

LE RICETTE DEL MENÙ SCUOLA DELL'INFANZIA MADONNA DI FATIMA MARSANGO (3-6 ANNI)

1 . PIATTO UNICO

1.1 Lasagne al ragù con pasta di semola	1
1.2 Pasta al pomodoro e ricotta	2
1.3 Pasta pasticciata	3

2 . PRIMI PIATTI

2.1 Crema di ceci e zucca con crostini	4
2.2 Crema di patate e sedano con crostini	5
2.3 Crema di piselli e zucchine con crostini	6
2.4 Minestra di sedano e patate	7
2.5 Minestrone invernale	8
2.6 Pasta al pesto	9
2.7 Pasta al pomodoro	10
2.8 Pasta all'olio EVO e salvia senza latte e derivati	11
2.9 Pasta all'olio EVO senza latte e derivati	12
2.10 Pastina in brodo vegetale	13
2.11 Risotto ai porri	14
2.12 Risotto alla parmigiana	15
2.13 Risotto alla zucca	16

3 . SECONDI PIATTI

3.1 Asiago	17
3.2 Bocconcini di pollo	18
3.3 Brasato di vitellone	19
3.4 Filetti di merluzzo al forno	20
3.5 Filetto di persico al vapore	21
3.6 Frittata	22
3.7 Hamburger di vitellone	23
3.8 Medaglione di piselli	24
3.9 Pepite di pesce dorate al mais	25
3.10 Petto di pollo alla salvia	26
3.11 Polpette di legumi	27
3.12 Polpettine di manzo in umido	28
3.13 Polpettine di manzo in umido senza latte e derivati	29
3.14 Polpettine di pesce	30
3.15 Polpettone di tacchino	31
3.16 Prosciutto cotto	32

4 . CONTORNI

4.1 Finocchio	33
4.2 Patate lessate	34
4.3 Spinaci saltati	35
4.4 Verdure invernali cotte	36
4.5 Verdure invernali crude	37
4.6 Verdure invernali crude	38

5 . FRUTTA

5.1 Frutta fresca invernale	39
5.2 Frutta fresca invernale	40
5.3 Frutta fresca invernale	41
5.4 Pane e frutta di stagione estiva	42
5.5 Pane e frutta di stagione invernale	43
5.6 Pane e frutta di stagione invernale senza glutine	44
6 . PANE E PRODOTTI DA FORNO	
6.1 Pane	45
6.2 Pane integrale	46
7 . DESSERT	
7.1 Fette biscottate con crema di nocciole	47
7.2 Fette biscottate con crema di nocciole senza glutine	48
7.3 Fette biscottate con marmellata	49
7.4 Latte e crackers	50
7.5 Pane con cioccolato fondente senza glutine	51
7.6 Pane con marmellata	52
7.7 Pane con marmellata senza glutine	53
7.8 Torta allo yogurt	54
7.9 Torta allo yogurt e cioccolato	55
8 . YOGURT	
8.1 Yogurt intero alla frutta con aggiunta di cereali	56
8.2 Yogurt naturale parzialmente scremato con frutta fresca	57

Lasagne al ragù con pasta di semola

Infanzia (3-6 anni)



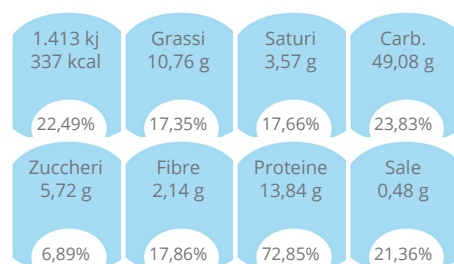
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	759 kj 181 kcal	1.413 kj 337 kcal
Grassi	5,78 g	10,76 g
Di cui acidi grassi saturi	1,92 g	3,57 g
Carboidrati	26,39 g	49,08 g
Di cui zuccheri	3,08 g	5,72 g
Fibre	1,15 g	2,14 g
Proteine	7,44 g	13,84 g
Sale	0,26 g	0,48 g


Fonte: INRAN, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale







Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	50 g
Pomodoro Pelati	50 g
Besciamella (Latte parz. scremato, Burro (latte), Farina di frumento (grano), Sale iodato)	40 g
Bovino adulto Noce refrigerata	20 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) 	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Carota fresca	3 g
Quantità netta a crudo	186 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Pulire tritare le verdure e stufarle con brodo vegetale. Sgrassare, tagliare e tritare la carne, aggiungerla alle verdure e salare con sale aromatizzato. Quando la carne si è rosolata aggiungere i pelati frullati. A cottura ultimata condire con l'olio extravergine d'oliva.

A parte preparare la besciamella: stemperare la farina a freddo con un po' di latte fino ad ottenere una crema omogenea; fare bollire il rimanente latte con il sale, aggiungere il composto avendo cura di cuocere mescolando per almeno cinque minuti. A fine cottura togliere dal fuoco la besciamella così preparata, aggiungere il burro e unirla al ragù di carne.

Preparare la teglia del pasticcio alternando uno strato di lasagne ad uno strato di sugo, spolverizzando con grana. Infornare a 180°C per circa 30 minuti.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Pasta al pomodoro e ricotta

Infanzia (3-6 anni)



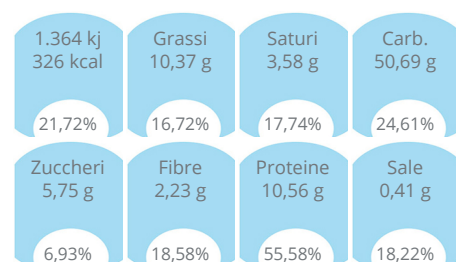
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	920 kj 220 kcal	1.364 kj 326 kcal
Grassi	6,99 g	10,37 g
Di cui acidi grassi saturi	2,42 g	3,58 g
Carboidrati	34,18 g	50,69 g
Di cui zuccheri	3,88 g	5,75 g
Fibre	1,50 g	2,23 g
Proteine	7,12 g	10,56 g
Sale	0,28 g	0,41 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	60 g
Ricotta di Vacca (latte)	40 g
Pomodoro Pelati	30 g
Carota fresca	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	148.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle e le carote e stufare con acqua. Aggiungere i pomodori pelati e salare. A cottura ultimata frullare il tutto. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro, l'olio EVO e la ricotta setacciata. Nel periodo estivo, se gradito, aggiungere al sugo del basilico fresco spezzettato.

NOTE:

In alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale (NIDO escluso).

Pasta pasticciata

Infanzia (3-6 anni)



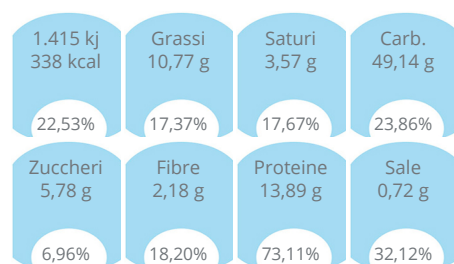
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	751 kj 179 kcal	1.415 kj 338 kcal
Grassi	5,72 g	10,77 g
Di cui acidi grassi saturi	1,90 g	3,57 g
Carboidrati	26,10 g	49,14 g
Di cui zuccheri	3,07 g	5,78 g
Fibre	1,16 g	2,18 g
Proteine	7,38 g	13,89 g
Sale	0,38 g	0,72 g


Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	50 g
Pomodoro Pelati	50 g
Besciamella (Latte parz. scremato, Burro (latte), Farina di frumento (grano), Sale iodato)	40 g
Bovino adulto Noce refrigerata	20 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) 	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Carota fresca	3 g
Sedano Verde fresco	2 g
Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato)	0.3 g
Quantità netta a crudo	188.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Sedano e prodotti a base di Sedano,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Pulire tritare le verdure e stufarle con brodo vegetale. Sgrassare, tagliare e tritare la carne, aggiungerla alle verdure e salare con sale aromatizzato. Quando la carne si è rosolata aggiungere i pelati frullati. A cottura ultimata condire con l'olio extravergine d'oliva.

A parte preparare la besciamella: stemperare la farina a freddo con un po' di latte fino ad ottenere una crema omogenea; fare bollire il rimanente latte con il sale, aggiungere il composto avendo cura di cuocere mescolando per almeno cinque minuti. A fine cottura togliere dal fuoco la besciamella così preparata, aggiungere il burro e unirla al ragù di carne.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Crema di ceci e zucca con crostini

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	816 kj 195 kcal	679 kj 162 kcal
Grassi	9,40 g	7,82 g
Di cui acidi grassi saturi	1,88 g	1,56 g
Carboidrati	21,21 g	17,65 g
Di cui zuccheri	3,09 g	2,57 g
Fibre	3,74 g	3,11 g
Proteine	6,97 g	5,80 g
Sale	0,54 g	0,45 g



Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

679 kj 162 kcal	Grassi 7,82 g	Saturi 1,56 g	Carb. 17,65 g
10,80%	12,61%	7,73%	8,57%
Zuccheri 2,57 g	Fibre 3,11 g	Proteine 5,80 g	Sale 0,45 g
3,10%	25,91%	30,53%	20,13%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Zucca	40 g
Ceci secchi	15 g
Crostini di pane (Pane comune o integrale (grano), salvia, rosmarino, timo, origano, olio EVO)	15 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Porro	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Sale fino iodato	0.2 g
Quantità netta a crudo	83.2 g

Contenuti/Allergeni

 Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Mettere a bagno i ceci per 12 ore. Lavarli, scolarli e cuocerli in abbondante acqua salata insieme alla zucca tagliata a dadini e al porro tagliato a rondelle. Terminata la cottura, frullare il composto e servire con olio EVO crudo, grana grattugiato e crostini di pane a parte.

