

CONTORNI

	NIDO	MATERNA	ELEMENTARE	MEDIA
	(g)	(g)	(g)	(g)
CAROTE ALL'OLIO/VAPORE/PREZZEMOLATE				
Carote fresche o surgelate	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
ERBETTE SALTATE ALL'OLIO				
Costine fresche o surgelate	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
FAGIOLINI AL POMODORO				
Fagiolini freschi o surgelati	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Pomodori pelati	20	20	30	40
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
FAGIOLINI ALL'OLIO/BURRO				
Fagiolini freschi o surgelati	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva/burro	5	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FINOCCHI ALL'OLIO/TRIFOLATI

Finocchi freschi o surgelati	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

SPINACI/ERBETTE AL PARMIGIANO

Spinaci freschi o surgelati	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Parmigiano	5	7	10	10
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FINOCCHI/CAVOLFIORE GRATINATI

Finocchi/Cavolfiore	60	80	100	120
Olio e.v. di oliva	3	5	7	10
Besciamella	20	30	40	40
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

ZUCCHINE ALL'OLIO/VAPORE/TRIFOLATE

Carote fresche o surgelate	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

CAROTE IN INSALATA

Carote	70	80	100	100
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

FINOCCHI IN INSALATA				
Finocchi	70	80	100	100
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
JOULIENNE DI FINOCCHI E SEDANO RAPA				
Finocchi e sedano rapa	70	80	100	100
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
JOULIENNE DI ZUCCHINE E CAROTE				
Zucchine e carote	70	80	100	100
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA MISTA ESTIVA				
Insalata verde e/o rossa	20	20	20	30
Carote	25	30	40	60
Pomodori	25	30	40	60
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA MISTA INVERNALE				
Insalata verde e/o rossa	20	20	20	30
Carote	25	30	40	60
Finocchi	25	30	40	60
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA VERDE				
Insalata verde	40	40	50	60
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI CAVOLO CAPPuccio (TAGLIATO A JOULIENNE)				
Cavolo cappuccio	40	40	50	60
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
INSALATA DI CAVOLFIORI				
Cavolfiori	80	100	110	130
Olio e.v. di oliva	5	5	7	10
Aceto e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
POMODORI IN INSALATA				
Pomodori	70	80	100	150
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
MACEDONIA DI VERDURE				
Patate	40	100	100	110
Carote	30	50	60	60
Piselli freschi o surgelati	15	20	30	40
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Limone e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PATATE ALL'OLIO/FORNO/VAPORE

Patate	120	170	190	210
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Aromi e sale e farina	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PUREA DI PATATE

Patate	120	170	190	210
Latte	15	20	30	30
Burro	5	5	5	5
Parmigiano	5	7	10	10
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

PISELLI IN UMIDO

Piselli freschi o surgelati	50	110	130	140
Pomodori pelati	30	20	30	40
Olio e.v. di oliva	5	5	5	5
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

RATATUOILLE

Peperoni	40	50	80	100
Patate	20	25	30	40
Zucchine	20	25	30	40
Melanzana	20	20	30	30
Cipolle	5	5	5	5
Olio e.v. di oliva	5	5	5	7
Aromi e sale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.