

LE RICETTE DEL SCUOLA INFANZIA IL PAESE DEI BALOCCHI (3-6 ANNI)**1. PIATTO UNICO**

1.1 Pasta al ragù di manzo	1
1.2 Pasta e ceci	2
1.3 Riso con piselli	3

2. PRIMI PIATTI

2.1 Ditalini in insalata	4
2.2 Passato di verdure estive con pastina	5
2.3 Passato di verdure estive con riso	6
2.4 Pasta al pesto	7
2.5 Pasta al pomodoro	8
2.6 Pasta all'olio EVO e grana	9
2.7 Pasta all'ortolana	10
2.8 Pasta alla crema di zucchine	11
2.9 Riso alla caprese	12
2.10 Risotto ai porri	13

3. SECONDI PIATTI

3.1 Asiago	14
3.2 Bocconcini di pollo	15
3.3 Caciotta stagionata	16
3.4 Filetti di merluzzo al pomodoro	17
3.5 Filetto di platessa al limone	18
3.6 Frittata	19
3.7 Petto di pollo alla salvia	20
3.8 Scaloppine di tacchino al limone	21
3.9 Spezzatino di tacchino con verdure	22
3.10 Uova strapazzate	23

4. CONTORNI

4.1 Carote cotte all'olio	24
4.2 Cetrioli	25
4.3 Crocchette di melanzane	26
4.4 Fagiolini cotti all'olio	27
4.5 Morbidelle di verdure estive	28
4.6 Patate lessate	29
4.7 Piselli al prezzemolo	30
4.8 Pomodoro	31
4.9 Zucchine trifolate	32

5. FRUTTA

5.1 Albicocca	33
5.2 Banana	34
5.3 Mela	35
5.4 Melone	36
5.5 Pane e frutta di stagione estiva	37
5.6 Pesca	38

5.7 Susina	39
6. DESSERT	
6.1 Pane con marmellata	40
6.2 Pane e miele	41
7. PANE E PRODOTTI DA FORNO	
7.1 Pane	42
8. YOGURT	
8.1 Yogurt bianco	43
8.2 Yogurt naturale intero con frutta fresca	44

Ricettario

Pasta al ragù di manzo

Infanzia (3-6 anni)



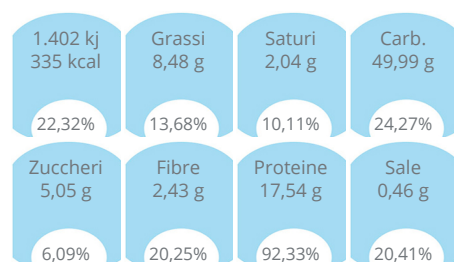
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	777 kj 186 kcal	1.402 kj 335 kcal
Grassi	4,70 g	8,48 g
Di cui acidi grassi saturi	1,13 g	2,04 g
Carboidrati	27,70 g	49,99 g
Di cui zuccheri	2,80 g	5,05 g
Fibre	1,35 g	2,43 g
Proteine	9,72 g	17,54 g
Sale	0,25 g	0,46 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	60 g
Bovino adulto Noce refrigerata	40 g
Carota fresca	7 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
Sale fino iodato	0.3 g
Rosmarino	0.1 g
Salvia fresca	0.1 g
Quantità netta a crudo	180.5 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, aggiungere salvia e rosmarino lavati e tritati e stufare con acqua o brodo vegetale. Sgrassare, tagliare e tritare la carne, aggiungerla alle verdure e salare. Quando la carne si è rosolata, aggiungere i pomodori pelati frullati. A cottura ultimata condire con olio extravergine di oliva. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con il ragù di manzo ed il grana grattugiato.

D.O.P.

