

PRIMO PIATTO: MINISTRONE CON RISO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Riso parboiled	g	50	60
Verdure miste: cipolla, sedano, basilico, prezzemolo, verza, carote	g	100	110
Patate	g	80	80
Pomodori pelati	g	20	20
Fagioli secchi	g	10	10
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: SGOMBRO ALLA FIORENTINA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Sgombro	g	120	140
Pomodori pelati	g	30	40
Farina	g	10	10
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Rosmarino	g	q.b.	q.b.
Aglione	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: MELANZANE AL FUNGHETTO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Melanzane	g	200	200
Pomodori freschi maturi	g	50	50
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Prezzemolo tritato	g	q.b.	q.b.
Rosmarino, aglio	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: SPAGHETTI ALLA PUTTANESCA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola "spaghetti"	g	100	120
Pomodori pelati	g	80	100
Olive nere	g	20	25
Acciughe sott'olio	g	10	15
Capperi	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Concentrato di pomodoro	g	5	5
Aglione	g	q.b.	q.b.
Peperoncino	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: CONIGLIO AL VINO BIANCO E TIMO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Coniglio 1/4	g	180	180
Pomodori freschi maturi	g	50	50
Carote	g	20	20
Vino bianco	ml	20	20
Timo	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Sedano	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: ZUCCHINE FRITTE IN PASTELLA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Zucchine	g	200	200
Latte intero	ml	30	30
Farina	g	10	10
Olio di semi di arachide o girasole	g	10	10
Tuorlo d'uovo	g	5 (1/3)	5 (1/3)
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: RISOTTO CON ZUCCHINE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Riso parboiled	g	100	120
Zucchine	g	80	100
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Prezzemolo	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: LATTICINI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Mozzarella di vacca	g	100	120

CONTORNO: INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pomodori da insalata	g	200	200
Cetrioli	g	50	50
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Succo di limone, basilico	g	q.b.	q.b.
Sale, pepe	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: TAGLIATELLE MELANZANE E PEPERONI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta all'uovo secca "tagliatelle"	g	100	120
Pomodori freschi maturi	g	80	100
Melanzane	g	20	30
Peperoni	g	20	30
Mozzarella di vacca	g	10	20
Pecorino grattugiato	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Basilico, Aglio	g	q.b.	q.b.
Peperoncino	g	q.b.	q.b.
Sale, pepe	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: POLLO AL LIMONE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pollo 1/4	g	190	190
Limone	g	20 (1/4)	20 (1/4)
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: FUNGHI AL PREZZEMOLO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Funghi coltivati	g	250	250
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Prezzemolo tritato	g	q.b.	q.b.
Succo di limone	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: MINESTRONE DI VERDURA CON PASTA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola corta	g	50	60
Verdure miste: cipolla, sedano, basilico, prezzemolo, verza, carote	g	100	110
Patate	g	80	80
Pomodori pelati		50	50
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: COTOLETTE ALLA BOLOGNESE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Carne di bovino adulto	g	110	120
Pangrattato	g	10	10
Prosciutto cotto	g	10	10
Parmigiano reggiano a scaglie	g	10	10
Passata di pomodoro	g	10	10
Olio di semi di arachide o girasole	g	10	10
Uovo	g	q.b.	q.b.
Latte intero	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: PATATE FRITTE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Patate	g	150	150
Olio di semi arachide o girasole	g	20	20
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: FARFALLE AL PROSCIUTTO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola "farfalle"	g	100	120
Prosciutto cotto	g	20	30
Latte intero	g	30	30
Burro	g	5	5
Farina	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: UOVA SODE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Uova	g	120 (n.2)	120 (n.2)
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: PUREA DI PATATE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Patate	g	150	150
Latte intero	ml	30	30
Burro	g	10	10
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: MINESTRA VERDE ESTIVA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta all'uovo secca	g	50	60
Patate	g	80	100
Fagiolini	g	20	20
Zucchine	g	20	20
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Prezzemolo, basilico	g	q.b.	q.b.
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: PROSCIUTTO CRUDO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Prosciutto crudo	g	80	100

CONTORNO: INSALATA VERDE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Insalata verde	g	100	100
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Aceto o succo di limone	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: RISOTTO CON PISELLI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Riso parboiled	g	100	120
Piselli surgelati	g	80	100
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Burro	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: BISTECCA DI BOVINO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Carne di bovino adulto senza osso	g	140	160
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: FAGIOLINI TRIFOLATI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Fagiolini	g	200	200
Burro	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Prezzemolo, origano, aglio	g	5	5
Sale, pepe	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: SPAGHETTI ALLE VONGOLE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola "spaghetti"	g	100	120
Vongole	g	80	100
Pomodori freschi maturi	g	80	100
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Prezzemolo	g	q.b.	q.b.
Aglio	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: COTOLETTE DI PALOMBETTO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Palombo surgelato	g	180	200
Uovo	g	20 (1/3)	20 (1/3)
Pangrattato	g	10	10
Latte intero	g	10	10
Farina	g	10	10
Olio di semi di arachide o girasole	g	10	10
Succo di limone	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: CAROTE AL LIMONE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Carote	g	200	200
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Succo di limone	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: MINESTRONE ALLA MILANESE FREDDO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Riso parboiled	g	50	60
Patate	g	80	80
Fagioli secchi	g	20	20
Zucchine	g	20	20
Cipolla, sedano, aglio, salvia prezzemolo, carote	g	10	10
Pomodori pelati	g	q.b.	q.b.
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: LATTICINI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Mozzarella di vacca	g	100	120