NOTE:

Fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Crema di patate e sedano con crostini

Infanzia (3-6 anni)



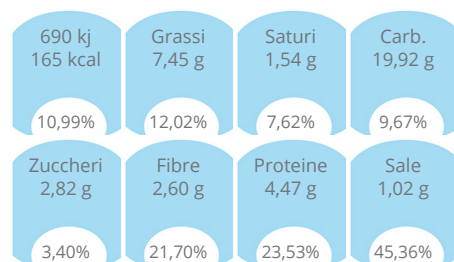
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	309 kj 74 kcal	690 kj 165 kcal
Grassi	3,34 g	7,45 g
Di cui acidi grassi saturi	0,69 g	1,54 g
Carboidrati	8,92 g	19,92 g
Di cui zuccheri	1,26 g	2,82 g
Fibre	1,17 g	2,60 g
Proteine	2,00 g	4,47 g
Sale	0,46 g	1,02 g



Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale







Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Brodo vegetale (sedano)	100 g
Patata fresca	50 g
Sedano Verde fresco	50 g
Crostini di pane (Pane comune o integrale (grano), salvia, rosmarino, timo, origano, olio EVO)	15 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	223.3 g

Contenuti/Allergeni

 Sedano e prodotti a base di Sedano,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Lavare il sedano, curarlo e tagliarlo a pezzettini molto piccoli (per spezzare eventuali filamenti dell'ortaggio), aggiungere le patate sbucciate e tagliate. Assemblare il tutto, salare e portare a cottura. Frullare e aggiungere olio extra vergine e formaggio grana, se la crema risultasse troppo densa allungare con brodo vegetale.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Crema di piselli e zucchine con crostini (*)

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	388 kj 93 kcal	586 kj 140 kcal
Grassi	4,71 g	7,12 g
Di cui acidi grassi saturi	0,96 g	1,46 g
Carboidrati	9,63 g	14,56 g
Di cui zuccheri	1,17 g	1,77 g
Fibre	2,27 g	3,43 g
Proteine	2,76 g	4,17 g
Sale	0,33 g	0,50 g



Fonte: INRAN, IEO, Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale






586 kj 140 kcal 9,33%	Grassi 7,12 g 11,48%	Saturi 1,46 g 7,21%	Carb. 14,56 g 7,07%
Zuccheri 1,77 g 2,14%	Fibre 3,43 g 28,56%	Proteine 4,17 g 21,93%	Sale 0,50 g 22,13%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Brodo vegetale (sedano)	50 g
Pisello Fine surgelato	30 g
Zucchina fresca	30 g
Crostini di pane (Pane comune o integrale (grano), salvia, rosmarino, timo, origano, olio EVO)	15 g
Patata fresca	15 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Cipolla Bianca	3 g
Prezzemolo fresco	0.1 g
Rosmarino	0.1 g
Quantità netta a crudo	151.2 g

Contenuti/Allergeni

 Contiene ingrediente surgelato/congelato,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Sedano e prodotti a base di Sedano,  Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Lessare i piselli con le patate e la cipolla. Al termine aggiungere le zucchine tagliate a tocchetti e cuocere per altri 15 minuti circa. Frullare il tutto, condire con olio e formaggio grana e servire con crostini di pane a parte.

NOTE:

Fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati.

(*) Contiene ingrediente surgelato/congelato  D.O.P. 
Prodotto di Provenienza Nazionale

Minestra di sedano e patate

Infanzia (3-6 anni)



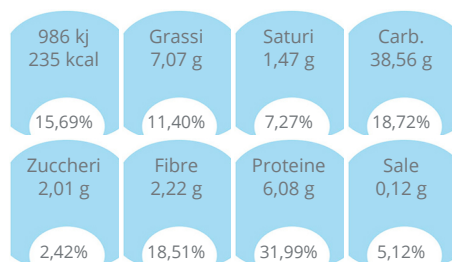
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	417 kj 100 kcal	986 kj 235 kcal
Grassi	2,99 g	7,07 g
Di cui acidi grassi saturi	0,62 g	1,47 g
Carboidrati	16,33 g	38,56 g
Di cui zuccheri	0,85 g	2,01 g
Fibre	0,94 g	2,22 g
Proteine	2,57 g	6,08 g
Sale	0,05 g	0,12 g



Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale







Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Acqua	100 g
Patata fresca	80 g
Pasta di Semola di grano duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua)	30 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Cipolla Bianca	5 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sedano Verde fresco	3 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Prezzemolo fresco	0.1 g
Quantità netta a crudo	236.1 g

Contenuti/Allergeni

 Sedano e prodotti a base di Sedano,  Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Stufare in poco brodo vegetale le patate, la cipolla e il sedano tagliati a piccoli cubetti. Aggiungere l'acqua necessaria e portare ad ebollizione. A cottura quasi ultimata aggiungere la pastina e proseguire la cottura. Condire con l'olio EVO, il grana e il prezzemolo tritato.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Minestrone invernale

Infanzia (3-6 anni)



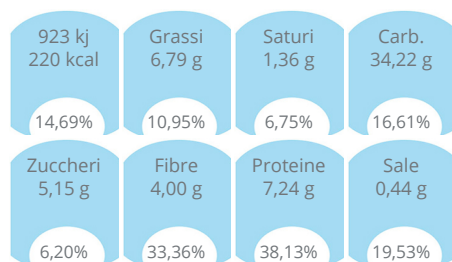
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	618 kj 148 kcal	923 kj 220 kcal
Grassi	4,55 g	6,79 g
Di cui acidi grassi saturi	0,91 g	1,36 g
Carboidrati	22,92 g	34,22 g
Di cui zuccheri	3,45 g	5,15 g
Fibre	2,68 g	4,00 g
Proteine	4,85 g	7,24 g
Sale	0,29 g	0,44 g



Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale







Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua)	30 g
Bieta Costa fresca	25 g
Patata fresca	25 g
Carota fresca	25 g
Broccolo fresco	25 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Fagiolo Borlotti secco	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Cipolla Bianca	3 g
Sedano Verde fresco	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	149.3 g

Contenuti/Allergeni

 Sedano e prodotti a base di Sedano,  Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Stufare in poco brodo vegetale le patate e le verdure tagliate a piccoli cubetti assieme ai legumi (preventivamente ammollati, se secchi). Aggiungere l'acqua necessaria e portare ad ebollizione. A cottura quasi ultimata aggiungere la pastina e proseguire la cottura. Condire con l'olio EVO, il grana e il prezzemolo tritato.

NOTE:

Fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Pasta al pesto

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.387 kj 331 kcal	1.238 kj 296 kcal
Grassi	9,79 g	8,75 g
Di cui acidi grassi saturi	1,71 g	1,52 g
Carboidrati	53,81 g	48,05 g
Di cui zuccheri	3,48 g	3,11 g
Fibre	2,05 g	1,83 g
Proteine	10,12 g	9,04 g
Sale	0,43 g	0,38 g



Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale





1.238 kj 296 kcal 19,72%	Grassi 8,75 g 14,10%	Saturi 1,52 g 7,55%	Carb. 48,05 g 23,33%
Zuccheri 3,11 g 3,75%	Fibre 1,83 g 15,23%	Proteine 9,04 g 47,57%	Sale 0,38 g 17,06%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	60 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Basilico fresco	7 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Pinolo sgusciato	4 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	89.3 g

Contenuti/Allergeni


 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Frullare i pinoli, aggiungere il basilico e l'olio extra vergine di oliva e, se il composto risultasse troppo denso, un po' di brodo vegetale freddo (o l'acqua di cottura della pasta). Lessare la pasta e condirla con il pesto e il grana grattugiato.

NOTE:

In alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale (NIDO escluso). Per il NIDO eliminare i pinoli come ingrediente.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Pasta al pomodoro

Infanzia (3-6 anni)



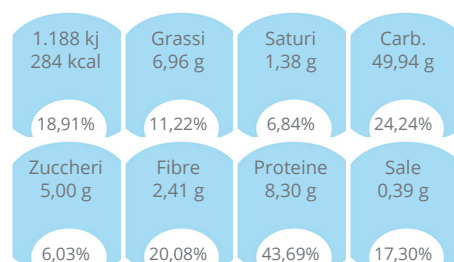
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	898 kj 214 kcal	1.188 kj 284 kcal
Grassi	5,26 g	6,96 g
Di cui acidi grassi saturi	1,04 g	1,38 g
Carboidrati	37,75 g	49,94 g
Di cui zuccheri	3,78 g	5,00 g
Fibre	1,82 g	2,41 g
Proteine	6,27 g	8,30 g
Sale	0,29 g	0,39 g



Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	60 g
Pomodoro Pelati	50 g
Carota fresca	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Basilico fresco	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	132.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle e le carote e stufare con acqua. Aggiungere i pomodori pelati e salare. A cottura ultimata frullare il tutto. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa di pomodoro, l'olio e il grana grattugiato. Nel periodo estivo, se gradito, aggiungere al sugo di pomodoro del basilico fresco tritato.

NOTE:

In alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale (NIDO escluso).

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Pasta all'olio EVO e salvia senza latte e derivati ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



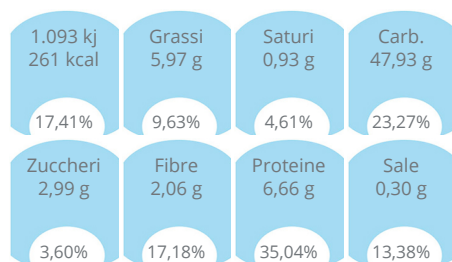
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.601 kj 382 kcal	1.093 kj 261 kcal
Grassi	8,75 g	5,97 g
Di cui acidi grassi saturi	1,36 g	0,93 g
Carboidrati	70,17 g	47,93 g
Di cui zuccheri	4,37 g	2,99 g
Fibre	3,02 g	2,06 g
Proteine	9,75 g	6,66 g
Sale	0,44 g	0,30 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	60 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Salvia fresca	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	68.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condirla con l'olio aromatizzato con qualche foglia di salvia fresca mondata e lavata e scaldato a bagnomaria.

