

Menu: Menu Infanzia (3-6 anni) - Primavera/Estate **Pranzo**



Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

A. Fisse

1<sup>a</sup>

Minestra di riso [212 kcal] <sup>SG</sup>  
Straccetti di pollo dorati al mais [121 kcal] <sup>SL</sup>  
Patate al forno [152 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Cous cous di pomodorini e ceci [326 kcal] <sup>SL</sup>  
Uova sode [122 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Bieta cotta all'olio [59 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Pizza Margherita [341 kcal]  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane integrale [128 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Prosciutto cotto [65 kcal] <sup>SL SG</sup>

Riso al pomodoro [270 kcal] <sup>SG</sup>  
Merluzzo alla ligure [115 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Pasta alla crema di zucchini [277 kcal]  
Caprese [185 kcal] <sup>SG</sup>  
Cappuccio [54 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

2<sup>a</sup>

Pasta al pesto [296 kcal]  
Rotolo di coniglio dissotato arrosto [110 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Cappuccio [54 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Pasticcio di verdure estive con pasta di semola [270 kcal]  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Yogurt bianco [83 kcal] <sup>SG</sup>  
Prosciutto cotto [65 kcal] <sup>SL SG</sup>

Riso all'olio EVO e grana [256 kcal] <sup>SG</sup>  
Insalata di piselli, ceci e pomodori [132 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane integrale [128 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Minestrone estivo [218 kcal]  
Hamburger di vitellone [103 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Spinaci cotti all'olio [73 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Pasta all'ortolana [285 kcal]  
Filetti di merluzzo al pomodoro [119 kcal] <sup>SL</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

3<sup>a</sup>

Insalata di riso con pollo e piselli [271 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Carote cotte all'olio [73 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Yogurt alla frutta [110 kcal] <sup>SG</sup>

Pasta al pomodoro [284 kcal]  
Scaloppine di tacchino al limone [106 kcal] <sup>SL</sup>  
Fagiolini cotti all'olio [59 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Crema di patate e sedano con crostini [165 kcal]  
Filetti di merluzzo al forno [122 kcal] <sup>SL</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane integrale [128 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Riso al pomodoro [270 kcal] <sup>SG</sup>  
Asiago [108 kcal] <sup>SG</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Minestra di risi e bisì [192 kcal] <sup>SG</sup>  
Frittata al forno con verdure estive [144 kcal] <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

4<sup>a</sup>

Pasta al pomodoro e ricotta [293 kcal]  
Filetto di platessa al limone [103 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Minestrone estivo [218 kcal]  
Bocconcini di maiale al limone [127 kcal] <sup>SL</sup>  
Verdure estive crude [51 kcal] <sup>SL</sup> <sup>SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Pasta alla crudaiola [278 kcal]  
Insalata di ceci, cannellini e pomodori [170 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Spinaci cotti all'olio [73 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane integrale [128 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Riso all'olio EVO [244 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Polpettone di tacchino [143 kcal]  
Cappuccio [54 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Frutta fresca estiva [51 kcal] <sup>SL SG</sup>

Gnocchi di patate al ragù di carne bianca senza latte e derivati [266 kcal] <sup>SL</sup>  
Carote cotte all'olio [73 kcal] <sup>SL SG</sup>  
Pane [118 kcal] <sup>SL</sup>  
Yogurt bianco [83 kcal] <sup>SG</sup>

## Elenco degli allergeni

Nome piatto

Cereali  
con glutine

Crostacei

Uova

Pesce

Arachidi

Soia

Latte

Frutta a  
guscio

Sedano

Senape

Sesamo

Lupini

Molluschi

Solfiti



## Piatto unico

|  |   |  |   |  |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |
|--|---|--|---|--|--|--|--|---|---|--|--|--|--|--|
| Gnocchi di patate al ragù di carne bianca senza latte e derivati <b>SL</b> | P |  | P |  |  |  |  |   | P |  |  |  |  |  |
| Insalata di riso con pollo e piselli <b>SL SG</b>                          |   |  |   |  |  |  |  |   | P |  |  |  |  |  |
| Pasticcio di verdure estive con pasta di semola                            | P |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Pizza Margherita   | P |  |   |  |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |

## Primi

|  |   |  |   |  |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |
|--|---|--|---|--|--|--|--|---|---|--|--|--|--|--|
| Cous cous di pomodorini e ceci <b>SL</b> | P |  |   |  |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |
| Crema di patate e sedano con crostini    | P |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Minestra di risi e bisi <b>SG</b>        |   |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Minestra di riso <b>SG</b>               |   |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Minestrone estivo                        | P |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Pasta al pesto                           | P |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Pasta al pomodoro                        | P |  | P |  |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |
| Pasta al pomodoro e ricotta              | P |  |   |  |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |
| Pasta all'ortolana                       | P |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Pasta alla crema di zucchine             | P |  | P |  |  |  |  | P | P |  |  |  |  |  |
| Pasta alla crudaiola                     | P |  | P |  |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |
| Riso al pomodoro <b>SG</b>               |   |  | P |  |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |
| Riso all'olio EVO <b>SL SG</b>           |   |  |   |  |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |
| Riso all'olio EVO e grana <b>SG</b>      |   |  | P |  |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |

## Secondi

|  |   |  |  |   |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |
|--|---|--|--|---|--|--|--|---|---|--|--|--|--|--|
| Asiago <b>SG</b>                           |   |  |  |   |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |
| Bocconcini di maiale al limone <b>SL</b>   | P |  |  |   |  |  |  |   | P |  |  |  |  |  |
| Caprese <b>SG</b>                          |   |  |  |   |  |  |  | P |   |  |  |  |  |  |
| Filetti di merluzzo al forno <b>SL</b>     | P |  |  | P |  |  |  |   | P |  |  |  |  |  |
| Filetti di merluzzo al pomodoro <b>SL</b>  | P |  |  | P |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |
| Filetto di platessa al limone <b>SL SG</b> |   |  |  | P |  |  |  |   |   |  |  |  |  |  |

«NB: s'informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione»

Legenda: P = presente; T = tracce

# Elenco degli allergeni

Nome piatto



## Secondi

|  |          |  |          |          |  |          |          |  |          |          |  |  |  |  |  |  |  |          |
|--|----------|--|----------|----------|--|----------|----------|--|----------|----------|--|--|--|--|--|--|--|----------|
| Frittata al forno con verdure estive <b>SG</b>       |          |  | <b>P</b> |          |  | <b>P</b> |          |  |          |          |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Hamburger di vitellone <b>SL SG</b>                  |          |  |          |          |  |          |          |  |          |          |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Insalata di ceci, cannellini e pomodori <b>SL SG</b> |          |  |          |          |  |          |          |  | <b>P</b> |          |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Insalata di piselli, ceci e pomodori <b>SL SG</b>    |          |  |          |          |  |          |          |  |          |          |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Merluzzo alla ligure <b>SL SG</b>                    |          |  |          | <b>P</b> |  |          |          |  |          | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  | <b>P</b> |
| Polpettone di tacchino                               | <b>P</b> |  | <b>P</b> |          |  |          | <b>P</b> |  |          | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Prosciutto cotto <b>SL SG</b>                        |          |  |          |          |  |          |          |  |          |          |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Rotolo di coniglio disossato arrosto <b>SL SG</b>    |          |  |          |          |  |          |          |  |          | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Scaloppine di tacchino al limone <b>SL</b>           | <b>P</b> |  |          |          |  |          |          |  |          | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Straccetti di pollo dorati al mais <b>SL</b>         | <b>P</b> |  |          |          |  |          |          |  |          | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  |          |
| Uova sode <b>SL SG</b>                               |          |  | <b>P</b> |          |  |          |          |  |          |          |  |  |  |  |  |  |  |          |

## Contorni

|                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Bieta cotta all'olio <b>SL SG</b>     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Cappuccio <b>SL SG</b>                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Carote cotte all'olio <b>SL SG</b>    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Fagiolini cotti all'olio <b>SL SG</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Patate al forno <b>SL SG</b>          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Spinaci cotti all'olio <b>SL SG</b>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Verdure estive crude <b>SL SG</b>     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## Frutta

|                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Frutta fresca estiva <b>SL SG</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Frutta fresca estiva <b>SL SG</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

## Pane e Prodotti da forno

|                          |          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------|----------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Pane <b>SL</b>           | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Pane integrale <b>SL</b> | <b>P</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

«NB: s'informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione»

Legenda: P = presente; T = tracce

# Elenco degli allergeni

Nome piatto












## Yogurt

| Nome piatto                  | Cereali con glutine | Crostacei | Uova | Pesce | Arachidi | Soia | Latte    | Frutta a guscio | Sedano | Senape | Sesamo | Lupini | Molluschi | Solfiti |
|------------------------------|---------------------|-----------|------|-------|----------|------|----------|-----------------|--------|--------|--------|--------|-----------|---------|
| Yogurt alla frutta <b>SG</b> |                     |           |      |       |          |      | <b>P</b> |                 |        |        |        |        |           |         |
| Yogurt bianco <b>SG</b>      |                     |           |      |       |          |      | <b>P</b> |                 |        |        |        |        |           |         |





























«NB: s'informa che non è possibile escludere la presenza di allergeni per cross-contamination dovuta ai processi di produzione e somministrazione»

