

Menu**Codice:**

MNGEBX000003

Settimane: 4**Versione:** Lavagna Invernale**Utenza:****Cliente****Ricettario****Codice:**

RE00000195

Versione: Lavagna Invernale**Utenza:****Proprietà:****Note:** f.c.**Descrizione:****Lavagna Invernale****Dal:****Al:****Cucina****Descrizione:**

Minestrone con orzo

Tipo piatto: Primo piatto Primo in brodo**Lavorazione:** 0 min.**Calorie:** 325,673 kcal = 1.363,267 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000249	BIO - ORZO, PERLATO	g	30,000	30,000
MP00000248	BIO - MINISTRONE SURG.	g	150,000	150,000
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	60,241	50,000
MP00001836	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE IGP	g	8,000	8,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100
MP00001562	BIO - FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO GRATTUGIATO	g	8,000	8,000
MP00000380	BIO - CIPOLLA	g	6,024	5,000
MP00000537	BIO - SEDANO	g	6,250	5,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	5,263	5,000

PREPARAZIONE

Fare un fondo di verdure stufate in olio e.v.o., aggiungere le verdure surgelate, coprire di acqua e portare a cottura. Trasformare le verdure in passato.

Cuocere nel passato l'orzo e servire con formaggio grattugiato.

Codice:**Descrizione:**

RE00025120

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Proprietà:

Note: può essere utilizzato anche basilico gelo e convenzionale; anche gnocchi surgelati

Gnocchi al pesto

Tipo piatto: Primo piatto

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 418,573 kcal = 1.752,147 kJoule

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000579	GNOCCHI DI PATATE	g	120,000	120,000
MP00000566	BIO - BASILICO FR.	g	18,519	15,000
MP00000636	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA ITALIANO	g	10,000	10,000
MP00001585	FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, GRATTUGIATO 24 ME	g	10,000	10,000
MP00001189	PINOLI SGUSCIATI	g	3,000	3,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,500	0,500
MP00000245	BIO - FAGIOLINI FINI SURG.	g	5,000	5,000
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	6,024	5,000

PREPARAZIONE

Cuocere la pasta in acqua salata.

Frullare assieme il basilico, pinoli, olio e parmigiano.

Codice:

RE00025804

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Proprietà:

Note:

Descrizione:

Pastina in brodo vegetale

Tipo piatto: Primo piatto Primo in brodo

Lavorazione: 45 min.

Calorie: 155,048 kcal = 649,030 kJoule

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000630	BIO - PASTA DI SEMOLA	g	35,000	35,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	15,789	15,000
MP00000380	BIO - CIPOLLA	g	6,024	5,000
MP00000537	BIO - SEDANO	g	12,500	10,000
MP00000468	BIO - POMODORI, PELATI	g	20,000	20,000

MP00000286	FORMAGGIO, GRANA PADANO GRATTUGIATO	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,500	0,500

PREPARAZIONE

Lavare e sminuzzare la verdure, cuocere con acqua. Filtrare.
Nel brodo cuocere la pasta e aggiungere formaggio su richiesta al momento del servizio.

Codice:	RE00034283	Descrizione:	Risotto alla zucca
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Primo piatto
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	419,614 kcal = 1.756,503 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00002129	BIO - RISO, PARBOILED	g	60,000	60,000
MP00000788	BIO - ZUCCA	g	61,728	50,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	4,167	4,167
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,017	0,017
MP00000689	BIO - OLIO DI GIRASOLE	g	3,333	3,333

PREPARAZIONE

Lavare e passare al cutter il sedano. Appassire in brasiera con acqua o brodo vegetale la cipolla, quindi insaporire la zucca salando e spruzzando il sugo con acqua calda o brodo vegetale se occorre. Fare la besciamella e unire il sugo alla zucca, aggiungere un pò di olio evo e Parmigiano Reggiano alla distribuzione.