NOTE:

in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale (NIDO escluso)

^{SL} Prodotto senza lattosio

Pasta all'olio EVO senza latte e derivati ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



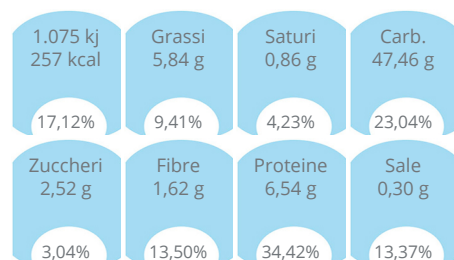
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.646 kj 393 kcal	1.075 kj 257 kcal
Grassi	8,94 g	5,84 g
Di cui acidi grassi saturi	1,31 g	0,86 g
Carboidrati	72,68 g	47,46 g
Di cui zuccheri	3,86 g	2,52 g
Fibre	2,48 g	1,62 g
Proteine	10,02 g	6,54 g
Sale	0,46 g	0,30 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pasta di Semola di grano duro (Semola di grano duro, acqua)	60 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	65.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata. Condire con olio extravergine di oliva. Nel periodo estivo, se gradito, insaporire l'olio con prezzemolo o basilico freschi crudi tritati finemente, e nel periodo invernale con salvia tritata.

NOTE:

in alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale (NIDO escluso)

^{SL} Prodotto senza lattosio

Pastina in brodo vegetale

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	505 kj 121 kcal	698 kj 167 kcal
Grassi	4,55 g	6,28 g
Di cui acidi grassi saturi	0,95 g	1,31 g
Carboidrati	17,75 g	24,50 g
Di cui zuccheri	1,47 g	2,03 g
Fibre	0,79 g	1,09 g
Proteine	3,20 g	4,41 g
Sale	0,25 g	0,35 g



Fonte: INRAN, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale





698 kj 167 kcal 11,11%	Grassi 6,28 g 10,12%	Saturi 1,31 g 6,51%	Carb. 24,50 g 11,89%
Zuccheri 2,03 g 2,45%	Fibre 1,09 g 9,08%	Proteine 4,41 g 23,21%	Sale 0,35 g 15,36%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Brodo vegetale (sedano)	100 g
Pasta di Semola di grano duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua)	30 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Quantità netta a crudo	138 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Cuocere la pastina nel brodo vegetale in ebollizione e servire con formaggio grana grattugiato.

NOTE:

In alternativa si può utilizzare pastina integrale (NIDO escluso).

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Risotto ai porri ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



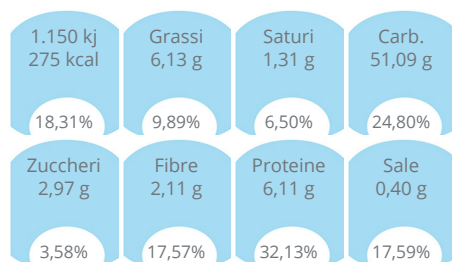
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	876 kj 209 kcal	1.150 kj 275 kcal
Grassi	4,67 g	6,13 g
Di cui acidi grassi saturi	1,00 g	1,31 g
Carboidrati	38,91 g	51,09 g
Di cui zuccheri	2,26 g	2,97 g
Fibre	1,61 g	2,11 g
Proteine	4,65 g	6,11 g
Sale	0,30 g	0,40 g

Fonte: INRAN, IEO, Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Riso Arborio	60 g
Porro	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) ^{DOP} ^U	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	131.3 g

Contenuti/Allergeni

^U Uova e prodotti a base di Uova, ^{Ly} Contiene Lisozima da **uovo**, ^L Latte e prodotti a base di Latte, ^S Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Mondare, lavare e tagliare a rondelle i porri; farli stufare nel brodo vegetale con la cipolla tritata. Aggiustare di sale. Versare il riso e cuocerlo nel sugo di porri. A fine cottura aggiungere olio EVO e spolverare con il formaggio grattugiato.

^{SG} Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P. ^U Prodotto di Provenienza Nazionale

Risotto alla parmigiana ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



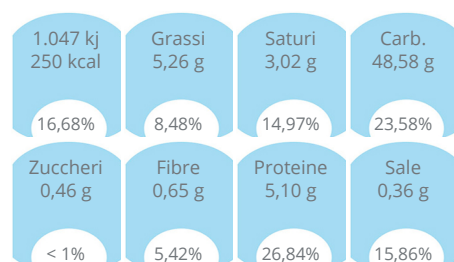
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.429 kj 341 kcal	1.047 kj 250 kcal
Grassi	7,17 g	5,26 g
Di cui acidi grassi saturi	4,13 g	3,02 g
Carboidrati	66,28 g	48,58 g
Di cui zuccheri	0,63 g	0,46 g
Fibre	0,89 g	0,65 g
Proteine	6,96 g	5,10 g
Sale	0,49 g	0,36 g


Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale





Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Riso Arborio	60 g
Burro (latte)	5 g
Cipolla Bianca	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) ^{DOP} 	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	73.3 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly**
Contiene Lisozima da **uovo**

Preparazione

Sbucciare lavare e tagliare la cipolla, farla appassire con il brodo vegetale. Incorporare il riso e farlo tostare per alcuni minuti, aggiungere il brodo vegetale fino alla cottura. A cottura ultimata unire il burro e il grana padano e mantecare. Se gradito, aggiungere salvia e rosmarino tritati.

^{SG} Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale



Madonna di Fatima
scuola dell'infanzia e nido integrato

Ricettario

Risotto alla zucca ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



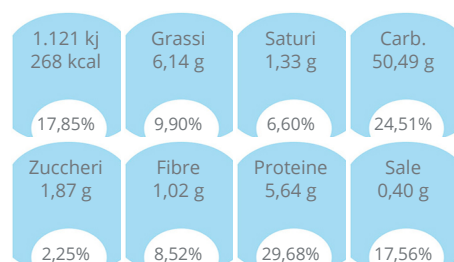
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	835 kj 199 kcal	1.121 kj 268 kcal
Grassi	4,57 g	6,14 g
Di cui acidi grassi saturi	0,99 g	1,33 g
Carboidrati	37,59 g	50,49 g
Di cui zuccheri	1,39 g	1,87 g
Fibre	0,76 g	1,02 g
Proteine	4,20 g	5,64 g
Sale	0,30 g	0,40 g

Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Riso Arborio	60 g
Zucca	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Carota fresca	4 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) ^{DOP}	3 g
Cipolla Bianca	2 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	134.3 g

Contenuti/Allergeni

Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**, Latte e prodotti a base di Latte, Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Sbucciare, lavare e tagliare cipolla e carote; farle stufare in pentola con il brodo vegetale. Nel frattempo lavare le zucche intere e metterle in forno a 150° gradi per 20 minuti. Toglietele dal forno, sbuciarle, privarle dei semi e tagliarle a pezzi, unirle poi al trito di cipolla e carote e portarle a cottura aggiungendo il brodo vegetale. Aggiustare di sale e frullare il tutto. Mondare il riso, aggiungere la crema di zucca e procedere alla sua cottura controllando il grado di salatura. Prima di servire aggiungere il grana.

^{SG} Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P. Prodotto di Provenienza Nazionale

Asiago ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.503 kj 359 kcal	451 kj 108 kcal
Grassi	25,60 g	7,68 g
Di cui acidi grassi saturi	15,00 g	4,50 g
Carboidrati	0,80 g	0,24 g
Di cui zuccheri	0,80 g	0,24 g
Fibre	0,00 g	0,00 g
Proteine	31,40 g	9,42 g
Sale	1,90 g	0,57 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

451 kj 108 kcal 7,18%	Grassi 7,68 g 12,39%	Saturi 4,50 g 22,28%	Carb. 0,24 g < 1%
Zuccheri 0,24 g < 1%	Fibre 0,00 g < 1%	Proteine 9,42 g 49,58%	Sale 0,57 g 25,33%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

Asiago DOP (latte vaccino, sale, caglio, fermenti lattici) ^{DOP} ^{SG}

Quantità netta a crudo

Per porzione

30 g

30 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Porzionare il formaggio secondo la grammatura prevista e refrigerare fino al momento della somministrazione.

^{SG} Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P. ^{SG} Prodotto di Provenienza Nazionale

Bocconcini di pollo ^{SL} ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	554 kj 132 kcal	411 kj 98 kcal
Grassi	7,28 g	5,41 g
Di cui acidi grassi saturi	1,14 g	0,85 g
Carboidrati	0,95 g	0,70 g
Di cui zuccheri	0,95 g	0,70 g
Fibre	0,33 g	0,24 g
Proteine	15,83 g	11,76 g
Sale	0,51 g	0,38 g

Fonte: INRAN, IEO, Incred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

411 kj 98 kcal 6,55%	Grassi 5,41 g 8,73%	Saturi 0,85 g 4,20%	Carb. 0,70 g < 1%
Zuccheri 0,70 g < 1%	Fibre 0,24 g 2,03%	Proteine 11,76 g 61,90%	Sale 0,38 g 16,89%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pollo Petto intero refrigerato	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Carota fresca	6 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	74.3 g

Contenuti/Allergeni

 Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Tagliare la carne di pollo a dadini. Cuocerla con un filo d'olio EVO e brodo vegetale assieme a cipolla e carote mondiate, lavate e tritate. Salare a fine cottura.