**Legenda:** P = presente; T = tracce

## Elenco delle ricette

| Nome piatto  | Ingredienti   |
|--|---|
| <b>Piatto unico</b>  |   |
| Gnocchi di patate al ragù di carne bianca senza latte e derivati <b>SL</b> | Gnocchi di patate freschi ( <b>grano, uova, Lisozima da uovo</b> ): 120 g, Tacchino Fesa intera refrigerata: 30 g, Pomodoro Pelati: 20 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 10 g, Cipolla Bianca: 5 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Carota fresca: 5 g, Sale fino iodato: 0.3 g   |
| Insalata di riso con pollo e piselli <b>SL SG</b>                          | Riso Parboiled: 60 g, Pisello Fine surgelato: 15 g, Pollo Petto intero refrigerato: 15 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 10 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Basilico fresco: 1 g, Prezzemolo fresco: 1 g, Sale fino iodato: 0.3 g  |
| Pasticcio di verdure estive con pasta di semola                            | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua): 50 g, Besciamella ( <b>Latte</b> parz. scremato, Burro ( <b>latte</b> ), Farina di frumento ( <b>grano</b> ), Sale iodato): 40 g, Zucchini fresca: 15 g, Carota fresca: 15 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 10 g, Cipolla Bianca: 8 g, <b>Sedano</b> Verde fresco: 8 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 5 g  , Sale fino iodato: 0.3 g |
| Pizza Margherita   | <b>Grano</b> tenero Tipo "0" Farina: 60 g, Pomodoro Pelati: 40 g, Mozzarella ( <b>latte</b> , caglio, fermenti lattici, sale): 30 g  , Acqua: 30 g, Lievito di Birra: 5 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Origano essiccato: 1 g, Sale fino iodato: 0.3 g  |
| <b>Primi</b>   |   |
| Cous cous di pomodorini e ceci <b>SL</b>                                   | Couscous ( <b>grano</b> ): 60 g, Pomodoro Ciliegini: 40 g, Ceci secchi: 15 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Limone: 3 g, Menta: 1 g, Sale fino iodato: 0.3 g   |
| Crema di patate e sedano con crostini                                      | Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 100 g, Patata fresca: 50 g, <b>Sedano</b> Verde fresco: 50 g, Crostini di pane (Pane comune o integrale ( <b>grano</b> ), salvia, rosmarino, timo, origano, olio EVO): 15 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g  , Sale fino iodato: 0.3 g   |
| Minestra di risi e bisì <b>SG</b>  | Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 100 g, Pisello Fine surgelato: 40 g, Riso Arborio: 30 g, Carota fresca: 30 g, Cipolla Bianca: 5 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, <b>Sedano</b> Verde fresco: 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g  , Prezzemolo fresco: 0.1 g   |
| Minestra di riso <b>SG</b>   | Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 100 g, Patata fresca: 40 g, Carota fresca: 40 g, Riso Arborio: 30 g, Cipolla Bianca: 5 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, <b>Sedano</b> Verde fresco: 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g    |
| Minestrone estivo  | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua): 30 g, Zucchini fresca: 25 g, Fagiolini freschi: 25 g, Patata fresca: 25 g, Carota fresca: 25 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Fagiolo Borlotti secco: 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g  , Cipolla Bianca: 3 g, <b>Sedano</b> Verde fresco: 3 g, Prezzemolo fresco: 1 g, Sale fino iodato: 0.3 g                   |
| Pasta al pesto   | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua): 60 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 10 g, Basilico fresco: 7 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Pinolo sgusciato: 4 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g  , Sale fino iodato: 0.3 g   |
| Pasta al pomodoro  | Pasta di Semola di <b>grano</b> 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 ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g  , Basilico fresco: 1 g, Sale fino iodato: 0.3 g   |
| Pasta al pomodoro e ricotta  | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua): 60 g, Pomodoro Pelati: 50 g, Ricotta di Vacca ( <b>latte</b> ): 15 g, Carota fresca: 10 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Cipolla Bianca: 3 g, Sale fino iodato: 0.3 g  |
| Pasta alla crema di zucchine   | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua): 60 g, Zucchini fresca: 50 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ): 10 g, Olio extravergine di Oliva: 5 g, Cipolla Bianca: 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]): 3 g  , Sale fino iodato: 0.3 g, Prezzemolo fresco: 0.1 g  |