CONTORNO: POMODORI IN INSALATA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pomodori da insalata	g	200	200
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: RISOTTO ALLA PAESANA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Riso parboiled	g	100	120
Pomodori freschi maturi	g	80	100
Zucchine	g	10	10
Fagiolini	g	10	10
Piselli surgelati	g	10	10
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Prezzemolo, cipolla, basilico	g	q.b.	q.b.
Carote, sedano	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: POLPETTINE ALLA CREMA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Carne di bovino adulto macinata	g	110	120
Uovo	g	10 (1/6)	10 (1/6)
Farina	g	10	10
Panna da cucina	g	10	10
Carote, sedano	g	10	10
Cipolla	g	5	5
Burro	g	5	5
Prezzemolo	g	q.b.	q.b.
Succo di limone	g	q.b.	q.b.
Sale, pepe	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: FUNGHI TRIFOLATI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Funghi coltivati	g	250	250
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Aglio	g	q.b.	q.b.
Prezzemolo	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: GNOCCHI ALL'ORTOLANA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Gnocchi di patate	g	200	220
Funghi coltivati	g	50	60
Piselli surgelati	g	30	40
Panna da cucina	g	20	20
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: SPEZZATINO DI BOVINO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Carne di bovino adulto	g	160	180
Pomodori freschi maturi	g	40	60
Carote, sedano	g	10	10
Vino bianco	ml	10	10
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: MELANZANE AL FUNGHETTO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Melanzane	g	200	200
Pomodori freschi maturi	g	50	50
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Prezzemolo tritato	g	q.b.	q.b.
Rosmarino, aglio	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: SEDANINI CON FUNGHI E PEPERONI

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola "sedanini"	g	100	120
Pomodori freschi maturi	g	50	70
Funghi coltivati	g	40	60
Peperoni	g	40	60
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Cipolla, aglio	g	q.b.	q.b.
Prezzemolo	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: TONNO SOTT'OLIO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Tonno sott'olio	g	80	100
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Succo di limone	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: INSALATA FANTASIA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Patate	g	80	80
Pomodori da insalata	g	80	80
Fagiolini	g	40	40
Carote	g	20	20
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: FUSILLI IN SALSA ROSATA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola "fusilli"	g	100	120
Pomodori freschi maturi	g	80	100
Latte intero	g	30	30
Parmigiano reggiano grattugiato	g	5	5
Burro	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Farina	g	q.b.	q.b.
Cipolla, sedano, carote	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: FILETTI DI MERLUZZO AL POMODORO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Filetti di merluzzo surgelati	g	180	200
Pomodori freschi maturi	g	100	120
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Burro	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Prezzemolo	g	q.b.	q.b.
Succo di limone	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: PATATE LESSE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Patate	g	200	200
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Rosmarino	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: PENNETTE AGLIO OLIO E ACCIUGHE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola "pennette"	g	100	120
Acciughe sott'olio	g	20	20
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Aglione	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: PETTO DI POLLO IN SALSA VERDE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Petto di pollo	g	110	120
Farina	g	10	10
Prezzemolo, basilico	g	10	10
Olive snocciolate	g	10	10
Burro	g	5	5
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: SPINACI AL LIMONE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Spinaci	g	250	250
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Succo di limone	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: INSALATA DI RISO

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Riso parboiled	g	100	120
Tonno sott'olio	g	40	60
Uovo	g	30 (1/2)	30 (1/2)
Wurstel di pollo	g	30	30
Giardiniera	g	20	30
Mozzarella a dadini	g	10	10
Olive nere e verdi snocciolate	g	10	10
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: FORMAGGIO DA TAVOLA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Formaggio tipo caciotta	g	60	70

CONTORNO: FINOCCHI IN INSALATA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Finocchi	g	200	200
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Aceto	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200

PRIMO PIATTO: MINESTRA DI PASTA E PATATE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Pasta di semola corta	g	50	60
Patate	g	80	100
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Cipolla	g	q.b.	q.b.
Sedano	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

SECONDO PIATTO: FETTINA DI MAIALE AROMATIZZATA

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Carne di suino "arista"	g	110	120
Olio extravergine di oliva	g	5	5
Rosmarino, salvia	g	q.b.	q.b.
Aglio	g	q.b.	q.b.
Pepe	g	q.b.	q.b.
Sale	g	q.b.	q.b.

CONTORNO: PATATE FRITTE

INGREDIENTI	U.M.	MASCHI ANNI 15-17	MASCHI ANNI 18-21
Patate	g	150	150
Olio di semi arachide o girasole	g	20	20
Sale	g	q.b.	q.b.

PANE	g	100	100
FRUTTA DI STAGIONE	g	200	200