^{SL} Prodotto senza lattosio ^{SG} Prodotto senza glutine

Brasato di vitellone ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	508 kj 121 kcal	509 kj 122 kcal
Grassi	6,01 g	6,03 g
Di cui acidi grassi saturi	1,03 g	1,03 g
Carboidrati	5,20 g	5,21 g
Di cui zuccheri	1,38 g	1,39 g
Fibre	0,57 g	0,57 g
Proteine	11,83 g	11,87 g
Sale	0,41 g	0,41 g

Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

509 kj 122 kcal 8,11%	Grassi 6,03 g 9,73%	Saturi 1,03 g 5,12%	Carb. 5,21 g 2,53%
Zuccheri 1,39 g 1,67%	Fibre 0,57 g 4,78%	Proteine 11,87 g 62,45%	Sale 0,41 g 18,19%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Vitellone Fesa refrigerata	50 g
Pomodoro Pelati	15 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Carota fresca	5 g
Sedano Verde fresco	5 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grano tenero Tipo "00" Farina	5 g
Cipolla Bianca	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Aglio fresco	0 g
Quantità netta a crudo	100.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Disporre in una teglia i pezzi di fesa di vitellone salati e passati alla farina, le verdure a pezzettini e gli aromi. Bagnare e sfumare con del vino rosso. Rosolare la carne e le verdure con un po' di brodo vegetale, aggiungere i pomodori pelati e lasciare cuocere per circa un'ora avendo l'attenzione di tenere il fondo di cottura piuttosto liquido. Terminata la cottura, passare al setaccio il sugo di cottura e far restringere. Porzionare il brasato e servire caldo.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Filetti di merluzzo al forno (*) ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	534 kj 128 kcal	510 kj 122 kcal
Grassi	5,74 g	5,48 g
Di cui acidi grassi saturi	0,86 g	0,82 g
Carboidrati	6,85 g	6,55 g
Di cui zuccheri	0,37 g	0,35 g
Fibre	0,47 g	0,45 g
Proteine	12,30 g	11,76 g
Sale	0,63 g	0,60 g

Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

510 kj 122 kcal	Grassi 5,48 g	Saturi 0,82 g	Carb. 6,55 g
8,13%	8,84%	4,05%	3,18%
Zuccheri 0,35 g	Fibre 0,45 g	Proteine 11,76 g	Sale 0,60 g
< 1%	3,74%	61,89%	26,80%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Merluzzo filetto surgelato (pesce)	70 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	10 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Rosmarino	0.1 g
Salvia fresca	0.1 g
Timo essiccato	0.1 g
Quantità netta a crudo	95.6 g

Contenuti/Allergeni

🐟 Pesce e prodotti a base di Pesce, ⚠️ Contiene ingrediente surgelato/congelato, 🌾 Cereali contenenti glutine: **Grano**, 🌿 Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Lavare il pesce e farlo sgocciolare. Impanarlo e disporlo in una teglia unta con le erbe aromatiche e del brodo vegetale ristretto. Infornare a forno caldo a 170°C per circa 15-20 minuti. A cottura ultimata condire con olio EVO.

(*) Contiene ingrediente surgelato/congelato ^{SL} Prodotto senza lattosio

Filetto di persico al vapore (*) SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	510 kj 122 kcal	415 kj 99 kcal
Grassi	7,46 g	6,07 g
Di cui acidi grassi saturi	1,15 g	0,94 g
Carboidrati	0,38 g	0,31 g
Di cui zuccheri	0,15 g	0,12 g
Fibre	0,09 g	0,07 g
Proteine	13,33 g	10,84 g
Sale	0,57 g	0,46 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

415 kj 99 kcal 6,60%	Grassi 6,07 g 9,78%	Saturi 0,94 g 4,63%	Carb. 0,31 g < 1%
Zuccheri 0,12 g < 1%	Fibre 0,07 g < 1%	Proteine 10,84 g 57,04%	Sale 0,46 g 20,39%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Persico Filetto surgelato (pesce)	70 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Limone Succo	5 g
Prezzemolo fresco	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	81.3 g

Contenuti/Allergeni

 Pesce e prodotti a base di Pesce,  Contiene ingrediente surgelato/congelato

Preparazione

Preparare il pesce nell'apposito cestello per la cottura al vapore, salare ed aggiungere l'aglio. Dopo circa 15-20 minuti, a cottura ultimata, condire con poco olio EVO, prezzemolo e limone.

(*) Contiene ingrediente surgelato/congelato SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine

Frittata ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	730 kj 174 kcal	579 kj 138 kcal
Grassi	14,14 g	11,21 g
Di cui acidi grassi saturi	4,09 g	3,24 g
Carboidrati	0,63 g	0,50 g
Di cui zuccheri	0,63 g	0,50 g
Fibre	0,06 g	0,05 g
Proteine	11,12 g	8,82 g
Sale	0,71 g	0,56 g


Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



579 kj 138 kcal	Grassi 11,21 g	Saturi 3,24 g	Carb. 0,50 g
9,22%	18,08%	16,04%	< 1%
Zuccheri 0,50 g	Fibre 0,05 g	Proteine 8,82 g	Sale 0,56 g
< 1%	< 1%	46,41%	25,10%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Uova Intere pastorizzate (Lisozima da uovo)	60 g
Latte fresco Parzialmente Scremato	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) ^{DOP} 	3 g
Prezzemolo fresco	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	79.3 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly**
Contiene Lisozima da **uovo**

Preparazione

Mescolare con la frusta le uova, il latte, il sale e il grana grattugiato. Ungere una placca da forno con poco olio extra vergine di oliva, riscaldarla e versarvi il composto. Infornare a 180°C per circa 15 minuti.

SG Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Hamburger di vitellone SL SG

Infanzia (3-6 anni)



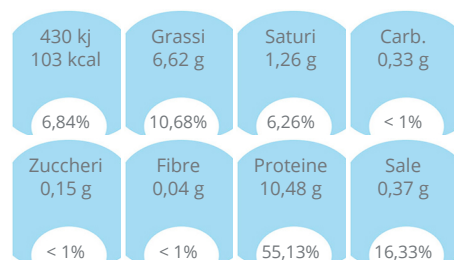
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	710 kj 170 kcal	430 kj 103 kcal
Grassi	10,94 g	6,62 g
Di cui acidi grassi saturi	2,09 g	1,26 g
Carboidrati	0,55 g	0,33 g
Di cui zuccheri	0,25 g	0,15 g
Fibre	0,07 g	0,04 g
Proteine	17,31 g	10,48 g
Sale	0,61 g	0,37 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Vitellone Macinato refrigerato	50 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Limone Succo	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Rosmarino	0.1 g
Salvia fresca	0.1 g
Quantità netta a crudo	60.5 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Disporre le svizzere in una teglia da forno unta, condire con poco olio EVO e aggiungere il rosmarino, le foglie di salvia e succo di limone in superficie. Infornare a forno caldo a 170°C circa per 20 minuti fino a doratura. Si raccomanda una cottura uniforme fino a raggiungere il cuore dell'alimento.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine

Medaglione di piselli

Infanzia (3-6 anni)



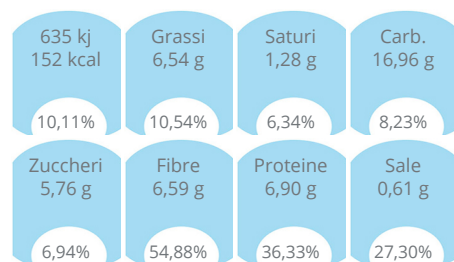
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	453 kj 108 kcal	635 kj 152 kcal
Grassi	4,66 g	6,54 g
Di cui acidi grassi saturi	0,91 g	1,28 g
Carboidrati	12,09 g	16,96 g
Di cui zuccheri	4,11 g	5,76 g
Fibre	4,69 g	6,59 g
Proteine	4,92 g	6,90 g
Sale	0,43 g	0,61 g



Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pisello fresco	80 g
Carota fresca	30 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	12 g
Patata fresca	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	140.3 g

Contenuti/Allergeni

 Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Lessare le verdure e i piselli, e successivamente frullarli. Aggiungere la farina, il grana padano, un pizzico di sale iodato e dare la forma classica del burger o della polpetta. Ripassare nel pane comune grattugiato e fare dorare in forno a 180°C per 20 minuti.

NOTE:

Fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Pepite di pesce dorate al mais (*)

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	574 kj 137 kcal	461 kj 110 kcal
Grassi	7,17 g	5,75 g
Di cui acidi grassi saturi	1,23 g	0,98 g
Carboidrati	3,78 g	3,04 g
Di cui zuccheri	0,10 g	0,08 g
Fibre	0,16 g	0,13 g
Proteine	14,48 g	11,63 g
Sale	0,49 g	0,39 g



Fonte: IEO, INRAN, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale






461 kj 110 kcal	Grassi 5,75 g	Saturi 0,98 g	Carb. 3,04 g
7,34%	9,28%	4,87%	1,47%
Zuccheri 0,08 g	Fibre 0,13 g	Proteine 11,63 g	Sale 0,39 g
< 1%	1,09%	61,21%	17,24%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Merluzzo filetto surgelato (pesce)	70 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grano tenero Tipo "00" Farina	1.5 g
Mais Farina	1.5 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	1 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	1 g
Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato)	0.3 g
Quantità netta a crudo	80.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Pesce e prodotti a base di Pesce,  Contiene ingrediente surgelato/congelato,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Tagliare i filetti di merluzzo a dadini. In una terrina mescolare il pane grattugiato, la farina bianca e gialla, il grano ed il sale. Impanare i dadini di merluzzo, disporli in una placca unta di olio EVO e cuocere in forno caldo a 150°C per circa 15-20 minuti, avendo cura di rigirarli a metà cottura, fino ad ottenere una doratura omogenea.