Ricettario

Pasta e ceci

Infanzia (3-6 anni)

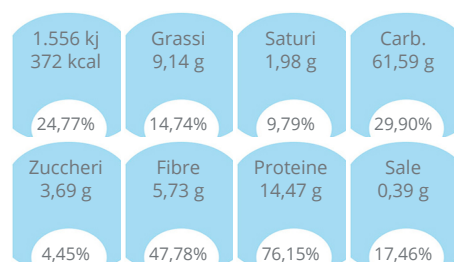


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.548 kj 370 kcal	1.556 kj 372 kcal
Grassi	9,09 g	9,14 g
Di cui acidi grassi saturi	1,97 g	1,98 g
Carboidrati	61,29 g	61,59 g
Di cui zuccheri	3,67 g	3,69 g
Fibre	5,71 g	5,73 g
Proteine	14,40 g	14,47 g
Sale	0,39 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
Ceci secchi	30 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) DOP	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Rosmarino	0.1 g
Alloro secco	0.1 g
Aglione fresco	0 g
Quantità netta a crudo	100.5 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

Mettere i ceci in ammollo la sera prima. Cuocerli in abbondante acqua con rosmarino, alloro e uno spicchio d'aglio per circa un'ora a fuoco medio-basso, aggiungendo un pizzico di sale solo alla fine per non indurirli. Nel frattempo lessare la pasta, scolarla quindi unirla ai ceci. Se gradito, frullare una parte dei ceci e aggiungere questa crema alla pasta e ceci. Servire con olio EVO a crudo e grana grattugiato.

NOTE:

In alternativa si può utilizzare pasta di semola integrale (NIDO escluso). Fino a 2 anni devono essere utilizzati legumi decorticati o passati.

D.O.P.

Ricettario

Riso con piselli **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	890 kj 213 kcal	1.248 kj 298 kcal
Grassi	5,00 g	7,01 g
Di cui acidi grassi saturi	1,18 g	1,66 g
Carboidrati	37,66 g	52,84 g
Di cui zuccheri	2,30 g	3,22 g
Fibre	3,30 g	4,63 g
Proteine	6,47 g	9,08 g
Sale	0,29 g	0,41 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione
nutrizionale

1.248 kj 298 kcal	Grassi 7,01 g	Saturi 1,66 g	Carb. 52,84 g
19,88%	11,31%	8,22%	25,65%
Zuccheri 3,22 g	Fibre 4,63 g	Proteine 9,08 g	Sale 0,41 g
3,88%	38,56%	47,77%	18,16%

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
Pisello fresco	60 g
Carota fresca	7 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte, sale, caglio, lisozima [uova, Lisozima da uovo]) DOP	5 g
Cipolla Bianca	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	140.3 g

Contenuti/Allergeni

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

Preparazione

Sbucciare, lavare, tritare le cipolle e le carote e farle stufare con acqua. Aggiungere i piselli, salare e portare a cottura. Estrarre circa la metà del sugo, frullarlo ed unire i due composti aggiungendo olio extravergine di oliva a crudo. Nel frattempo lessare il riso in acqua salata, scolarlo e condirlo con il sugo ed il formaggio grana.

NOTE:

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

SG Prodotto senza glutine **DOP** D.O.P.

Ricettario

Ditalini in insalata **SL**

Infanzia (3-6 anni)

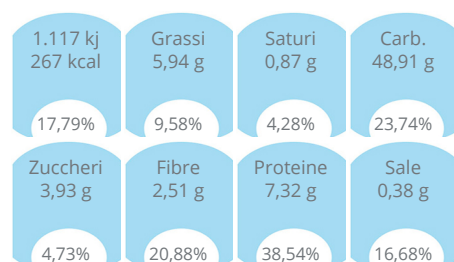


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	991 kj 237 kcal	1.117 kj 267 kcal
Grassi	5,27 g	5,94 g
Di cui acidi grassi saturi	0,77 g	0,87 g
Carboidrati	43,36 g	48,91 g
Di cui zuccheri	3,48 g	3,93 g
Fibre	2,22 g	2,51 g
Proteine	6,49 g	7,32 g
Sale	0,34 g	0,38 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 - Ditalini (Semola di grano duro, acqua)	60 g
Pomodoro	25 g
Sedano Verde fresco	20 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Basilico fresco	1 g
Prezzemolo fresco	1 g
Aglio fresco	0.5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	112.8 g

