-337)	311	353 (320-387)	346	398 (360-435)	

# 115 - Pasta al burro e parmigiano

Sezio	one ponte	Scuol					Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
62	113 (102-124)	74	135 (122-149)	86	157 (142-173)	93	170 (153-186)	100	182 (163-200)	

# 116 - Pasta al pesto

Scuol	a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)			a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	crudo cotto		cotto	
75	136 (123-150)	90	161 (145-178)	95 172 (154-189)		105	187 (168-205)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 117 - Pasta al pesto delicato

Sezio	ne ponte	А	dulti
crudo	cotto	crudo	cotto
64	115 (104-127)	102	184 (165-202)

## 118 - Pasta al pomodoro (pasta corta)

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
127	161 (145-177)	148	190 (171-209)	171	221 (198-243)	183	236 (213-260)	194	251 (226-276)

# 118 - Pasta al pomodoro (pasta lunga-spaghetti)

	primaria si I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo cotto		crudo cotto		
171	171 237 (214- 261)		254 (229-280)	194 270 (243-297)		

# 118 - Pasta al pomodoro (pasta lunga-tagliatelle di semola)

	a primaria ssi I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	
171 258 (232-283)		188	280 (252-308)	204	301 (271-331)	

# 119 - Pasta al pomodoro e basilico

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
122	157 (141-173)	142	185 (166-203)	164	215 (193- 236)	176	231 (208-254)	187	246 (221-270)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 120 - Pasta al ragù di carne (pasta corta)

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
137	169 (152-186)	163	201 (181-222)	186	232 (209-255)	198	248 (223-273)	209	263 (237-289)	

# 120 - Pasta al ragù di carne (tagliatelle di semola)

	a primaria ssi I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	
186	186 269 (242-296)		292 (262-321)	219	313 (282-344)	

# 121 - Pasta al sugo di spigola (fresca)

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
124	158 (142-174)	144	186 (167-204)	174	222 (200-244)	185	237 (213-261)	206	260 (234-286)

## 121 -Pasta al sugo di spigola (surgelata)

Sezio	<u> </u>		a infanzia		•		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto crudo cotto		crudo	cotto		
124	157 (141-172)	144	184 (166-203)	174	220 (198-242)	185	235 (211-258)	206	257 (231-282)

## 122 - Pasta al tonno (pasta corta)

	a primaria ssi I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti			
crudo	cotto	cotto crudo		crudo	cotto		
179	224 (201-246)	195	242 (218-266)	211	261 (235-287)		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 122 - Pasta al tonno (pasta lunga - spaghetti)

	a primaria ssi I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
179	240	195	260	211	280	
	(216-264)		(234-286)		(252-308)	

# 123 - Pasta al trito vegetale

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	crudo cotto crudo cotto		crudo	cotto	
132	165 (149-182)	157	197 (177-217)	182	229 (206-252)	199	249 (224-274)	210	264 (238-290)

## 124 - Pasta alla amatriciana

	primaria si I e II)		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
178	227 (204- 249)	196	248 (223-272)	214 269 (242-295)		

# 125 – Pasta alla pizzaiola

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
114	150 (135-164)	134	177 (159-195)	154	205 (185-226)	165	220 (198-242)	176	235 (212-259)

# 126 - Pasta all'olio e parmigiano

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
62	113 (102-124)	74	135 (122-149)	86	157 (142-173)	93	170 (153-186)	100	182 (163-200)



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

# 128 - Pasta all'uovo al pomodoro (pasta corta)

Sezio	ne ponte	Α	dulti
crudo	cotto	crudo	cotto
117	142 (128-156)	184	232 (209-256)

## 129 - Pasta con zucca

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto
94	138 (124-152)	114	166 (150-183)	134	195 (175-214)	146	211 (190-232)	156	225 (203-248)

### 130 - Pasta con zucchine

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
94	127 (114-139)	114	151 (136-166)	134	176 (158-193)	146	190 (171-209)	157	202 (182-223)

## 131 - Pasta e patate (comprensivo di liquido finale di cottura)

Sezio			a infanzia		•		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
97	195 (175-214)	119	237 (213-260)	139	287 (259-316)	163	342 (307-376)	164	353 (317-388)

## 131 - Pasta e patate (escluso liquido finale di cottura)

Sezio	Sezione ponte		a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
97	125 (112-137)	119	157 (141-172)	139	187 (169-206)	163	222 (199-244)	164	223 (200-245)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 133 - Pasta rosa