(*) Contiene ingrediente surgelato/congelato  D.O.P. 
Prodotto di Provenienza Nazionale

Petto di pollo alla salvia ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	748 kj 179 kcal	436 kj 104 kcal
Grassi	9,38 g	5,47 g
Di cui acidi grassi saturi	1,49 g	0,87 g
Carboidrati	3,17 g	1,85 g
Di cui zuccheri	0,56 g	0,32 g
Fibre	0,37 g	0,21 g
Proteine	20,50 g	11,95 g
Sale	0,58 g	0,34 g

Fonte: IEO, INRAN

Dichiarazione nutrizionale

436 kj 104 kcal 6,95%	Grassi 5,47 g 8,82%	Saturi 0,87 g 4,31%	Carb. 1,85 g < 1%
Zuccheri 0,32 g < 1%	Fibre 0,21 g 1,78%	Proteine 11,95 g 62,91%	Sale 0,34 g 14,99%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pollo Petto intero refrigerato	50 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grano tenero Tipo "00" Farina	2 g
Salvia fresca	0.5 g
Maggiorana disidratata	0.5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	58.3 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Salare e infarinare i petti di pollo dopo averli battuti. Disponerli in una teglia da forno unta, condire con poco olio EVO e disporre le foglie di salvia e la maggiorana in superficie. Infornare a forno caldo a 170°C circa, per 10-15 minuti fino a doratura.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Polpette di legumi

Infanzia (3-6 anni)



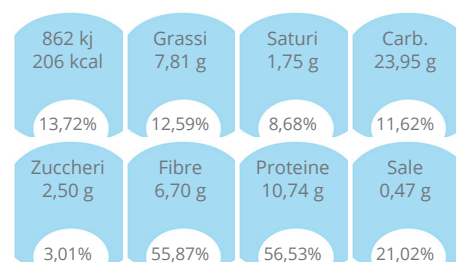
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.126 kj 269 kcal	862 kj 206 kcal
Grassi	10,20 g	7,81 g
Di cui acidi grassi saturi	2,29 g	1,75 g
Carboidrati	31,30 g	23,95 g
Di cui zuccheri	3,27 g	2,50 g
Fibre	8,76 g	6,70 g
Proteine	14,04 g	10,74 g
Sale	0,61 g	0,47 g



Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Carota fresca	15 g
Ceci secchi	14 g
Lenticchia secca	13 g
Fagiolo Borlotti secco	13 g
Patata fresca	8 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	5 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Origano essiccato	0.1 g
Rosmarino	0.1 g
Quantità netta a crudo	76.5 g

Contenuti/Allergeni

 Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Mettere in ammollo il giorno precedente i legumi secchi accuratamente setacciati. Sbucciare, lavare e tagliare le patate e le carote. Lessare i legumi e a parte le altre verdure. Passare il tutto al tritacarne, aggiungere il formaggio grana, gli aromi e unire il pane grattugiato fino a raggiungere la consistenza desiderata. Formare delle polpette e disporle su una placca leggermente oliata con un filo d'olio extravergine di oliva e cuocere a 180°C per circa 15 minuti.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Polpettine di manzo in umido ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	643 kj 154 kcal	491 kj 117 kcal
Grassi	9,27 g	7,07 g
Di cui acidi grassi saturi	2,16 g	1,65 g
Carboidrati	2,01 g	1,53 g
Di cui zuccheri	0,16 g	0,12 g
Fibre	0,22 g	0,16 g
Proteine	15,50 g	11,83 g
Sale	0,48 g	0,37 g

Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

491 kj 117 kcal 7,82%	Grassi 7,07 g 11,40%	Saturi 1,65 g 8,17%	Carb. 1,53 g < 1%
Zuccheri 0,12 g < 1%	Fibre 0,16 g 1,37%	Proteine 11,83 g 62,25%	Sale 0,37 g 16,36%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:


	Per porzione
Manzo Noce refrigerata	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Patata fresca	8 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) ^{DOP} ^{SG}	3 g
Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato)	0.3 g
Quantità netta a crudo	76.3 g

Contenuti/Allergeni

 Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Latte e prodotti a base di Latte,  Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Lavare, sbucciare, tagliare a pezzi grossi le patate e lessarle. Passare la carne al tritacarne due volte e, nella seconda macinatura, aggiungere le patate, il grana grattugiato e il sale aromatizzato. Confezionare le polpettine e disporle nella teglia con poco olio EVO. Infornare a 180°C fino a cottura ultimata. Se necessario, irrorare con brodo vegetale.

^{SG} Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Polpettine di manzo in umido senza latte e derivati SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	603 kj 144 kcal	442 kj 106 kcal
Grassi	8,50 g	6,23 g
Di cui acidi grassi saturi	1,53 g	1,12 g
Carboidrati	2,09 g	1,53 g
Di cui zuccheri	0,17 g	0,12 g
Fibre	0,22 g	0,16 g
Proteine	14,78 g	10,84 g
Sale	0,44 g	0,32 g

Fonte: INRAN, IEO, Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale


442 kj 106 kcal	Grassi 6,23 g	Saturi 1,12 g	Carb. 1,53 g
7,03%	10,05%	5,56%	< 1%
Zuccheri 0,12 g	Fibre 0,16 g	Proteine 10,84 g	Sale 0,32 g
< 1%	1,37%	57,03%	14,02%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Manzo Noce refrigerata	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Patata fresca	8 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato)	0.3 g
Quantità netta a crudo	73.3 g

Contenuti/Allergeni

 Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Lavare, sbucciare, tagliare a pezzi grossi le patate e lessarle. Passare la carne al tritacarne due volte e, nella seconda macinatura, aggiungere le patate e il sale aromatizzato. Confezionare le polpettine e disporle nella teglia con poco olio. Infornare a 180 °C fino a cottura ultimata. Se necessario, irrorare con brodo vegetale.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine

Polpettine di pesce (*) SG

Infanzia (3-6 anni)



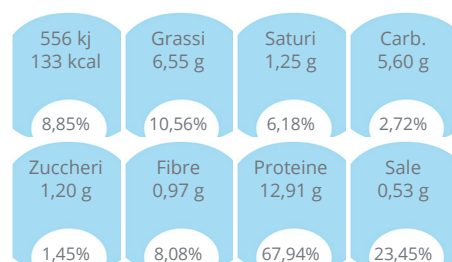
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	478 kj 114 kcal	556 kj 133 kcal
Grassi	5,63 g	6,55 g
Di cui acidi grassi saturi	1,07 g	1,25 g
Carboidrati	4,82 g	5,60 g
Di cui zuccheri	1,03 g	1,20 g
Fibre	0,83 g	0,97 g
Proteine	11,10 g	12,91 g
Sale	0,46 g	0,53 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Merluzzo filetto surgelato (pesce)	35 g
Platessa filetto surgelato (pesce)	35 g
Patata fresca	25 g
Carota fresca	12 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) DOP 🇮🇹	2 g
Prezzemolo fresco	1 g
Salvia fresca	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	116.3 g

Contenuti/Allergeni

🐟 Pesce e prodotti a base di Pesce, ⚠️ Contiene ingrediente surgelato/congelato, 🥚 Uova e prodotti a base di Uova, Ly Contiene Lisozima da uovo, 🥛 Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Lessare le patate e pelarle, passare al tritacarne il merluzzo con la platessa, le patate cotte e le carote crude. Impastare gli ingredienti aggiungendo sale, grana grattugiato, salvia e prezzemolo. Fare degli hamburger (polpettine schiacciate per nido e infanzia) e disporli su una placca oleata (o ricoperta con carta da forno), infornare a 180°C per circa 20 minuti.

(*) Contiene ingrediente surgelato/congelato SG Prodotto senza glutine DOP D.O.P. 🇮🇹 Prodotto di Provenienza Nazionale

Polpettone di tacchino

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	613 kj 146 kcal	600 kj 143 kcal
Grassi	7,17 g	7,02 g
Di cui acidi grassi saturi	1,74 g	1,71 g
Carboidrati	6,02 g	5,90 g
Di cui zuccheri	0,53 g	0,52 g
Fibre	0,47 g	0,46 g
Proteine	14,50 g	14,21 g
Sale	0,22 g	0,22 g



Fonte: INRAN, IEO, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale





600 kj 143 kcal	Grassi 7,02 g	Saturi 1,71 g	Carb. 5,90 g
9,56%	11,33%	8,46%	2,86%
Zuccheri 0,52 g	Fibre 0,46 g	Proteine 14,21 g	Sale 0,22 g
< 1%	3,85%	74,78%	9,88%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Tacchino Fesa intera refrigerata	50 g
Patata fresca	20 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Latte fresco Parzialmente Scremato	6 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])  	4 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	3 g
Quantità netta a crudo	98 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte,  Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**,  Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Lessare le patate e pellarle, passarle al tritacarne insieme alla carne di tacchino, di seguito impastare con gli altri ingredienti. Per raggiungere la densità voluta eventualmente aggiungere il pane grattugiato ed amalgamare bene. Confezionare dei polpettoni non troppo grossi, adagiarli su una placca unta con poco olio EVO ed infornare a 160°C per circa 60 minuti. Durante la cottura, se necessario, irrorare con brodo vegetale.

 D.O.P.  Prodotto di Provenienza Nazionale

Prosciutto cotto

Infanzia (3-6 anni)



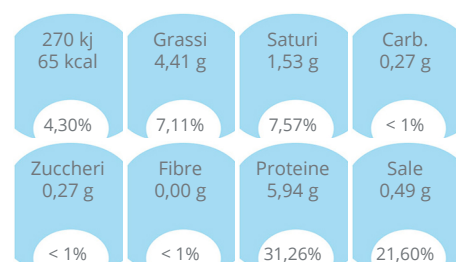
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	900 kj 215 kcal	270 kj 65 kcal
Grassi	14,70 g	4,41 g
Di cui acidi grassi saturi	5,10 g	1,53 g
Carboidrati	0,90 g	0,27 g
Di cui zuccheri	0,90 g	0,27 g
Fibre	0,00 g	0,00 g
Proteine	19,80 g	5,94 g
Sale	1,63 g	0,49 g

Fonte: INRAN

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Prosciutto Cotto	30 g
Quantità netta a crudo	30 g

Contenuti/Allergeni

 Contiene carne di suino

Preparazione

Eliminare il grasso, affettare finemente e presentare le fette di prosciutto ripiegate.