INGREDIENTI SEMILAVORATO RE00003429 - Brodo vegetale per preparazioni - Scuole EE-UTC				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000983	ACQUA	g	100,000	100,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	5,789	5,500
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	5,301	4,400
MP00000562	BIO - ZUCCHINE FRESCHE	g	2,500	2,200
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,002	0,002

PREPARAZIONE

Lavare e passare al cutter il sedano. Appassire in brasiera con acqua o brodo vegetale la cipolla, quindi insaporire la zucca salando e spruzzando il sugo con acqua calda o brodo vegetale

se occorre. Fare la besciamella e unire il sugo alla zucca, aggiungere un pò di olio evo e Parmigiano Reggiano alla distribuzione.

Codice: RE00034296
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Riso al pomodoro
Tipo piatto: Primo piatto Primo asciutto
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 367,834 kcal = 1.539,755 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00002129	BIO - RISO, PARBOILED	g	60,000	60,000
MP00000120	OLIO DI SEMI DI GIRASOLE	g	1,527	1,527
MP00000468	BIO - POMODORI, PELATI	g	58,145	58,145
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,018	0,018
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	15,847	15,055
MP00000566	BIO - BASILICO FR.	g	0,090	0,073

PREPARAZIONE

Appassire le verdure pulite e tritate (carote) in poco olio e acqua; quando quest' ultima è evaporata aggiungere i pelati passati, salare e portare a cottura. A parte tritare il basilico e unire al sugo a cottura ultimata. Nota: tutti gli ingredienti riportati nella scheda piatto sono da considerarsi pesi lordi unitari.

Codice: RE00034300
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Pasta al pesto
Tipo piatto: Primo piatto Primo asciutto
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 467,007 kcal = 1.954,889 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000630	BIO - PASTA DI SEMOLA	g	60,000	60,000
MP00000689	BIO - OLIO DI GIRASOLE	g	4,145	4,145

MP00001411	FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, GRATTUGIATO	g	7,636	7,636
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,018	0,018
MP00000566	BIO - BASILICO FR.	g	3,861	3,127
MP00000636	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA ITALIANO	g	3,855	3,855
MP00000567	BIO - PREZZEMOLO	g	2,500	2,000
MP00000273	BIO - RICOTTA VACCINA	g	3,636	3,636

PREPARAZIONE

Nota: tutti gli ingredienti riportati nella scheda piatto sono da considerarsi pesi lordi unitari.

INGREDIENTI SEMILAVORATO RE00003429 - Brodo vegetale per preparazioni - Scolastica Bazzano				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000983	ACQUA	g	100,000	100,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	5,598	5,318
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	5,301	4,400
MP00000562	BIO - ZUCCHINE FRESCHE	g	2,500	2,200
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,002	0,002

PREPARAZIONE

Tritare il basilico e il prezzemolo, unire l'olio extra vergine di oliva e di girasole, la ricotta, un minimo di brodo vegetale e regolare di sale.

Nota: tutti gli ingredienti riportati nella scheda piatto sono da considerarsi pesi lordi unitari.

Codice:

RE00075061

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:

Descrizione:

Pasta all'olio

Tipo piatto:

Primo piatto Primo asciutto

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

418,880 kcal = 1.753,430 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000630	BIO - PASTA DI SEMOLA	g	60,000	60,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	7,000	7,000
MP00001373	SALE FINO	g	0,100	0,100
MP00001141	FORMAGGIO, GRANA PADANO PUNTA	g	10,000	10,000

PREPARAZIONE

Codice:

RE00075074

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Proprietà:****Note:****Descrizione:**

Pizza margherita

Tipo piatto:

Primo piatto Pizza/Focaccia/Tortino

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

658,177 kcal = 2.755,129 kJoule

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00002237	BASE PER PIZZA FR/ATM	g	200,000	200,000
MP00001369	POMODORI, PELATI	g	40,000	40,000
MP00001166	FORMAGGIO, MOZZARELLA PER PIZZA	g	40,000	40,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	7,000	7,000

PREPARAZIONE**Codice:**

RE00075086

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Proprietà:****Note:****Descrizione:**

Pasta al pomodoro

Tipo piatto:

Primo piatto Primo asciutto

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

451,552 kcal = 1.890,198 kJoule

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000036	PASTA DI SEMOLA	g	60,000	60,000
MP00001369	POMODORI, PELATI	g	40,000	40,000
MP00000120	OLIO DI SEMI DI GIRASOLE	g	4,000	4,000
MP00000076	SEDANO FR	g	2,500	2,000
MP00000059	CAROTE	g	2,105	2,000
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	2,500	2,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,000	1,000

PREPARAZIONE

Preparare il sugo di pomodoro: mettere nel tegame le verdure tritate (carote, cipolla, sedano) con il pomodoro, quindi dare inizio alla cottura a fuoco lento. A cottura ultimata aggiungere l'olio d'oliva. Frullare il pomodoro prima di servire. Cucinare la pasta al dente, scolarla e condirla con il sugo al pomodoro.

Codice:		Descrizione:	
RE00140516		Risotto alla parmigiana	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Primo piatto Primo asciutto
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	489,412 kcal = 2.048,680 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000838	RISO, PARBOILED	g	60,000	60,000
MP00000120	OLIO DI SEMI DI GIRASOLE	g	5,000	5,000
MP00001411	FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, GRATTUGIATO	g	5,556	5,000
MP00000277	BURRO	g	5,000	5,000
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	6,250	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100
MP00000076	SEDANO FR	g	6,250	5,000
MP00000059	CAROTE	g	5,263	5,000
MP00000423	PREZZEMOLO, FRESCO	g	0,100	0,080

PREPARAZIONE

Preparare il brodo aggiungendo all'acqua le cipolla e il preparato per brodo. Portare ad ebollizione e a fine cottura frullare.

Mettere in brasiera o in pentola, a freddo, l'olio, un pò cipolla tritata e il riso; tostare gradualmente il riso mescolando gli ingredienti. A tostatura ottenuta cuocere lentamente il risotto aggiungendo poco per volta il brodo caldo.

A fine cottura mantecare con il burro a crudo e infine tutto il parmigiano.

Codice:		Descrizione:	
RE00140524		Pasta al ragù	

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Tipo piatto: Primo piatto Primo asciutto

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 524,052 kcal = 2.193,683 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000036	PASTA DI SEMOLA	g	60,000	60,000
MP00001369	POMODORI, PELATI	g	40,000	40,000
MP00000120	OLIO DI SEMI DI GIRASOLE	g	4,000	4,000
MP00000076	SEDANO FR	g	2,500	2,000
MP00000059	CAROTE	g	2,105	2,000
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	2,500	2,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100
MP00001256	BOVINO AD, MACINATO FRESCO	g	50,000	50,000

PREPARAZIONE

Mettere nel tegame le verdure tritate (carote, cipolla, sedano) con la carne di bovino macinata. Successivamente aggiungere il pomodoro quindi dare inizio alla cottura a fuoco lento. A cottura ultimata aggiungere l'olio d'oliva. Frullare il pomodoro prima di servire. Cucinare la pasta al dente, scolarla e condirla con il sugo preparato.

Codice:

RE00143453

Descrizione:

Crema di piselli

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Tipo piatto: Primo piatto Primo in brodo

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 155,238 kcal = 649,828 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000868	PISELLI, SURGELATI	g	60,000	60,000
MP00000082	PATATE	g	46,843	38,880
MP00000059	CAROTE	g	5,053	4,800
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	6,000	4,800

MP00000076	SEDANO FR	g	6,000	4,800
MP00001373	SALE FINO	g	0,060	0,060
MP00000947	BRODO VEGETALE	g	120,000	120,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00001409	FORMAGGIO, MIX GRATTUGGIATO PER CUCINA	g	6,000	6,000

PREPARAZIONE

Stufare il fondo di sedano carote e cipolle in poco olio, aggiungere i piselli e portare a cottura aggiungendo il brodo; frullare il tutto

Codice:		Descrizione:	
RE00143460		Riso allo zafferano	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Primo piatto Primo asciutto
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	398,422 kcal = 1.667,796 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000838	RISO, PARBOILED	g	60,000	60,000
MP00000439	ZAFFERANO	g	1,800	1,800
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	5,422	4,500
MP00000277	BURRO	g	7,000	7,000
MP00001373	SALE FINO	g	0,090	0,090
MP00001141	FORMAGGIO, GRANA PADANO PUNTA	g	10,526	10,000