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
137	171 (154-188)	158	200 (180-220)	186	236 (212- 259)	202	255 (230-281)	213	270 (243-297)	

# 137 - Riso alla parmigiana

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
62	127	74	152	86	177	93	191	100	204	
	(114-140)		(137-167)		(159-195)		(171-210)		(184-224)	

# 138 - Risotto al pomodoro

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
127	235 (212-259)	148	279 (251-306)	171	324 (292-357)	183	347 (313-382)	194	370 (333-407)	

# 139 - Risotto al ragù di carne

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
137	243 (219-267)	163	290 (261-319)	186	336 (302-369)	198	359 (323-395)	209	381 (343-419)

## 140 - Risotto allo zafferano

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
62	186 (168-205)	72	221 (199-243)	84	259 (233- 284)	91	278 (250-306)	97	297 (267-326)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 142 - Risotto con crema di piselli

Sezione ponte		Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
77	200 (180-220)	87	235 (211-258)	104	277 (249- 304)	111	296 (266-326)	122	319 (287-351)	

## 143 - Risotto con indivia

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
92	206 (185-226)	102	241 (217-265)	114	278 (250-306)	126	301 (271-331)	137	323 (290-355)

## 144 - Risotto con zucca

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
92	210 (189-231)	102	245 (221-270)	114	283 (254-311)	126	306 (275-337)	137	329 (296-361)	

### 145 - Risotto con zucchine

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
92	199 (179-219)	102	234 (210-257)	114	271 (244-298)	126	293 (263-322)	137	313 (282-345)

# 147 - Tortellini freschi di carne al burro e parmigiano

Scuol	a infanzia		n primaria ssi I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
79	105 (95-116)	96	128 (115-141)	108	144 (130-158)	120	160 (144-176)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 147 - Tortellini surgelati di carne al burro e parmigiano

Scuol	a infanzia		primaria si I e II)		a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
79	118 (106-130)	96	144 (130-158)	108	162 (146-178)	120	180 (162-198)	

# 147 - Tortellini freschi al prosciutto al burro e parmigiano

Scuol	la infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)			a primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
79	115 (103-126)	96	96 140 (126-154)		158 (142-173)	120	175 (158-193)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 19.2 Secondi piatti

### 201 - Arrosto di bovino

Sezio			a infanzia		•		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
71	52 (46-57)	82	82 59 (53-65)		73 (65-80)	113	80 (72-88)	123	87 (78-96)

### 202 - Arrosto di maiale

Sezio			a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
54	39 (35-43)	65	47 (42-51)	85	61 (55-67)	96	69 (62-75)	106	76 (68-84)

### 203 - Arrosto di tacchino

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
71	61 (55-67)	82	70 (63-77)	102	87 (78-96)	113	96 (86-106)	123	105 (95-116)	

## 204 - Bocconcini di maiale panati

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia	Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
65	46 (41-50)	79	55 (50-61)	129	90 (81-99)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 205 - Bocconcini di tacchino

Sezio	Sezione ponte Scuola infanzia		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	crudo	cotto
54	47 (42-51)	77	68 (61-74)	97	85 (77-94)	108	94 (85-103)	118	103 (93-113)

## 207 - Coscio di pollo arrosto

	primaria i I e II)		primaria I, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo			cotto	crudo	cotto	
232*	232* 176 (158-193)*		176 (158-193)*	232*	176 (158-193)*	
(176 g al netto di pelle, osso e cartilagine)	130 g (117 - 143) al netto di pelle, osso e cartilagine	(176 g al netto di pelle, osso e cartilagine)	130 g (117 - 143) al netto di pelle, osso e cartilagine	(176 g al netto di pelle, osso e cartilagine)	130 g (117 - 143) al netto di pelle, osso e cartilagine	

<sup>\*</sup> La grammatura del coscio di pollo crudo e cotto si riferisce alla parte edibile, s/osso, s/cartilagine e s/pelle

# 208 - Cotoletta di maiale panata

	primaria si I e II)		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	103 72 (65-79)		82 (74-90)	129	90 (81-99)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

#### 209 - Crocchette di nasello

Sezio	Sezione ponte Scuola in		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
81	56	94	65	130	89	144	99	170	117
	(50-61)		(59-72)		(80-98)		(89-108)		(105-128)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Sezione ponte Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia Pane raffermo g. 11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 210 - Fesa di tacchino al limone