 Prodotto contenente maiale **SL** Prodotto senza lattosio **SG**

Prodotto senza glutine

Finocchio SL SG

Infanzia (3-6 anni)



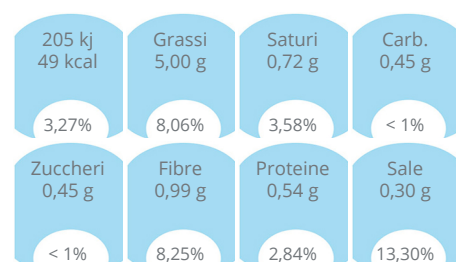
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	408 kj 97 kcal	205 kj 49 kcal
Grassi	9,93 g	5,00 g
Di cui acidi grassi saturi	1,44 g	0,72 g
Carboidrati	0,89 g	0,45 g
Di cui zuccheri	0,89 g	0,45 g
Fibre	1,97 g	0,99 g
Proteine	1,07 g	0,54 g
Sale	0,60 g	0,30 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Finocchio fresco	45 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	50.3 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Mondare la verdura e lavarla accuratamente sotto l'acqua corrente. Sminuzzarla a seconda della tipologia (a cubetti, listarelle, grattugiata o a julienne), condirla con olio EVO e sale iodato. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

NOTE:

L'aggiunta di erbe aromatiche (tritate) e aceto è facoltativa.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine

Patate lessate SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	503 kj 120 kcal	630 kj 151 kcal
Grassi	4,94 g	6,20 g
Di cui acidi grassi saturi	0,76 g	0,95 g
Carboidrati	17,24 g	21,60 g
Di cui zuccheri	0,38 g	0,48 g
Fibre	1,53 g	1,92 g
Proteine	2,01 g	2,52 g
Sale	0,26 g	0,32 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

630 kj 151 kcal 10,04%	Grassi 6,20 g 9,99%	Saturi 0,95 g 4,71%	Carb. 21,60 g 10,49%
Zuccheri 0,48 g < 1%	Fibre 1,92 g 16,00%	Proteine 2,52 g 13,26%	Sale 0,32 g 14,03%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Patata fresca	120 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	125.3 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Mondare, lavare e cuocere le patate in abbondante acqua salata. Scolarle, sbucciarle e tagliarle a pezzi. Condirle con olio EVO. Nel periodo estivo, se gradito, spolverizzare le patate con prezzemolo fresco tritato.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine

Spinaci saltati ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)

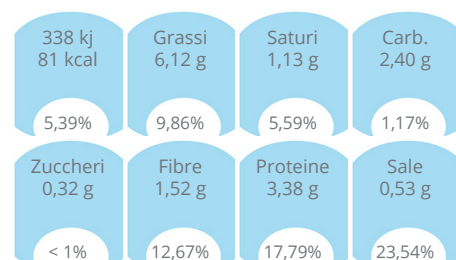


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	387 kj 93 kcal	338 kj 81 kcal
Grassi	7,00 g	6,12 g
Di cui acidi grassi saturi	1,29 g	1,13 g
Carboidrati	2,75 g	2,40 g
Di cui zuccheri	0,37 g	0,32 g
Fibre	1,74 g	1,52 g
Proteine	3,87 g	3,38 g
Sale	0,61 g	0,53 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione
nutrizionale

Assunzione media di riferimento per
Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280
Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a
crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Spinacio fresco	80 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte, sale, caglio, lisozima [uova, Lisozima da uovo]) ^{DOP} ^{EU}	2 g
Sale fino iodato	0.3 g
Aglio fresco	0 g
Quantità netta a crudo	87.3 g

Contenuti/Allergeni

^{EU} Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**, ^{EU} Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Mettere gli spinaci cotti a vapore o bolliti in una teglia con uno spicchio d'aglio e l'olio e lasciare insaporire per qualche minuto dopo aver salato. A fine cottura spolverizzare gli spinaci con il grana padano e servire dopo aver tolto l'aglio.

^{SG} Prodotto senza glutine ^{DOP} D.O.P. ^{EU} Prodotto di Provenienza Nazionale

Verdure invernali cotte SL SG

Infanzia (3-6 anni)



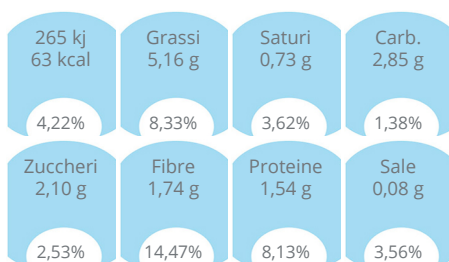
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	312 kj 75 kcal	265 kj 63 kcal
Grassi	6,07 g	5,16 g
Di cui acidi grassi saturi	0,86 g	0,73 g
Carboidrati	3,35 g	2,85 g
Di cui zuccheri	2,48 g	2,10 g
Fibre	2,04 g	1,74 g
Proteine	1,82 g	1,54 g
Sale	0,09 g	0,08 g

Fonte: INRAN, INGRED. COMPOSTO (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

Per porzione

Verdura invernale cotta	80 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Quantità netta a crudo	85 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Mondare la verdura e lavarla accuratamente sotto l'acqua corrente. Cuocerla al vapore o lessarla in acqua salata, sminuzzare a seconda della tipologia e condirla con olio EVO. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

NOTA: l'aggiunta di sale iodato è facoltativa.

N.B. Ricetta costituita da ingredienti variabili, a scelta tra: bieta costa, cavolfiore, cavolo verza, carota, finocchio, spinacio, in relazione alla loro disponibilità, pertanto, a prescindere dal componente scelto, rimane invariata la grammatura totale per fascia di età. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

SL Prodotto senza lattosio **SG** Prodotto senza glutine


Verdure invernali crude SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Cavolo Cappuccio Verde	7.5 g
Finocchio fresco	7.5 g
Lattuga	7.5 g
Carota fresca	7.5 g
Radicchio rosso 	7.5 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Quantità netta a crudo	42.5 g

Contenuti/Allergeni


Nessuno.

Preparazione

Mondare la verdura e lavarla accuratamente sotto l'acqua corrente. Sminuzzarla a seconda della tipologia (a cubetti, listarelle, grattugiata o a julienne), condirla con olio EVO. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

NOTA: l'aggiunta di sale iodato e, a piacere, erbe aromatiche tritate e aceto è facoltativa.

N.B. Ricetta costituita da ingredienti variabili, a scelta tra: cavolo cappuccio verde, carota, lattuga, finocchio, radicchio rosso, in relazione alla loro disponibilità, pertanto, a prescindere dal componente scelto, rimane invariata la grammatura totale per fascia di età.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine  Prodotto di Provenienza Nazionale

Verdure invernali crude SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	613 kj 146 kcal	215 kj 51 kcal
Grassi	14,41 g	5,04 g
Di cui acidi grassi saturi	2,07 g	0,73 g
Carboidrati	2,55 g	0,89 g
Di cui zuccheri	2,55 g	0,89 g
Fibre	2,13 g	0,74 g
Proteine	1,30 g	0,46 g
Sale	0,06 g	0,02 g

Fonte: INRAN, Ingred. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

215 kj 51 kcal	Grassi 5,04 g	Saturi 0,73 g	Carb. 0,89 g
3,42%	8,13%	3,59%	< 1%
Zuccheri 0,89 g	Fibre 0,74 g	Proteine 0,46 g	Sale 0,02 g
1,08%	6,20%	2,40%	1,07%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Verdura invernale cruda	30 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Quantità netta a crudo	35 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Mondare la verdura e lavarla accuratamente sotto l'acqua corrente. Sminuzzarla a seconda della tipologia (a cubetti, listarelle, grattugiata o a julienne), condirla con olio EVO. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

NOTA: l'aggiunta di sale iodato e, a piacere, erbe aromatiche tritate e aceto è facoltativa.

N.B. Ricetta costituita da ingredienti variabili, a scelta tra: cavolo cappuccio verde, carota, lattuga, finocchio, radicchio rosso, in relazione alla loro disponibilità, pertanto, a prescindere dal componente scelto, rimane invariata la grammatura totale per fascia di età.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine

Frutta fresca invernale SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Arancia	17 g
Banana 	16.6 g
Mela	16.6 g
Uva bianca	16.6 g
Kiwi	16.6 g
Pera Conference	16.6 g
Quantità netta a crudo	100 g


Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa.

N.B. Ricetta costituita da ingredienti variabili, a scelta tra: arancia, banana, mela, uva bianca, kiwi, pera, in relazione alla loro disponibilità, pertanto, a prescindere dal componente scelto, rimane invariata la grammatura totale per fascia di età.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine  Prodotto Equo Solidale

Frutta fresca invernale ^{SL} ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	201 kj 48 kcal	201 kj 48 kcal
Grassi	0,22 g	0,22 g
Di cui acidi grassi saturi	0,00 g	0,00 g
Carboidrati	11,09 g	11,09 g
Di cui zuccheri	10,66 g	10,66 g
Fibre	2,25 g	2,25 g
Proteine	0,68 g	0,68 g
Sale	0,01 g	0,01 g

Fonte: Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

201 kj 48 kcal	Grassi 0,22 g	Saturi 0,00 g	Carb. 11,09 g
3,20%	< 1%	< 1%	5,38%
Zuccheri 10,66 g	Fibre 2,25 g	Proteine 0,68 g	Sale 0,01 g
12,84%	18,75%	3,58%	< 1%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Frutta fresca invernale	100 g
Quantità netta a crudo	100 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa.