## Elenco delle ricette


| Nome piatto   | Ingredienti   |
|---|---|
| <b>Primi</b>  |   |
| Pasta alla crudaiola  | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Pomodoro : 50 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Basilico fresco : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Pasta all'ortolana  | Pasta di Semola di <b>grano</b> duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g, Pomodoro Pelati : 50 g, Carota fresca : 10 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, <b>Sedano</b> Verde fresco : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g |
| Riso al pomodoro   | Riso Arborio : 60 g, Pomodoro Pelati : 50 g, Carota fresca : 7 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Riso all'olio EVO                             | Riso Arborio : 60 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Riso all'olio EVO e grana    | Riso Arborio : 60 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Sale fino iodato : 0.3 g  |
| <b>Secondi</b>  |   |
| Asiago   | Asiago DOP ( <b>Latte</b> vaccino, sale, caglio, fermenti lattici) : 30 g    |
| Bocconcini di maiale al limone    | Maiale Lonza refrigerata : 50 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Limone Succo : 6 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, <b>Grano</b> tenero Tipo "00" Farina : 2 g, Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato) : 0.3 g  |
| Caprese    | Mozzarella ( <b>latte</b> , caglio, fermenti lattici, sale) : 50 g  , Pomodoro : 50 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Basilico fresco : 1 g, Origano essiccato : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Filetti di merluzzo al forno   | Merluzzo filetto surgelato ( <b>pesce</b> ) : 70 g, Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito) : 10 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 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   |
| Filetti di merluzzo al pomodoro    | Merluzzo filetto surgelato ( <b>pesce</b> ) : 70 g, Pomodoro Pelati : 30 g, <b>Grano</b> tenero Tipo "00" Farina : 5 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Carota fresca : 5 g, Cipolla Bianca : 3 g, Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Filetto di platessa al limone              | Platessa filetto surgelata ( <b>pesce</b> ) : 70 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Limone Succo : 5 g, Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Frittata al forno con verdure estive   | <b>Uova</b> Intere pastorizzate ( <b>Lisozima da uovo</b> ) : 60 g, Zucchina fresca : 15 g, Fagiolini surgelati : 15 g, <b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 3 g  , Prezzemolo fresco : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g                        |
| Hamburger di vitellone                    | 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   |
| Insalata di ceci, cannellini e pomodori   | Pomodoro : 30 g, Fagiolo Cannellini secco : 20 g, Ceci secchi : 20 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Sale fino iodato : 0.3 g, Basilico fresco : 0.1 g, Prezzemolo fresco : 0.1 g   |
| Insalata di piselli, ceci e pomodori      | Pisello fresco : 40 g, Ceci secchi : 20 g, Pomodoro : 15 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Basilico fresco : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Merluzzo alla ligure                      | Merluzzo filetto surgelato ( <b>pesce</b> ) : 70 g, Pomodoro : 40 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Olive denocciolate ( <b>solfiti</b> ) : 5 g, Aglio fresco : 1 g, Prezzemolo fresco : 1 g, Capperi ( <b>solfiti</b> ) : 1 g, Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Polpettone di tacchino  | Tacchino Fesa intera refrigerata : 50 g, Patata fresca : 20 g, Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g, <b>Latte</b> fresco Parzialmente Scremato : 6 g, Olio extravergine di Oliva : 5 g, Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato ( <b>Latte</b> , sale, caglio [ <b>Lisozima da uovo, uova</b> ]) : 4 g  , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito) : 3 g     |

## Elenco delle ricette

Nome piatto

Ingredienti


## Secondi

|  |   |
|--|---|
| Prosciutto cotto  <b>SL</b> <b>SG</b> | Prosciutto Cotto : 30 g   |
| Rotolo di coniglio disossato arrosto <b>SL</b> <b>SG</b>   | Coniglio intero refrigerato : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Carota fresca : 8 g , Cipolla Bianca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Limone Succo : 5 g , <b>Sedano</b> Verde fresco : 2 g , Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Scaloppine di tacchino al limone <b>SL</b>   | Tacchino Petto porzionato refrigerato : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Limone : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , <b>Grano</b> tenero Tipo "00" Farina : 2 g , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essiccato, Origano essiccato ) : 0.3 g |
| Straccetti di pollo dorati al mais <b>SL</b>   | Pollo Petto intero refrigerato : 50 g , Brodo vegetale ( <b>sedano</b> ) : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di <b>grano</b> tenero tipo "0", acqua, sale, lievito ) : 5 g , Mais Farina : 3 g , Sale fino iodato : 0.3 g , Rosmarino : 0.1 g , Salvia fresca : 0.1 g  |
| Uova sode <b>SL</b> <b>SG</b>  | <b>Uova</b> Intere fresche ( <b>Lisozima da uovo</b> ) : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g   |

## Contorni

|  |   |
|--|---|
| Bieta cotta all'olio <b>SL</b> <b>SG</b>     | Bieta Costa fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Cappuccio <b>SL</b> <b>SG</b>                | Cavolo Cappuccio Verde : 45 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Carote cotte all'olio <b>SL</b> <b>SG</b>    | Carota fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Fagiolini cotti all'olio <b>SL</b> <b>SG</b> | Fagiolini freschi : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Patate al forno <b>SL</b> <b>SG</b>          | Patata fresca : 120 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Rosmarino : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g   |
| Spinaci cotti all'olio <b>SL</b> <b>SG</b>   | Spinacio fresco : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g  |
| Verdure estive crude <b>SL</b> <b>SG</b>     | Olio extravergine di Oliva , Cavolo Cappuccio Verde , Cetriolo fresco , Lattuga , Pomodoro , Zucchina fresca , Carota fresca , Peperoni freschi |

## Frutta

|  |   |
|--|---|
| Frutta fresca estiva <b>SL</b> <b>SG</b> | Frutta fresca estiva : 150 g  |
| Frutta fresca estiva <b>SL</b> <b>SG</b> | Albicocca , Banana  , Pesca , Ciliegia , Melone retato , Anguria , Fragola , Susina Gialla |