Contenuti/Allergeni

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

Preparazione

Tritare finemente il prezzemolo, il sedano e metterli in una capace zuppiera. Unire l'olio facendolo cadere a filo e mescolando bene per ottenere una salsa omogenea. Dividere a metà lo spicco d'aglio e metterlo nella salsa. Tagliare a metà il pomodoro, privarlo dei semi, ridurlo a cubettini di 1/2 cm e aggiungerlo alla salsa; salare, pepare, mescolare e coprire il recipiente con pellicola trasparente e conservarlo per almeno un'ora in frigorifero; condire con questo composto la pasta cotta al dente in abbondante acqua. Aggiungere alla fine il basilico spezzettato.

NOTE:

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

SL Prodotto senza lattosio

Ricettario

Passato di verdure estive con pastina

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	738 kj 176 kcal	870 kj 208 kcal
Grassi	5,69 g	6,72 g
Di cui acidi grassi saturi	1,18 g	1,40 g
Carboidrati	27,76 g	32,76 g
Di cui zuccheri	2,73 g	3,23 g
Fibre	1,99 g	2,35 g
Proteine	4,73 g	5,58 g
Sale	0,10 g	0,12 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

870 kj 208 kcal 13,86%	Grassi 6,72 g 10,83%	Saturi 1,40 g 6,91%	Carb. 32,76 g 15,90%
Zuccheri 3,23 g 3,89%	Fibre 2,35 g 19,60%	Proteine 5,58 g 29,35%	Sale 0,12 g 5,22%

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
Patata fresca	40 g
Pasta di Semola di grano duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua)	30 g
Carota fresca	15 g
Zucchini fresca	8 g
Fagiolini freschi	7 g
Cipolla Bianca	5 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sedano Verde fresco	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) DOP	3 g
Quantità netta a crudo	118 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

Sbucciare, lavare e tagliare le verdure. Cuocerle in acqua salata. Frullare o passare le verdure al passaverdura e aggiungere la pastina, portarla a cottura e servire con grana e olio extravergine di oliva a crudo.

D.O.P.

Ricettario

Passato di verdure estive con riso **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	715 kj 171 kcal	844 kj 202 kcal
Grassi	5,44 g	6,42 g
Di cui acidi grassi saturi	1,15 g	1,36 g
Carboidrati	28,09 g	33,15 g
Di cui zuccheri	1,72 g	2,03 g
Fibre	1,56 g	1,84 g
Proteine	3,66 g	4,32 g
Sale	0,10 g	0,12 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

844 kj 202 kcal 13,44%	Grassi 6,42 g 10,35%	Saturi 1,36 g 6,73%	Carb. 33,15 g 16,09%
Zuccheri 2,03 g 2,44%	Fibre 1,84 g 15,35%	Proteine 4,32 g 22,72%	Sale 0,12 g 5,25%

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	40 g
Riso Arborio	30 g
Carota fresca	15 g
Zucchini fresca	8 g
Fagiolini freschi	7 g
Cipolla Bianca	5 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sedano Verde fresco	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo]) DOP	3 g
Quantità netta a crudo	118 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

Preparazione

Sbucciare, lavare e tagliare le verdure. Cuocerle in acqua salata. Frullare o passare le verdure al passaverdura e aggiungere il riso, portarlo a cottura e servire con grana e olio extravergine di oliva a crudo.

SG Prodotto senza glutine **DOP** D.O.P.

Ricettario

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, Ingrid. 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]) DOP	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.

Ricettario

Pasta al pomodoro

Infanzia (3-6 anni)

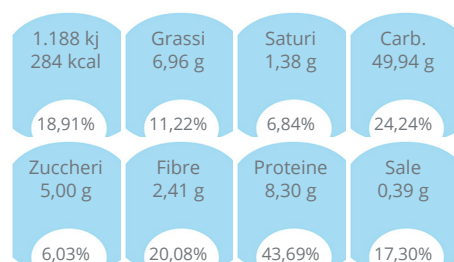


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

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.