N.B. Ricetta costituita da ingredienti variabili, a scelta tra: arancia, banana, mela, uva bianca, kiwi, pera, in relazione alla loro disponibilità, pertanto a prescindere dal componente scelto, rimane invariata la grammatura totale per fascia di età.

^{SL} Prodotto senza lattosio ^{SG} Prodotto senza glutine

Frutta fresca invernale SL SG

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo
esemplificativo

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Arancia	17 g
Banana 	16.6 g
Mela	16.6 g
Uva bianca	16.6 g
Kiwi	16.6 g
Pera Conference	16.6 g
Quantità netta a crudo	100 g


Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa.

N.B. Ricetta costituita da ingredienti variabili, a scelta tra: arancia, banana, mela, uva bianca, kiwi, pera, in relazione alla loro disponibilità, pertanto a prescindere dal componente scelto, rimane invariata la grammatura totale per fascia di età.

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine  Prodotto Equo Solidale

Pane e frutta di stagione estiva ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	362 kj 86 kcal	362 kj 86 kcal
Grassi	0,21 g	0,21 g
Di cui acidi grassi saturi	0,02 g	0,02 g
Carboidrati	19,59 g	19,59 g
Di cui zuccheri	6,21 g	6,21 g
Fibre	1,61 g	1,61 g
Proteine	2,22 g	2,22 g
Sale	0,33 g	0,33 g

Fonte: IEO, Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale


362 kj 86 kcal 5,76%	Grassi 0,21 g < 1%	Saturi 0,02 g < 1%	Carb. 19,59 g 9,51%
Zuccheri 6,21 g 7,48%	Fibre 1,61 g 13,40%	Proteine 2,22 g 11,71%	Sale 0,33 g 14,48%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Frutta fresca estiva	80 g
Pane comune (grano)	20 g
Quantità netta a crudo	100 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa e accompagnare con una fetta di pane comune.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Pane e frutta di stagione invernale ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	409 kj 98 kcal	409 kj 98 kcal
Grassi	0,26 g	0,26 g
Di cui acidi grassi saturi	0,02 g	0,02 g
Carboidrati	22,37 g	22,37 g
Di cui zuccheri	8,91 g	8,91 g
Fibre	2,40 g	2,40 g
Proteine	2,18 g	2,18 g
Sale	0,33 g	0,33 g

Fonte: IEO, Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale

409 kj 98 kcal 6,51%	Grassi 0,26 g < 1%	Saturi 0,02 g < 1%	Carb. 22,37 g 10,86%
Zuccheri 8,91 g 10,73%	Fibre 2,40 g 20,00%	Proteine 2,18 g 11,49%	Sale 0,33 g 14,44%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Frutta fresca invernale	80 g
Pane comune (grano)	20 g
Quantità netta a crudo	100 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa e accompagnare con una fetta di pane comune.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Pane e frutta di stagione invernale senza glutine ^{SL} ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



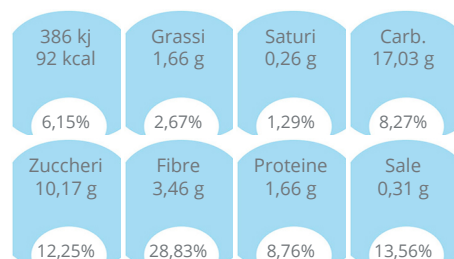
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	386 kj 92 kcal	386 kj 92 kcal
Grassi	1,66 g	1,66 g
Di cui acidi grassi saturi	0,26 g	0,26 g
Carboidrati	17,03 g	17,03 g
Di cui zuccheri	10,17 g	10,17 g
Fibre	3,46 g	3,46 g
Proteine	1,66 g	1,66 g
Sale	0,31 g	0,31 g

Fonte: Banche dati alimentari, Ingrid. composto (INRAN, IEO)

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Frutta fresca invernale	80 g
Pane senza glutine ^{SG}	20 g
Quantità netta a crudo	100 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa e accompagnare con una fetta di pane comune senza glutine.

^{SL} Prodotto senza lattosio ^{SG} Prodotto senza glutine ^{SG} Prodotto Senza Glutine

Pane ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.239 kj 296 kcal	496 kj 118 kcal
Grassi	0,40 g	0,16 g
Di cui acidi grassi saturi	0,10 g	0,04 g
Carboidrati	67,50 g	27,00 g
Di cui zuccheri	1,90 g	0,76 g
Fibre	3,00 g	1,20 g
Proteine	8,20 g	3,28 g
Sale	1,60 g	0,64 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

496 kj 118 kcal 7,89%	Grassi 0,16 g < 1%	Saturi 0,04 g < 1%	Carb. 27,00 g 13,11%
Zuccheri 0,76 g < 1%	Fibre 1,20 g 10,00%	Proteine 3,28 g 17,26%	Sale 0,64 g 28,44%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pane comune (grano)	40 g
Quantità netta a crudo	40 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Servire il pane intero o tagliato a fette (nido e infanzia) preferibilmente insieme al secondo piatto.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Pane integrale ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.068 kj 255 kcal	534 kj 128 kcal
Grassi	1,30 g	0,65 g
Di cui acidi grassi saturi	0,30 g	0,15 g
Carboidrati	53,80 g	26,90 g
Di cui zuccheri	2,50 g	1,25 g
Fibre	5,70 g	2,85 g
Proteine	7,50 g	3,75 g
Sale	1,38 g	0,69 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

534 kj 128 kcal 8,50%	Grassi 0,65 g 1,05%	Saturi 0,15 g < 1%	Carb. 26,90 g 13,06%
Zuccheri 1,25 g 1,51%	Fibre 2,85 g 23,75%	Proteine 3,75 g 19,74%	Sale 0,69 g 30,56%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pane Integrale (segale, grano)	50 g
Quantità netta a crudo	50 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Segale**,  Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Servire il pane intero o tagliato a fette (nido e infanzia) preferibilmente insieme al secondo piatto.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Fette biscottate con crema di nocciole ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Fette Biscottate (grano)	15 g
Crema di Nocciola (nocciole)	10 g
Quantità netta a crudo	25 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Frutta a guscio: **Nocciole**

Preparazione

Spalmare sulle fette biscottate la crema alle nocciole.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.875 kj 448 kcal	469 kj 112 kcal
Grassi	16,56 g	4,14 g
Di cui acidi grassi saturi	4,47 g	1,12 g
Carboidrati	68,24 g	17,06 g
Di cui zuccheri	24,56 g	6,14 g
Fibre	2,58 g	0,65 g
Proteine	9,54 g	2,39 g
Sale	0,96 g	0,24 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

469 kj 112 kcal 7,46%	Grassi 4,14 g 6,68%	Saturi 1,12 g 5,53%	Carb. 17,06 g 8,28%
Zuccheri 6,14 g 7,40%	Fibre 0,65 g 5,38%	Proteine 2,39 g 12,55%	Sale 0,24 g 10,72%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Fette biscottate con crema di nocciole senza glutine ^{SL} ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.925 kj 460 kcal	481 kj 115 kcal
Grassi	16,68 g	4,17 g
Di cui acidi grassi saturi	6,01 g	1,50 g
Carboidrati	73,04 g	18,26 g
Di cui zuccheri	26,36 g	6,59 g
Fibre	3,60 g	0,90 g
Proteine	4,08 g	1,02 g
Sale	1,00 g	0,25 g

Fonte: Banche dati alimentari, IEO

Dichiarazione nutrizionale

481 kj 115 kcal 7,66%	Grassi 4,17 g 6,73%	Saturi 1,50 g 7,44%	Carb. 18,26 g 8,86%
Zuccheri 6,59 g 7,94%	Fibre 0,90 g 7,50%	Proteine 1,02 g 5,37%	Sale 0,25 g 11,22%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Fette Biscottate senza glutine ^{SG}	15 g
Crema di Nocciola (nocciole)	10 g
Quantità netta a crudo	25 g

Contenuti/Allergeni

- Frutta a guscio: **Nocciole**

Preparazione

Spalmare sulle fette biscottate la crema alle nocciole.

^{SL} Prodotto senza lattosio ^{SG} Prodotto senza glutine ^{SG} Prodotto Senza Glutine

Fette biscottate con marmellata ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.285 kj 307 kcal	386 kj 92 kcal
Grassi	3,00 g	0,90 g
Di cui acidi grassi saturi	0,42 g	0,12 g
Carboidrati	66,85 g	20,06 g
Di cui zuccheri	30,45 g	9,14 g
Fibre	2,85 g	0,86 g
Proteine	5,90 g	1,77 g
Sale	0,77 g	0,23 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

386 kj 92 kcal 6,14%	Grassi 0,90 g 1,45%	Saturi 0,12 g < 1%	Carb. 20,06 g 9,74%
Zuccheri 9,14 g 11,01%	Fibre 0,86 g 7,13%	Proteine 1,77 g 9,32%	Sale 0,23 g 10,37%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Fette Biscottate (grano)	15 g
Confettura di frutta	15 g
Quantità netta a crudo	30 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Spalmare sulle fette biscottate la marmellata.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Latte e crackers

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	415 kj 99 kcal	477 kj 114 kcal
Grassi	3,43 g	3,95 g
Di cui acidi grassi saturi	1,18 g	1,36 g
Carboidrati	13,26 g	15,25 g
Di cui zuccheri	4,35 g	5,00 g
Fibre	0,80 g	0,92 g
Proteine	4,28 g	4,93 g
Sale	0,30 g	0,34 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

477 kj 114 kcal 7,60%	Grassi 3,95 g 6,36%	Saturi 1,36 g 6,73%	Carb. 15,25 g 7,40%
Zuccheri 5,00 g 6,02%	Fibre 0,92 g 7,63%	Proteine 4,93 g 25,92%	Sale 0,34 g 15,28%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Latte fresco Parzialmente Scremato	100 g
Crackers non salati (grano)	15 g
Quantità netta a crudo	115 g

Contenuti/Allergeni

🥛 Latte e prodotti a base di Latte, 🌾 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Preparare un bicchiere di latte da accompagnare con crackers.