PREPARAZIONE

Codice:		Descrizione:	
RE00143463		Minestrone alla genovese	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Primo piatto Primo in brodo
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	331,166 kcal = 1.386,260 kJoule

Proprietà:

Note: Tutti i prodotti bio e nazionali

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000630	BIO - PASTA DI SEMOLA	g	40,000	40,000
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	5,000	5,000
MP00001281	BIO - FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO	g	3,333	3,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,500	0,500
MP00000380	BIO - CIPOLLA	g	30,120	25,000
MP00000537	BIO - SEDANO	g	12,500	10,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	26,316	25,000
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	60,241	50,000
MP00000548	BIO - PESTO ALLA GENOVESE	g	5,000	5,000

PREPARAZIONE

Preparare il minestrone nella maniera classica, passarlo in modo da ottenere un crema liquida , aggiungervi il pesto.
Cuocervi la pasta o il riso e servire.

Codice:		Descrizione:	
RE00149805		Pasta con sugo rustico	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Primo piatto
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	449,234 kcal = 1.880,493 kJoule

Proprietà:

Note: con pasta bio

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000630	BIO - PASTA DI SEMOLA	g	60,000	60,000
MP00000468	BIO - POMODORI, PELATI	g	61,538	61,538
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	24,291	23,077
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	7,123	7,123
MP00002099	PREZZEMOLO LOTTA INT. SURG.	g	2,031	2,031
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,754	1,754
MP00002386	ZUCCHINE RONDELLE SURG.	g	23,077	23,077
MP00002097	CIPOLLA LOTTA INT. SURG.	g	15,385	15,385

PREPARAZIONE

Appassire le verdure pulite e tritate (carote e cipolla) in poca acqua; quando quest'ultima è evaporata aggiungere le zucchine e successivamente i pelati passati, salare e portare a cottura.

A parte tritare il prezzemolo, unirlo al sugo a cottura ultimata.

Lessare la pasta in abbondante acqua bollente e condire col sugo.

Codice: RE00010221
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Crocchette di patate e formaggio
Tipo piatto: Secondo piatto Tortini/Sformati
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 248,359 kcal = 1.039,631 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	108,434	90,000
MP00000277	BURRO	g	1,800	1,800
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,300	6,300
MP00000465	BIO - UOVA MISTO PASTORIZZATO	g	18,000	18,000
MP00000467	BIO - FARINA, TIPO 00	g	18,000	18,000
MP00001411	FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, GRATTUGIATO	g	4,500	4,500
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,800	1,800

PREPARAZIONE

Lessare le patate con la buccia, pelarle e passare allo schiacciapatate.

Aggiungere burro, uova pastorizzate e parmigiano grattugiato.

Formare le polpette, passarle nella farina e cuocere in forno su placca unta con olio extra vergine di oliva.

Codice: RE00034302
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Formaggio
Tipo piatto: Secondo piatto Formaggi
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 146,425 kcal = 612,935 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000273	BIO - RICOTTA VACCINA	g	100,000	100,000

PREPARAZIONE

Codice:	RE00075046	Descrizione:	Prosciutto cotto
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Salumi
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
Proprietà:		Calorie:	78,150 kcal = 327,136 kJoule
Note:			

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00002228	TACCHINO, FESA/PETTO ARROSTO AL FORNO	g	63,158	60,000

PREPARAZIONE

Affettare nella grammatura richiesta e servire.