Sezio	one ponte	Scuola infanzia			Scuola primaria (Classi I e II)		a primaria III, IV e V)		secondaria ido/Adulti
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
57	48 (43-53)	68	57 (52-63)	89	75 (67-84)	100	79 (71-87)	111	93 (84-103)

### 211 - Fesa di tacchino al tegame

Sezio					•		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	crudo cotto		cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
54	47 (42-51)	65	65 56 (50-61)		73 (66-80)	96	82 (74-90)	106	91 (82-100)

### 212 - Filetti di platessa gratinati

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	crudo	cotto
67	48 (43-53)	78 56 (50-62)		109	78 (70-86)	120	86 (77-94)	141	100 (90-110)



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 213 - Filetti di platessa panati

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
78	57 (51-63)	91 66 (60-73)		128	93 (84-103)	141	103 (92-113)	166	121 (109-133)

## 220 - Frittata (al forno)

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
56	44 (40-48)	56 44 (40-48)		56	44 (40-48)	83	65 (58-71)	110	86 (77-94)

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50

## 220 - Frittata (in padella)

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
56	45 (40-49)	56	45 (40-49)	56	45 (40-49)	83	66 (60-73)	110	88 (79-97)

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50

### 221 - Frittata con patate (al forno)

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
126	89 (80-98)	126 89 (80-98)		126	89 (80-98)	183	130 (117-143)	250	177 (159-194)

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 221 - Frittata con patate (in padella)

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
126	92 (83-101)	126 92 (83-101)		126	92 (83-101)	183	134 (121-147)	250	182 (164-200)

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50

## 223 - Frittata con zucchine (al forno)

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
156	91 (82-100)	156 91 (82-100)		156	91 (82-100)	233	135 (122-149)	310	180 (162-198)

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50

## 223 - Frittata con zucchine (in padella)

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
156	89 (80-97)	156 89 (80-97)		156	89 (80-97)	233	132 (119-145)	310	175 (158-193)

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50

### 224 - Fuso di pollo arrosto

Sezion	e ponte	Scuola	infanzia	Ad	ulti
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
118*	84* (76-93)	118*	84* (76-93)	224*	161* (145-177)
(84 g al netto di pelle, osso e cartilagine)	50 g (45-55) al netto di pelle, osso e cartilagine	(84 g al netto di pelle, osso e cartilagine)	50 g (45-55) al netto di pelle, osso e cartilagine	(166 g al netto di pelle, osso e cartilagine)	106 g (95-117) al netto di pelle, osso e cartilagine

<sup>\*</sup> La grammatura si riferisce alla parte edibile, s/osso, s/cartilagine e s/pelle



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 225 - Hamburger di bovino

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	crudo	cotto
65	49 (44-54)	77	77 59 (53-64)		77 (69-84)	114	86 (78-95)	126	95 (86-105)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 5 = g. 9 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 6 = g. 11 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g. 9 = g. 16 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g. 10 = g. 18 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 226 - Medaglioni di limanda

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	crudo	cotto
77	60 (54.66)	90	70 (63.77)	125	96	138	107	164	126
	(54-66)	(63-77)			(87-106)		(96-117)		(114-139)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato – Sezione ponte

Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g.11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 227 - Medaglioni di merluzzo

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	crudo cotto		cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
77	60 (54-66)	90 70 (63-78)		125	97 (88-107)	138	108 (97-118)	164	128 (115-140)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g.11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 228 - Medaglioni di merluzzo al limone

Sezio	Sezione ponte		a infanzia		primaria si I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
77	60 (54-66)	90	70 (63-78)	125	97 (88-107)	138	108 (97-118)	164	128 (115-140)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g.11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 229 - Medaglioni di nasello al limone

Sezione ponte		Scuol	a infanzia	•			ı primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
77	53 (47-58)	90	61 (55-68)	125	84 (76-93)	138	93 (84-103)	164	111 (100-122)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g.11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 230 - Medaglioni di spigola (surgelata)

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
77	63 (57-70)	90	74 (67-81)	125	102 (92-113)	138	113 (102-124)	164	134 (121-147)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g.11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 230 - Medaglioni di spigola (fresca)

Sezione ponte		Scuol	a infanzia		primaria si I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)			Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
77	66 (60-73)	90	77 (70-85)	125	107 (97-118)	138	119 (107-131)	164	141 (126-155)	

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 7 = g. 13 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g.11 = g. 20 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g.13 = g. 23 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 232 - Petto di pollo al limone