## Pane e Prodotti da forno

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Pane <b>SL</b>           | Pane comune ( <b>grano</b> ) : 40 g            |
| Pane integrale <b>SL</b> | Pane Integrale ( <b>segale, grano</b> ) : 50 g |

## Yogurt

|                              |   |
|------------------------------|---|
| Yogurt alla frutta <b>SG</b> | Yogurt alla frutta da <b>latte</b> intero : 125 g |
| Yogurt bianco <b>SG</b>      | Yogurt al naturale da <b>latte</b> intero : 125 g |

## Elenco dei valori nutrizionali

## Nome piatto

| Piatto unico   | Energia            | Grassi  | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
|--|--------------------|---------|----------------------------|-------------|-----------------|--------|----------|--------|
| Gnocchi di patate al ragù di carne bianca senza latte e derivati <b>SL</b> | 1113 kj / 266 kcal | 6.43 g  | 1.08 g                     | 38.54 g     | 6.14 g          | 1.73 g | 12.84 g  | 1.82 g |
| Insalata di riso con pollo e piselli <b>SL SG</b>                          | 1134 kj / 271 kcal | 5.78 g  | 0.92 g                     | 48.67 g     | 0.13 g          | 2.34 g | 8.41 g   | 0.39 g |
| Pasticcio di verdure estive con pasta di semola                            | 1131 kj / 270 kcal | 5.12 g  | 2.7 g                      | 49.18 g     | 5.79 g          | 2.44 g | 9.35 g   | 0.8 g  |
| Pizza Margherita   | 1430 kj / 341 kcal | 11.77 g | 4.25 g                     | 47.68 g     | 3.04 g          | 2.87 g | 13.71 g  | 0.46 g |
| Primi  | Energia            | Grassi  | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
| Cous cous di pomodorini e ceci <b>SL</b>                                   | 1367 kj / 326 kcal | 6.41 g  | 0.92 g                     | 55.02 g     | 2.08 g          | 5.95 g | 11.25 g  | 0.32 g |
| Crema di patate e sedano con crostini                                      | 690 kj / 165 kcal  | 7.45 g  | 1.54 g                     | 19.92 g     | 2.82 g          | 2.6 g  | 4.47 g   | 1.02 g |
| Minestra di risi e bisì <b>SG</b>  | 804 kj / 192 kcal  | 6.17 g  | 1.28 g                     | 30.09 g     | 3.46 g          | 4.13 g | 5.76 g   | 0.56 g |
| Minestra di riso <b>SG</b>   | 887 kj / 212 kcal  | 6.47 g  | 1.36 g                     | 35.54 g     | 4.43 g          | 2.59 g | 4.6 g    | 0.47 g |
| Minestrone estivo  | 911 kj / 218 kcal  | 6.72 g  | 1.37 g                     | 33.7 g      | 4.6 g           | 4.03 g | 6.73 g   | 0.43 g |
| Pasta al pesto   | 1238 kj / 296 kcal | 8.75 g  | 1.52 g                     | 48.05 g     | 3.11 g          | 1.83 g | 9.04 g   | 0.38 g |
| Pasta al pomodoro  | 1188 kj / 284 kcal | 6.96 g  | 1.38 g                     | 49.94 g     | 5 g             | 2.41 g | 8.3 g    | 0.39 g |
| Pasta al pomodoro e ricotta  | 1229 kj / 293 kcal | 7.74 g  | 1.88 g                     | 50.42 g     | 5.48 g          | 2.41 g | 8.6 g    | 0.37 g |
| Pasta alla crema di zucchine   | 1159 kj / 277 kcal | 6.73 g  | 1.39 g                     | 48.41 g     | 3.42 g          | 2.33 g | 7.58 g   | 0.38 g |
| Pasta alla crudaiola   | 1166 kj / 278 kcal | 6.78 g  | 1.38 g                     | 49.26 g     | 4.32 g          | 2.62 g | 8.06 g   | 0.36 g |
| Pasta all'ortolana   | 1193 kj / 285 kcal | 6.96 g  | 1.38 g                     | 50.09 g     | 5.14 g          | 2.52 g | 8.4 g    | 0.44 g |
| Riso al pomodoro <b>SG</b>   | 1129 kj / 270 kcal | 6.34 g  | 1.31 g                     | 50.44 g     | 2.32 g          | 1.3 g  | 5.72 g   | 0.38 g |
| Riso all'olio EVO <b>SL SG</b>   | 1022 kj / 244 kcal | 5.24 g  | 0.78 g                     | 48.24 g     | 0.12 g          | 0.6 g  | 4.02 g   | 0.3 g  |
| Riso all'olio EVO e grana <b>SG</b>  | 1071 kj / 256 kcal | 6.08 g  | 1.31 g                     | 48.24 g     | 0.12 g          | 0.6 g  | 5.01 g   | 0.35 g |
| Secondi  | Energia            | Grassi  | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
| Asiago <b>SG</b>   | 451 kj / 108 kcal  | 7.68 g  | 4.5 g                      | 0.24 g      | 0.24 g          | 0 g    | 9.42 g   | 0.57 g |
| Bocconcini di maiale al limone <b>SL</b>                                   | 532 kj / 127 kcal  | 8.53 g  | 1.84 g                     | 2.02 g      | 0.27 g          | 0.11 g | 10.61 g  | 0.36 g |
| Caprese <b>SG</b>  | 776 kj / 185 kcal  | 14.96 g | 6.46 g                     | 2.65 g      | 2.65 g          | 1.43 g | 9.99 g   | 0.55 g |
| Filetti di merluzzo al forno <b>SL</b>                                     | 510 kj / 122 kcal  | 5.48 g  | 0.82 g                     | 6.55 g      | 0.35 g          | 0.45 g | 11.76 g  | 0.6 g  |