Codice:	RE00141313	Descrizione:	Sformato di verdure
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Tortini/Sformati
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
Proprietà:		Calorie:	257,369 kcal = 1.077,346 kJoule
Note:			

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000481	UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	100,000	100,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00001373	SALE FINO	g	0,500	0,500
MP00000954	LATTE, INTERO UHT	g	10,000	10,000
MP00000029	FARINA, DI FRUMENTO TIPO 00	g	10,000	10,000
MP00000868	PISELLI, SURGELATI	g	10,000	10,000

MP00001409	FORMAGGIO, MIX GRATTUGGIATO PER CUCINA	g	5,000	5,000
MP00000645	FAGIOLINI, SURG.	g	20,000	20,000
MP00001335	CAROTE, DISCO SURG	g	20,000	20,000

PREPARAZIONE

Preparare una besciamella soda; aggiungere le verdure frullate, l'uovo, il parmigiano e cuocere in forno per 20-25 minuti a 200°

Codice:	RE00143445	Descrizione:	Bocconcini di pollo al forno
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Carne di pollo
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	144,013 kcal = 602,839 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00001445	POLLO, PETTO	g	102,041	100,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00000503	ROSMARINO FRESCO	g	1,111	1,000
MP00000502	SALVIA FR	g	1,000	1,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100

PREPARAZIONE

Tagliare il pollo a bocconcini e disporlo nelle teglie. Condire con olio e sale e aromi. Infornare.

Codice:	RE00143454	Descrizione:	Frittata con verdure
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Uova (uova, frittate, omelette)
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	171,247 kcal = 716,842 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000465	BIO - UOVA MISTO PASTORIZZATO	g	70,000	70,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	14,737	14,000

MP00000380	BIO - CIPOLLA	g	16,867	14,000
MP00000537	BIO - SEDANO	g	17,500	14,000
MP00000253	BIO - ZUCCHINE SURG	g	14,000	14,000
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	4,667	4,667
MP00001281	BIO - FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO	g	7,778	7,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,167	1,167

PREPARAZIONE

Cuocere le zucchine con la cipolla, sedano e carota precedentemente pulite e tritate. Mescolare l'uovo pastorizzato con le verdure e il parmigiano reggiano grattugiato. Salare. Mettere il composto ottenuto nelle teglie ed infornare.

Codice:		Descrizione:	
RE00143457		Frittata	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Uova (uova, frittate, omelette)
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	184,028 kcal = 770,343 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000481	UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	120,000	120,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	2,400	2,400
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,200	1,200

PREPARAZIONE

Amalgamare l'uovo con il sale e mettere il composto nelle teglie. Infornare.

Codice:		Descrizione:	
RE00143458		Polpette vegetali	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Alternativa al secondo piatto
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
		Calorie:	157,406 kcal = 658,902 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000435	BIO - PATATE FRESCHE	g	72,289	60,000
MP00001555	BIO - FAGIOLI CANNELLINI SECCHI	g	10,000	10,000
MP00001277	BIO - PISELLI, SURG.	g	10,000	10,000
MP00000465	BIO - UOVA MISTO PASTORIZZATO	g	8,000	8,000
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	5,000	5,000
MP00000533	PANE, GRATTUGIATO	g	5,000	5,000
MP00001493	BIO - AGLIO	g	0,666	0,500
MP00000786	BIO - SALVIA FR.	g	0,100	0,100
MP00000785	BIO - ROSMARINO	g	0,111	0,100
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,010

PREPARAZIONE

Lessare i fagioli (precedentemente messi in ammollo per il tempo necessario), le patate e i piselli. Tritare il tutto e impastarli con l'uovo, il sale, il pangrattato e gli aromi. Fare delle palline e cuocerle in forno in una teglia leggermente unta con l'olio per circa 15 minuti a 200 °C.

Codice:		Descrizione:	
RE00143459		Bocconcini di lonza	
Versione:	Lavagna invernale	Tipo piatto:	Secondo piatto Carne di suino
Utenza:		Lavorazione:	0 min.
Proprietà:		Calorie:	269,800 kcal = 1.129,383 kJoule
Note:			

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000571	SUINO, FILONE/LONZA FR	g	111,111	100,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,013	0,013
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,250	6,250
MP00000059	CAROTE	g	3,947	3,750
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	4,688	3,750
MP00000076	SEDANO FR	g	4,688	3,750
MP00000029	FARINA, DI FRUMENTO TIPO 00	g	11,250	11,250

PREPARAZIONE

Codice:

RE00143461

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Proprietà:****Note:****Descrizione:**

Pesce alle olive

Tipo piatto:

Secondo piatto Pesce

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

194,511 kcal = 814,223 kJoule

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000805	PESCE, PALOMBO/SPINAROLO TRANCE CONG.	g	166,667	150,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00000055	AGLIO, FRESCO	g	0,667	0,500
MP00000423	PREZZEMOLO, FRESCO	g	0,625	0,500
MP00001369	POMODORI, PELATI	g	30,000	30,000
MP00001331	OLIVE NERE, DENOCCIOLATE	g	20,000	10,000
MP00001373	SALE FINO	g	0,500	0,500

PREPARAZIONE**Codice:**

RE00143462

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Proprietà:****Note:****Descrizione:**

Tonno all'olio

Tipo piatto:

Secondo piatto Pesce

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

230,040 kcal = 962,947 kJoule

INGREDIENTI

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000147	PESCE, TONNO IN OLIO DI OLIVA	g	133,333	120,000

PREPARAZIONE

Sgocciolare e porzionare i filetti di tonno

Codice:**Descrizione:**

RE00143464

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Proprietà:

Note:

Filetto di pesce al forno

Tipo piatto: Secondo piatto Pesce

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 168,321 kcal = 704,593 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000145	PESCE, MERLUZZO	g	150,000	150,000
MP00000029	FARINA, DI FRUMENTO TIPO 00	g	5,000	5,000
MP00000423	PREZZEMOLO, FRESCO	g	1,250	1,000
MP00001066	SUCCO DI LIMONE	g	1,000	1,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,000	1,000

PREPARAZIONE

Scongelare il filetto, infarinare e salare. Mettere in forno con l'olio e il succo di limone, a fine cottura spolverizzare con il prezzemolo.

Codice:

RE00143466

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Proprietà:

Note:

Descrizione:

Spezzatino con patate

Tipo piatto: Secondo piatto Carne di bovino

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 294,645 kcal = 1.233,383 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00001535	BOVINO AD, MUSCOLO FR.	g	108,696	100,000
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	12,500	10,000
MP00000082	PATATE	g	120,482	100,000
MP00000207	VINO ROSSO	g	5,000	5,000
MP00001373	SALE FINO	g	0,500	0,500
MP00001490	PEPERONCINO, MACINATO	g	0,500	0,500
MP00001371	POMODORI, POLPA	g	50,000	50,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000

MP00000059	CAROTE	g	5,263	5,000
MP00000076	SEDANO FR	g	6,250	5,000

PREPARAZIONE

Stufare la carne con carota, sedano, cipolla, patate ; portare a cottura aggiungendo il vino ed il pomodoro

Codice:

RE00143468

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:

Descrizione:

Bocconcini di pollo

Tipo piatto:

Secondo piatto Carne di pollo

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

156,009 kcal = 653,054 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000572	POLLO, PETTO FR.	g	102,041	100,000
MP00000468	BIO - POMODORI, PELATI	g	40,000	40,000
MP00000380	BIO - CIPOLLA	g	9,639	8,000
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	8,421	8,000
MP00000537	BIO - SEDANO	g	7,500	6,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,300	0,300

PREPARAZIONE

Rosolare sedano, carota e cipolla, aggiungere il petto di pollo tagliato a pezzettini. Verso metà cottura, unire la salsa di pomodoro.

Codice:

RE00006401

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:

Descrizione:

Insalata

Tipo piatto:

Contorno Contorno crudo

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

8,212 kcal = 34,375 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta

MP00001494	BIO - INSALATA, LATTUGA	g	62,500	50,000
------------	-------------------------	---	--------	--------

PREPARAZIONE

Codice: RE00034332
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Insalata verde
Tipo piatto: Contorno Contorno crudo
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 73,530 kcal = 307,797 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000388	INSALATA, LATTUGA	g	187,500	150,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100

PREPARAZIONE

Lavare e tagliare le verdure.
 Condire con olio e sale.