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia		primaria si I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
54	44 (40-48)	65	53 (47-58)	85	69 (62-76)	96	78 (70-85)	106	86 (77-95)

#### 233 - Petto di pollo panato

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
65	52 (47-58)	79	63 (57-69)	103	83 (74-91)	117	93 (84-103)	129	103 (93-114)

#### 234 - Polpette di carne mista al pomodoro

Sezio	Sezione ponte		a infanzia		a primaria ssi I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crud	cotto
								0	
99	74	118	88	149	111	169	126	187	140
	(67-81)		(79-97)		(100-122)		(114-139)		(126- 154)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 5 = g. 9 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g. 9 = g. 16 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g. 10 = g. 18 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 235 - Polpettone di agnello

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	А	Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto		
65	44 (40-49)	77	53 (47-58)	126	85 (77-94)		

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 5 = g. 9 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermo g. 6 = g. 11 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g. 9 = g. 16 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g. 10 = g. 18 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

#### 236 - Polpettone di bovino

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia		primaria si I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
65	56 (51-62)	77	67 (60-74)	101	88 (79-97)	114	99 (89-109)	126	109 (99-120)

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 5 = g. 9 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 6 = g. 11 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g. 9 = g. 16 ammollato - Scuola primaria

Pane raffermo g. 10 = g. 18 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti

### 237- Polpettone goloso di bovino

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia	Æ	Adulti		
crudo	cotto	cotto crudo cotto		crudo	cotto		
70	70 61		73	136	119		
(55-67)			(66-80)		(108-131)		

Il peso a crudo si intende con pane raffermo ammollato.

Pane raffermo g. 5 = g. 9 ammollato - Sezione ponte

Pane raffermog. 6 = g. 11 ammollato - Scuola infanzia

Pane raffermo g. 10 = g. 18 ammollato - Scuola secondaria 1°grado/Adulti



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 239 - Saltimbocca alla romana

	Scuola primaria (Classi I e II)		primaria III, IV e V)		secondaria do/Adulti cotto 89	
crudo	crudo cotto		cotto	crudo	cotto	
93			81	116	• •	
	(64-78)		(73-89)		(80-98)	

## 240 - Scaloppina di bovino

Sezio	Sezione ponte		a infanzia		primaria si I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
57	42 (37-46)	68	50 (45-54)	89	64 (58-70)	100	73 (65-80)	111	80 (72-87)

## 242 - Spezzatino di agnello

	primaria si I e II)		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
85	55 (49-60)	96	61 (55-67)	106	68 (61-75)	

# 243 - Straccetti di bovino

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
54	39 (35-43)	65	47 (42-51)	85	61 (55-67)	96	69 (62-75)	106	76 (68-84)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 244 - Straccetti di pollo cremolati

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
57	47 (42-51)	68	56 (50-61)	85	73 (66-80)	100	82 (73-90)	111	91 (81-99)	

## 249 - Tortino di patate

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
162	153 (137-168)	200	187 (169-206)	244	228 (205- 251)	283	264 (238-290)	315	294 (265-324)

Il peso a crudo comprende le patate lessate e prive di buccia

# 250 - Uova strapazzate

Sezio	ne ponte	onte Scuola infanzia			Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
57	46 (41-51)	57	46 (41-51)	57	46 (41-51)	84	68 (61-74)	111	89 (80-98)	

N. 1 uovo (albume + tuorlo) = g 50



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 19.3 Contorni

### 303 - Broccoli romaneschi all'olio

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
103	103 (93-113)	124	124 (112-136)	155	155 (140-171)	186	186 (167-204)	206	206 (185-227)

## 304 - Carote al tegame

Sezio	ne ponte	te Scuola infanzia S			a primaria ssi I e II)	Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
105	85 (76-93)	127	103 (92-113)	159	129 (116-141)	190	154 (138-169)	211	171 (153-188)

## 309 - Cavolfiori gratinati

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia	anzia Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
105	70 (63-77)	127	85 (77-94)	159	107 (96-117)	190	127 (115-140)	211	141 (127-155)

## 310 - Fagiolini al pomodoro

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
135	117 (105-128)	172	148 (133-162)	209	180 (162-198)	245	222 (200-244)	271	234 (211-258)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 311 - Fagiolini all'olio

Sezio	ne ponte	ponte Scuola infanzia			Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	97	124	117	155	146	186	175	206	194	
	(87-107)		(105-128)		(131-161)		(157-192)		(175-213)	