## Elenco dei valori nutrizionali

## Nome piatto

| Secondi  | Energia           | Grassi  | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
|--|-------------------|---------|----------------------------|-------------|-----------------|--------|----------|--------|
| Filetti di merluzzo al pomodoro <b>SL</b>            | 497 kj / 119 kcal | 5.61 g  | 0.81 g                     | 5.35 g      | 1.54 g          | 0.58 g | 11.92 g  | 0.43 g |
| Filetto di platessa al limone <b>SL SG</b>           | 431 kj / 103 kcal | 5.92 g  | 0.85 g                     | 0.38 g      | 0.19 g          | 0.02 g | 12.13 g  | 0.51 g |
| Frittata al forno con verdure estive <b>SG</b>       | 604 kj / 144 kcal | 11.24 g | 3.24 g                     | 1.4 g       | 1.01 g          | 0.68 g | 9.07 g   | 0.57 g |
| Hamburger di vitellone <b>SL SG</b>                  | 430 kj / 103 kcal | 6.62 g  | 1.26 g                     | 0.33 g      | 0.15 g          | 0.04 g | 10.48 g  | 0.37 g |
| Insalata di ceci, cannellini e pomodori <b>SL SG</b> | 712 kj / 170 kcal | 6.64 g  | 0.89 g                     | 19.61 g     | 2.45 g          | 6.87 g | 9.18 g   | 0.33 g |
| Insalata di piselli, ceci e pomodori <b>SL SG</b>    | 553 kj / 132 kcal | 6.53 g  | 0.89 g                     | 12.56 g     | 2.92 g          | 5.54 g | 6.56 g   | 0.3 g  |
| Merluzzo alla ligure <b>SL SG</b>                    | 482 kj / 115 kcal | 6.87 g  | 0.99 g                     | 1.86 g      | 1.81 g          | 1.06 g | 11.48 g  | 0.61 g |
| Polpettone di tacchino                               | 600 kj / 143 kcal | 7.02 g  | 1.71 g                     | 5.9 g       | 0.52 g          | 0.46 g | 14.21 g  | 0.22 g |
| Prosciutto cotto <b>SL SG</b>                        | 270 kj / 65 kcal  | 4.41 g  | 1.53 g                     | 0.27 g      | 0.27 g          | 0 g    | 5.94 g   | 0.49 g |
| Rotolo di coniglio disossato arrosto <b>SL SG</b>    | 462 kj / 110 kcal | 7.19 g  | 1.58 g                     | 1.32 g      | 1.13 g          | 0.38 g | 10.17 g  | 0.44 g |
| Scaloppine di tacchino al limone <b>SL</b>           | 446 kj / 106 kcal | 5.61 g  | 0.92 g                     | 1.77 g      | 0.24 g          | 0.18 g | 12.27 g  | 0.33 g |
| Straccetti di pollo dorati al mais <b>SL</b>         | 505 kj / 121 kcal | 5.51 g  | 0.87 g                     | 5.73 g      | 0.25 g          | 0.33 g | 12.34 g  | 0.45 g |
| Uova sode <b>SL SG</b>                               | 510 kj / 122 kcal | 10.22 g | 2.63 g                     | 0 g         | 0 g             | 0 g    | 7.44 g   | 0.5 g  |
| Contorni   | Energia           | Grassi  | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
| Bieta cotta all'olio <b>SL SG</b>                    | 245 kj / 59 kcal  | 5.08 g  | 0.72 g                     | 2.24 g      | 2.24 g          | 0.96 g | 1.04 g   | 0.31 g |
| Cappuccio <b>SL SG</b>                               | 224 kj / 54 kcal  | 5.04 g  | 0.72 g                     | 1.13 g      | 1.13 g          | 1.17 g | 0.95 g   | 0.32 g |
| Carote cotte all'olio <b>SL SG</b>                   | 305 kj / 73 kcal  | 5.16 g  | 0.72 g                     | 6.08 g      | 6.08 g          | 2.48 g | 0.88 g   | 0.48 g |
| Fagiolini cotti all'olio <b>SL SG</b>                | 248 kj / 59 kcal  | 5.08 g  | 0.72 g                     | 1.92 g      | 1.92 g          | 2.32 g | 1.68 g   | 0.3 g  |
| Patate al forno <b>SL SG</b>                         | 635 kj / 152 kcal | 6.24 g  | 0.96 g                     | 21.74 g     | 0.62 g          | 2 g    | 2.53 g   | 0.32 g |
| Spinaci cotti all'olio <b>SL SG</b>                  | 305 kj / 73 kcal  | 5.56 g  | 0.78 g                     | 2.4 g       | 0.32 g          | 1.52 g | 2.72 g   | 0.49 g |
| Verdure estive crude <b>SL SG</b>                    | 214 kj / 51 kcal  | 5.07 g  | 0.73 g                     | 0.99 g      | 0.99 g          | 0.56 g | 0.33 g   | 0.02 g |
| Frutta   | Energia           | Grassi  | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |

## Elenco dei valori nutrizionali

Nome piatto

| Frutta                                   | Energia           | Grassi | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
|--|-------------------|--------|----------------------------|-------------|-----------------|--------|----------|--------|
| Frutta fresca estiva <b>SL</b> <b>SG</b> | 214 kj / 51 kcal  | 0.24 g | 0 g                        | 11.42 g     | 10.94 g         | 1.89 g | 1.1 g    | 0.01 g |
| Frutta fresca estiva <b>SL</b> <b>SG</b> | 212 kj / 51 kcal  | 0.24 g | 0 g                        | 11.42 g     | 10.93 g         | 1.89 g | 1.09 g   | 0.01 g |
| Pane e Prodotti da forno                 | Energia           | Grassi | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
| Pane <b>SL</b>                           | 496 kj / 118 kcal | 0.16 g | 0.04 g                     | 27 g        | 0.76 g          | 1.2 g  | 3.28 g   | 0.64 g |
| Pane integrale <b>SL</b>                 | 534 kj / 128 kcal | 0.65 g | 0.15 g                     | 26.9 g      | 1.25 g          | 2.85 g | 3.75 g   | 0.69 g |
| Yogurt                                   | Energia           | Grassi | Di cui acidi grassi saturi | Carboidrati | Di cui zuccheri | Fibre  | Proteine | Sale   |
| Yogurt alla frutta <b>SG</b>             | 461 kj / 110 kcal | 4.13 g | 0.89 g                     | 15.75 g     | 15.75 g         | 0.25 g | 3.5 g    | 0.15 g |
| Yogurt bianco <b>SG</b>                  | 345 kj / 83 kcal  | 4.88 g | 2.59 g                     | 5.38 g      | 5.38 g          | 0 g    | 4.75 g   | 0.15 g |