Codice: RE00140526
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Fagiolini all'olio
Tipo piatto: Contorno Contorno cotto
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 78,473 kcal = 328,488 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000245	BIO - FAGIOLINI FINI SURG.	g	150,000	150,000
MP00001740	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA IGP	g	5,000	5,000
MP00001066	SUCCO DI LIMONE	g	1,000	1,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	1,000	1,000

PREPARAZIONE

Controllare integrita' prodotti, date scadenza, stato conservazione e rintracciabilita'; Cuocere i fagioli in forno a vapore a 180° per 30 minuti

Codice: RE00140529
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Patate al forno
Tipo piatto: Contorno Contorno cotto
Lavorazione: 0 min.
Calorie: 270,242 kcal = 1.131,235 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000082	PATATE	g	301,205	250,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,617	0,617
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,173	6,173
MP00000503	ROSMARINO FRESCO	g	1,234	1,111
MP00000502	SALVIA FR	g	1,235	1,235

PREPARAZIONE

Pelare le patate.
Successivamente cuocerle in forno con aggiunta di olio extravergine di oliva e sale.

Codice: RE00140532
Versione: Lavagna invernale
Utenza:

Descrizione: Carote julienne
Tipo piatto: Contorno Contorno crudo
Lavorazione: 20 min.
Calorie: 71,275 kcal = 298,357 kJoule

Proprietà:
Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000561	BIO - CAROTE FRESCHE	g	84,211	80,000
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100

PREPARAZIONE

Pulire e tagliare le carote e passarle al cutter.

Codice:

RE00143444

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Descrizione:**

Carote brasate

Tipo piatto:

Contorno

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

107,671 kcal = 450,711 kJoule

Proprietà:**Note:**

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00001335	CAROTE, DISCO SURG	g	150,000	150,000
MP00000066	CIPOLLA FR.	g	5,000	4,000
MP00000119	OLIO DI OLIVA	g	5,000	5,000
MP00001371	POMODORI, POLPA	g	10,000	10,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,500	0,500

PREPARAZIONE

Mondare la cipolla e tagliarla a fettine fini
 Porre in brasiera con l'olio e lasciarla imbiondire.
 Aggiungere i pomodori e le zucchine, il sale
 Lasciare cuocere

Codice:

RE00143449

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Descrizione:**

Cavolo cappuccio in insalata

Tipo piatto:

Contorno Contorno crudo

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

106,509 kcal = 445,847 kJoule

Proprietà:**Note:**

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000062	CAVOLO, CAPPUCCIO VERDE/BIANCO	g	215,054	200,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	7,692	7,692
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,154	0,154

PREPARAZIONE

Lavare e tagliare sottile il cavolo cappuccio; condire con olio e sale;

Codice:

RE00143450

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:

Proprietà:

Note:

Descrizione:

Misto di verdure crude

Tipo piatto:

Contorno Contorno crudo

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

121,401 kcal = 508,183 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000322	INSALATA, VERDE	g	31,250	25,000
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	12,500	12,500
MP00000883	ACETO BIANCO	g	3,750	3,750
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,013	0,013
MP00001142	INSALATA, LATTUGA ROSSA	g	31,250	25,000

PREPARAZIONE

Codice:

RE00143455

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:

Proprietà:

Note:

Olio E.V.O DOP Umbria

Descrizione:

Finocchi in insalata

Tipo piatto:

Contorno Contorno crudo

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

69,455 kcal = 290,738 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000500	FINOCCHIO, FRESCO	g	305,085	180,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	6,000	6,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,120	0,120
MP00000883	ACETO BIANCO	g	1,200	1,200
MP00001066	SUCCO DI LIMONE	g	1,200	1,200

PREPARAZIONE

Codice:

RE00143456

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Proprietà:****Note:****INGREDIENTI**

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000059	CAROTE	g	263,158	250,000
MP00000120	OLIO DI SEMI DI GIRASOLE	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100

PREPARAZIONE

Lavare, pelare e tagliare le carote.

Cuocere al vapore con un filo di olio e sale.