## 312 - Finocchi al tegame

Sezio	one ponte	Scuol	a infanzia	Adulti		
crudo	cotto	crudo cotto		crudo	cotto	
103	81 (73-89)	124	98 (88-107)	206	162 (146-178)	

## 313 - Finocchi gratinati

Sezio	ne ponte	Scuol	a infanzia	Adulti		
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
105	56 (50-62)	127	68 (61-75)	211	113 (102-124)	

### 314 - Fiori di zucca alla romana

	primaria si I e II)		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti			
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto		
80	64	80	64	160	128		
	(58-70)		(58-70)		(115-141)		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 320 - Patate al forno

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	68 (61-75)	124	82 (74-90)	155	103 (92-113)	186	123 (110-135)	206	136 (122-150)	

### 321 - Patate al tegame

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	89 (80-98)	124	107 (96-117)	155	134 (120- 147)	185	166 (149-182)	206	178 (160-196)	

### 322 - Patate all'olio

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	103 (93-113)	124	124 (112-136)	155	155 (140-171)	186	186 (167-204)	206	206 (185-227)	

Il peso a crudo si riferisce alle patate lessate e prive di buccia.

## 323 - Piselli al tegame

	primaria si I e II)		primaria III, IV e V)	Scuola secondaria 1° grado/Adulti			
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto		
90	82	114	103	166	150		
	(73-90)		(92-113)		(135-165)		



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 325 - Purea di patate

Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
136	121 (108-133)	162	140 (126-154)	204	182 (164- 200)	240	214 (192-235)	272	241 (217-265)

# 327 - Spinaci al burro e parmigiano

Sezio	ne ponte	Scuola infanzia			Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
105	74 (66-81)	127	90 (81-99)	159	112 (101-123)	190	134 (121-148)	212	150 (135-165)	

## 328 - Spinaci all'olio

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	89 (80-98)	124	107 (96-118)	155	134 (121-147)	186	160 (144-176)	206	178 (160-196)	

### 329 - Tortino di zucca

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
128	97 (87-107)	154	117 (105-129)	192	146 (132-161)	230	175 (157-192)	256	194 (175-214)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

## 330 - Tortino di zucchine

Sezio	Sezione ponte		a infanzia	Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
128	90 (81-99)	154	108 (97-119)	192	135 (122-149)	230	162 (146-178)	256	179 (161-197)

## 333 - Zucchine gratinate

Sezio	one ponte	Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto
105	52 (47-57)	127	63 (57-70)	159	79 (71-87)	191	95 (85-104)	212	106 (95-116)

### 334- Zucchine trifolate

Sezio	Sezione ponte		Scuola infanzia		Scuola primaria (Classi I e II)		Scuola primaria (Classi III, IV e V)		Scuola secondaria 1° grado/Adulti	
crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	crudo	cotto	
103	45 (41-50)	124	54 (49-60)	155	68 (61-75)	186	81 (73-89)	206	90 (81-99)	



Procedura aperta per l'affidamento del servizio di ristorazione scolastica nei nidi capitolini, nelle sezioni ponte, nelle scuole dell'infanzia comunali e statali, primarie e secondarie di primo grado site nel territorio di Roma Capitale, in conformità ai parametri di sostenibilità ambientale di cui al D.M. 10 marzo 2020. Lotti prestazionali e territoriali n. 15 Periodo 1 settembre 2021 – 31 luglio 2026

### 19.4 Avvertenze

- ➤ I pesi a crudo di tutte le preparazioni si intendono al netto degli scarti di lavorazione e di eventuali cali-peso dovuti allo scongelamento
- ➤ Nelle preparazioni che prevedono il pane raffermo e i legumi secchi, il valore crudo riportato nella tabella si riferisce a quello ottenuto dopo la fase di ammollo, ad eccezione delle lenticchie che devono essere esclusivamente lavate e scolate, come di seguito riportato:

#### **Pane**

Raffermo	Ammollato
g	g
3	5
4	7
5	8
6	10
7	12
8	13
9	15
10	16
11	18
13	22

### Legumi

Fagioli	
Secchi	Ammollati
g	g
12	24
20	41
25	50
30	59

Ceci	
Secchi	Ammollati
g	g
12	24
20	40
25	50
30	60

Lenticchie	
Secche g	Secche lavate e scolate
	g
12	13,7
20	23
25	27,5
30	34