Pane con cioccolato fondente senza glutine ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pane senza glutine ^{SG}	30 g
Cioccolato fondente (latte)	10 g
Quantità netta a crudo	40 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Tagliare il pane comune a fette e accompagnare con cioccolato fondente.

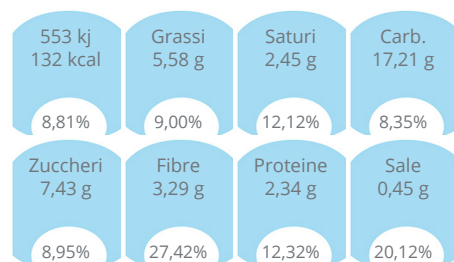
^{SG} Prodotto senza glutine ^{SG} Prodotto Senza Glutine

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.384 kj 331 kcal	553 kj 132 kcal
Grassi	13,95 g	5,58 g
Di cui acidi grassi saturi	6,12 g	2,45 g
Carboidrati	43,03 g	17,21 g
Di cui zuccheri	18,58 g	7,43 g
Fibre	8,23 g	3,29 g
Proteine	5,85 g	2,34 g
Sale	1,13 g	0,45 g

Fonte: INRAN, Banche dati alimentari

Dichiarazione nutrizionale



Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Pane con marmellata ^{SL}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.143 kj 273 kcal	514 kj 123 kcal
Grassi	0,27 g	0,12 g
Di cui acidi grassi saturi	0,07 g	0,03 g
Carboidrati	64,57 g	29,06 g
Di cui zuccheri	20,83 g	9,38 g
Fibre	2,73 g	1,23 g
Proteine	5,63 g	2,54 g
Sale	1,07 g	0,48 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

514 kj 123 kcal 8,19%	Grassi 0,12 g < 1%	Saturi 0,03 g < 1%	Carb. 29,06 g 14,10%
Zuccheri 9,38 g 11,30%	Fibre 1,23 g 10,25%	Proteine 2,54 g 13,34%	Sale 0,48 g 21,53%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pane comune (grano)	30 g
Confettura di frutta	15 g
Quantità netta a crudo	45 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Tagliare il pane comune a fette e spalmarvi sopra la marmellata.

^{SL} Prodotto senza lattosio

Pane con marmellata senza glutine ^{SL} ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.068 kj 255 kcal	480 kj 115 kcal
Grassi	4,93 g	2,22 g
Di cui acidi grassi saturi	0,87 g	0,39 g
Carboidrati	46,77 g	21,05 g
Di cui zuccheri	25,03 g	11,27 g
Fibre	6,27 g	2,82 g
Proteine	3,90 g	1,76 g
Sale	1,00 g	0,45 g

Fonte: IEO, Banche dati alimentari

Dichiarazione nutrizionale

480 kj 115 kcal 7,65%	Grassi 2,22 g 3,58%	Saturi 0,39 g 1,93%	Carb. 21,05 g 10,22%
Zuccheri 11,27 g 13,57%	Fibre 2,82 g 23,50%	Proteine 1,76 g 9,24%	Sale 0,45 g 20,20%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Pane senza glutine ^{SG}	30 g
Confettura di frutta	15 g
Quantità netta a crudo	45 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

Tagliare il pane comune a fette e spalmarvi sopra la marmellata.

^{SL} Prodotto senza lattosio ^{SG} Prodotto senza glutine ^{SG} Prodotto Senza Glutine

Torta allo yogurt

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.170 kj 280 kcal	343 kj 82 kcal
Grassi	7,84 g	2,30 g
Di cui acidi grassi saturi	1,83 g	0,54 g
Carboidrati	46,32 g	13,58 g
Di cui zuccheri	14,29 g	4,19 g
Fibre	1,71 g	0,50 g
Proteine	8,70 g	2,55 g
Sale	0,10 g	0,03 g

Fonte: IEO, INRAN, USDA

Dichiarazione nutrizionale



343 kj 82 kcal 5,46%	Grassi 2,30 g 3,71%	Saturi 0,54 g 2,66%	Carb. 13,58 g 6,59%
Zuccheri 4,19 g 5,05%	Fibre 0,50 g 4,18%	Proteine 2,55 g 13,42%	Sale 0,03 g 1,27%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Grano tenero Tipo "00" Farina	11.9 g
Yogurt al naturale da latte intero	5.95 g
Uova Intere pastorizzate (Lisozima da uovo)	5.71 g
Zucchero	3.57 g
Olio extravergine di Oliva	1.43 g
Lievito naturale in polvere	0.76 g
Quantità netta a crudo	29.32 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova,  Latte e prodotti a base di Latte, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**

Preparazione

In una terrina lavorare uova e zucchero fino a ottenere un composto omogeneo; aggiungere lo yogurt e amalgamare bene. Unire la farina setacciata assieme al lievito. Mescolare bene con una frusta e aggiungere l'olio, versare il composto in una placca ricoperta con carta da forno. Cuocere in forno preriscaldato a 180-200°C per 40 minuti circa. Lasciare raffreddare e porzionare a fette.

Torta allo yogurt e cioccolato

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.178 kj 281 kcal	354 kj 84 kcal
Grassi	8,26 g	2,48 g
Di cui acidi grassi saturi	1,79 g	0,54 g
Carboidrati	45,50 g	13,66 g
Di cui zuccheri	13,95 g	4,19 g
Fibre	1,67 g	0,50 g
Proteine	8,98 g	2,70 g
Sale	0,10 g	0,03 g

Fonte: INRAN, IEO, USDA

Dichiarazione nutrizionale




354 kj 84 kcal 5,63%	Grassi 2,48 g 4,00%	Saturi 0,54 g 2,66%	Carb. 13,66 g 6,63%
Zuccheri 4,19 g 5,05%	Fibre 0,50 g 4,18%	Proteine 2,70 g 14,19%	Sale 0,03 g 1,27%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Grano tenero Tipo "00" Farina	11.9 g
Yogurt al naturale da latte intero	5.95 g
Uova Intere pastorizzate (Lisozima da uovo)	5.71 g
Zucchero	3.57 g
Olio extravergine di Oliva	1.43 g
Lievito naturale in polvere	0.76 g
Cacao in polvere	0.71 g
Quantità netta a crudo	30.03 g

Contenuti/Allergeni

 Cereali contenenti glutine: **Grano**,  Uova e prodotti a base di Uova,  Latte e prodotti a base di Latte, **Ly** Contiene Lisozima da **uovo**

Preparazione

In una terrina lavorare uova e zucchero fino a ottenere un composto omogeneo; aggiungere lo yogurt e amalgamare bene. Unire la farina setacciata assieme al cacao e al lievito. Mescolare bene con una frusta e aggiungere l'olio EVO, versare il composto in una placca ricoperta con carta da forno. Cuocere in forno preriscaldato a 180-200°C per 40 minuti circa. Lasciare raffreddare e porzionare a fettine.

Yogurt intero alla frutta con aggiunta di cereali ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	459 kj 110 kcal	619 kj 148 kcal
Grassi	3,11 g	4,21 g
Di cui acidi grassi saturi	0,66 g	0,90 g
Carboidrati	18,14 g	24,49 g
Di cui zuccheri	12,44 g	16,79 g
Fibre	0,39 g	0,53 g
Proteine	3,08 g	4,16 g
Sale	0,21 g	0,28 g

Fonte: IEO

Dichiarazione nutrizionale

619 kj 148 kcal 9,86%	Grassi 4,21 g 6,78%	Saturi 0,90 g 4,44%	Carb. 24,49 g 11,89%
Zuccheri 16,79 g 20,23%	Fibre 0,53 g 4,42%	Proteine 4,16 g 21,89%	Sale 0,28 g 12,22%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Yogurt alla frutta da latte intero	125 g
Corn flakes	10 g
Quantità netta a crudo	135 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Mantenere refrigerato fino al momento della somministrazione, servire assieme ai cereali.

NOTE:

Controllare in etichetta "yogurt" presenza allergeni.

^{SG} Prodotto senza glutine

Yogurt naturale parzialmente scremato con frutta fresca ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)



L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	166 kj 40 kcal	374 kj 89 kcal
Grassi	1,03 g	2,33 g
Di cui acidi grassi saturi	0,53 g	1,19 g
Carboidrati	5,51 g	12,40 g
Di cui zuccheri	5,51 g	12,40 g
Fibre	0,93 g	2,10 g
Proteine	2,13 g	4,80 g
Sale	0,07 g	0,15 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

374 kj 89 kcal 5,95%	Grassi 2,33 g 3,75%	Saturi 1,19 g 5,88%	Carb. 12,40 g 6,02%
Zuccheri 12,40 g 14,94%	Fibre 2,10 g 17,50%	Proteine 4,80 g 25,26%	Sale 0,15 g 6,53%

Assunzione media di riferimento per Infanzia (3-6 anni) su una dieta di (6.280 Kj / 1.500 Kcal), valori nutrizionali a crudo.

Ingredienti per porzione:

	Per porzione
Yogurt al naturale da latte parzialmente scremato	125 g
Mela	50 g
Fragola	50 g
Quantità netta a crudo	225 g

Contenuti/Allergeni

 Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Mantenere refrigerato fino al momento della somministrazione, servire assieme alla frutta fresca porzionata.

NOTE:

Controllare in etichetta "yogurt" presenza allergeni.

^{SG} Prodotto senza glutine