## Menu: Primavera/Estate Pranzo



|                | Lunedì   | Martedì   | Mercoledì   | Giovedì   | Venerdì  | A. Fisse  |
|----------------|--|---|---|---|--|---|
| 1 <sup>a</sup> | <b>Energia:</b> 653.31 kcal<br><b>Grassi:</b> 18.62 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.23 g<br><b>Carboidrati:</b> 101.42 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.98 g<br><b>Fibre:</b> 8.01 g<br><b>Proteine:</b> 23.83 g<br><b>Sodio:</b> 751.61 mg | <b>Energia:</b> 675.74 kcal<br><b>Grassi:</b> 22.1 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4.31 g<br><b>Carboidrati:</b> 95.67 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.01 g<br><b>Fibre:</b> 10.01 g<br><b>Proteine:</b> 24.09 g<br><b>Sodio:</b> 713.72 mg | <b>Energia:</b> 635.21 kcal<br><b>Grassi:</b> 22.14 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 6.66 g<br><b>Carboidrati:</b> 87.26 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.48 g<br><b>Fibre:</b> 8.18 g<br><b>Proteine:</b> 24.81 g<br><b>Sodio:</b> 664.34 mg   | <b>Energia:</b> 604.86 kcal<br><b>Grassi:</b> 18.69 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.07 g<br><b>Carboidrati:</b> 91.71 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.81 g<br><b>Fibre:</b> 6.02 g<br><b>Proteine:</b> 21.89 g<br><b>Sodio:</b> 665.02 mg | <b>Energia:</b> 684.66 kcal<br><b>Grassi:</b> 27.13 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 8.62 g<br><b>Carboidrati:</b> 90.6 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 18.88 g<br><b>Fibre:</b> 8.02 g<br><b>Proteine:</b> 22.88 g<br><b>Sodio:</b> 763.42 mg | <b>Energia:</b> 0 kcal<br><b>Grassi:</b> 0 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0 g<br><b>Carboidrati:</b> 0 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 0 g<br><b>Fibre:</b> 0 g<br><b>Proteine:</b> 0 g<br><b>Sodio:</b> 0 mg |
| 2 <sup>a</sup> | <b>Energia:</b> 628.64 kcal<br><b>Grassi:</b> 21.38 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.87 g<br><b>Carboidrati:</b> 88.92 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 17.06 g<br><b>Fibre:</b> 6.47 g<br><b>Proteine:</b> 24.52 g<br><b>Sodio:</b> 717.08 mg  | <b>Energia:</b> 586.73 kcal<br><b>Grassi:</b> 19.63 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 7.58 g<br><b>Carboidrati:</b> 82.82 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 13.18 g<br><b>Fibre:</b> 4.2 g<br><b>Proteine:</b> 23.64 g<br><b>Sodio:</b> 837.68 mg  | <b>Energia:</b> 617.38 kcal<br><b>Grassi:</b> 18.57 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.07 g<br><b>Carboidrati:</b> 100.11 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.21 g<br><b>Fibre:</b> 11.45 g<br><b>Proteine:</b> 16.73 g<br><b>Sodio:</b> 548.08 mg | <b>Energia:</b> 562.16 kcal<br><b>Grassi:</b> 19.3 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.46 g<br><b>Carboidrati:</b> 74.85 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.76 g<br><b>Fibre:</b> 8.68 g<br><b>Proteine:</b> 24.29 g<br><b>Sodio:</b> 776.38 mg  | <b>Energia:</b> 623.8 kcal<br><b>Grassi:</b> 18.05 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2.96 g<br><b>Carboidrati:</b> 94.85 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 19.35 g<br><b>Fibre:</b> 6.76 g<br><b>Proteine:</b> 25.01 g<br><b>Sodio:</b> 614.29 mg | <b>Energia:</b> 0 kcal<br><b>Grassi:</b> 0 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0 g<br><b>Carboidrati:</b> 0 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 0 g<br><b>Fibre:</b> 0 g<br><b>Proteine:</b> 0 g<br><b>Sodio:</b> 0 mg |
| 3 <sup>a</sup> | <b>Energia:</b> 572.29 kcal<br><b>Grassi:</b> 15.22 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 2.57 g<br><b>Carboidrati:</b> 97.5 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 22.72 g<br><b>Fibre:</b> 6.27 g<br><b>Proteine:</b> 16.07 g<br><b>Sodio:</b> 665.19 mg   | <b>Energia:</b> 618.9 kcal<br><b>Grassi:</b> 18.04 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.06 g<br><b>Carboidrati:</b> 92.04 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 18.86 g<br><b>Fibre:</b> 8 g<br><b>Proteine:</b> 26.62 g<br><b>Sodio:</b> 667.33 mg     | <b>Energia:</b> 516.38 kcal<br><b>Grassi:</b> 18.89 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.23 g<br><b>Carboidrati:</b> 65.78 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.35 g<br><b>Fibre:</b> 8.36 g<br><b>Proteine:</b> 21.4 g<br><b>Sodio:</b> 935.07 mg    | <b>Energia:</b> 597.9 kcal<br><b>Grassi:</b> 19.49 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 6.57 g<br><b>Carboidrati:</b> 90.09 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 15.25 g<br><b>Fibre:</b> 4.95 g<br><b>Proteine:</b> 19.84 g<br><b>Sodio:</b> 648.05 mg  | <b>Energia:</b> 505.58 kcal<br><b>Grassi:</b> 17.81 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4.56 g<br><b>Carboidrati:</b> 69.9 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 16.17 g<br><b>Fibre:</b> 7.9 g<br><b>Proteine:</b> 19.21 g<br><b>Sodio:</b> 710.89 mg  | <b>Energia:</b> 0 kcal<br><b>Grassi:</b> 0 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0 g<br><b>Carboidrati:</b> 0 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 0 g<br><b>Fibre:</b> 0 g<br><b>Proteine:</b> 0 g<br><b>Sodio:</b> 0 mg |
| 4 <sup>a</sup> | <b>Energia:</b> 617.04 kcal<br><b>Grassi:</b> 19.14 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.49 g<br><b>Carboidrati:</b> 90.2 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 18.35 g  | <b>Energia:</b> 565.24 kcal<br><b>Grassi:</b> 20.72 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.98 g<br><b>Carboidrati:</b> 75.12 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 17.55 g  | <b>Energia:</b> 699.96 kcal<br><b>Grassi:</b> 19.87 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.19 g<br><b>Carboidrati:</b> 109.59 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 19.28 g   | <b>Energia:</b> 610.46 kcal<br><b>Grassi:</b> 17.7 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 3.25 g<br><b>Carboidrati:</b> 93.68 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 13.46 g   | <b>Energia:</b> 539.75 kcal<br><b>Grassi:</b> 16.62 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 4.43 g<br><b>Carboidrati:</b> 77 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 18.36 g  | <b>Energia:</b> 0 kcal<br><b>Grassi:</b> 0 g<br><b>Di cui acidi grassi saturi:</b> 0 g<br><b>Carboidrati:</b> 0 g<br><b>Di cui zuccheri:</b> 0 g<br><b>Fibre:</b> 0 g   |