Descrizione:

Carote al vapore

Tipo piatto:

Contorno Contorno crudo

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

131,705 kcal = 551,317 kJoule

Codice:

RE00143465

Versione:

Lavagna invernale

Utenza:**Proprietà:****Note:****INGREDIENTI**

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000644	FINOCCHIO, SURG	g	200,000	200,000
MP00001562	BIO - FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO GRATTUGIATO	g	10,000	10,000
MP00000013	OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA	g	8,000	8,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,600	0,600

PREPARAZIONE**Descrizione:**

Finocchi gratinati

Tipo piatto:

Contorno Contorno cotto

Lavorazione:

0 min.

Calorie:

127,718 kcal = 534,628 kJoule

Codice:

RE00143467

Versione: Lavagna invernale**Utenza:****Proprietà:****Note:****Descrizione:**

Misto di verdure bollite

Tipo piatto: Contorno Contorno cotto**Lavorazione:** 0 min.**Calorie:** 101,930 kcal = 426,679 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00001338	FAGIOLINI, FINI/FINISSIMI SURG.	g	100,000	100,000
MP00001335	CAROTE, DISCO SURG	g	100,000	100,000
MP00001503	BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	5,000	5,000
MP00001209	SALE IODURATO FINE	g	0,100	0,100

PREPARAZIONE

Bollire le verdure in acqua salata., scolarla e condirla con olio.

Codice:

RE00149806

Versione: Lavagna invernale**Utenza:****Proprietà:****Note:****Descrizione:**

Carote julienne

Tipo piatto: Contorno Contorno crudo**Lavorazione:** 0 min.**Calorie:** 0,000 kcal = 0,000 kJoule

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00003133	SALE ROSSO	g	80,000	80,000

PREPARAZIONE**Codice:**

RE00003538

Versione: Lavagna invernale**Utenza:****Descrizione:**

Frutta fresca

Tipo piatto: Frutta Dessert Frutta fresca**Lavorazione:** 0 min.

Calorie: 72,018 kcal = 301,469 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00001124	FRUTTA, FRESCA STAGIONE (MEDIA)	g	200,000	180,000

PREPARAZIONE

Codice:

RE00140544

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Descrizione:

Yogurt alla frutta

Tipo piatto: Frutta Dessert Yogurt/Budino/Gelato

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 83,031 kcal = 347,569 kJoule

Proprietà:

Note:

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000426	YOGURT, INTERO ALLA FRUTTA	g	125,000	125,000

PREPARAZIONE

Codice:

RE00140550

Versione: Lavagna invernale

Utenza:

Descrizione:

Dolce

Tipo piatto: Frutta Dessert Dolce confezionato/pronto

Lavorazione: 0 min.

Calorie: 220,170 kcal = 921,632 kJoule

Proprietà:

Note: torta margherita, crostata marmellata, torta di mele

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000002	TORTA, MARGHERITA	g	60,000	60,000

PREPARAZIONE

Codice:

RE00143451

Versione: Lavagna invernale**Utenza:****Proprietà:****Note:**

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000002	TORTA, MARGHERITA	g	50,000	50,000

PREPARAZIONE**Descrizione:**

Torta margherita

Tipo piatto: Frutta Dessert Dolce confezionato/pronto**Lavorazione:** 0 min.**Calorie:** 183,475 kcal = 768,026 kJoule**Codice:**

RE00140514

Versione: Lavagna invernale**Utenza:****Proprietà:****Note:**

INGREDIENTI				
Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000017	PANE, COMUNE	g	40,000	40,000

PREPARAZIONE**Descrizione:**

Pane

Tipo piatto: Pane Pane**Lavorazione:** 0 min.**Calorie:** 110,010 kcal = 460,502 kJoule**Codice:**

RE00140536

Versione: Lavagna invernale**Utenza:****Proprietà:****Note:**

INGREDIENTI				
-------------	--	--	--	--

Descrizione:

Pane integrale

Tipo piatto: Pane Pane**Lavorazione:** 0 min.**Calorie:** 194,760 kcal = 815,265 kJoule

Codice	Descrizione	U.M.	Qta lorda	Qta netta
MP00000521	PANE, INTEGRALE	g	80,000	80,000