Ricettario

Pasta all'olio EVO e grana

Infanzia (3-6 anni)

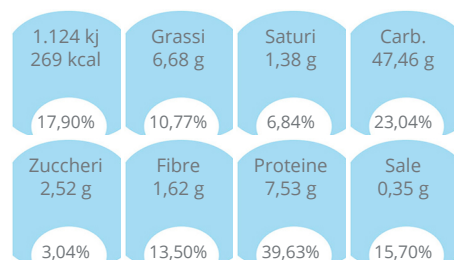


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.646 kj 393 kcal	1.124 kj 269 kcal
Grassi	9,77 g	6,68 g
Di cui acidi grassi saturi	2,02 g	1,38 g
Carboidrati	69,49 g	47,46 g
Di cui zuccheri	3,69 g	2,52 g
Fibre	2,37 g	1,62 g
Proteine	11,02 g	7,53 g
Sale	0,51 g	0,35 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
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	68.3 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

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata. Condire con olio extravergine di oliva e grana. 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).

DOP D.O.P.

Ricettario

Pasta all'ortolana

Infanzia (3-6 anni)



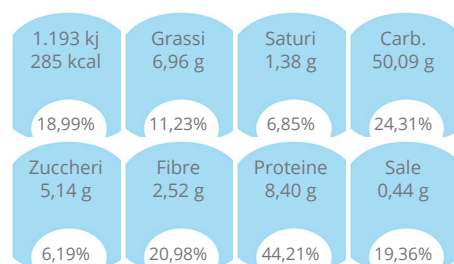
L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	815 kj 195 kcal	1.193 kj 285 kcal
Grassi	4,76 g	6,96 g
Di cui acidi grassi saturi	0,95 g	1,38 g
Carboidrati	34,24 g	50,09 g
Di cui zuccheri	3,51 g	5,14 g
Fibre	1,72 g	2,52 g
Proteine	5,74 g	8,40 g
Sale	0,30 g	0,44 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)	60 g
Pomodoro Pelati	50 g
Carota fresca	10 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sedano Verde fresco	5 g
Cipolla Bianca	3 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	146.3 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

Sbucciare, lavare e tagliare le cipolle, le carote e il sedano e stufare con del brodo vegetale. Unire i pomodori pelati già passati. Cuocere per circa 15-20 minuti. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con la salsa preparata, l'olio e il grana grattugiato.

NOTE:

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

DOP D.O.P.

Ricettario

Pasta alla crema di zucchine

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	882 kj 211 kcal	1.159 kj 277 kcal
Grassi	5,12 g	6,73 g
Di cui acidi grassi saturi	1,06 g	1,39 g
Carboidrati	36,84 g	48,41 g
Di cui zuccheri	2,60 g	3,42 g
Fibre	1,78 g	2,33 g
Proteine	5,77 g	7,58 g
Sale	0,29 g	0,38 g

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

Dichiarazione nutrizionale

1.159 kj 277 kcal 18,45%	Grassi 6,73 g 10,86%	Saturi 1,39 g 6,89%	Carb. 48,41 g 23,50%
Zuccheri 3,42 g 4,12%	Fibre 2,33 g 19,44%	Proteine 7,58 g 39,89%	Sale 0,38 g 17,08%

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
Zucchina fresca	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	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Prezzemolo fresco	0.1 g
Quantità netta a crudo	131.4 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

Mondare, lavare e tagliare le zucchine a rondelle. Tritare la cipolla e stufarla con un po' di brodo vegetale. Aggiungere le zucchine e verso fine cottura prezzemolo o menta tritati. Frullare insieme all'olio crudo. Nel frattempo cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla e condirla con la crema di zucchine.

NOTE:

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

DOP D.O.P.

Ricettario

Riso alla caprese **SG**

Infanzia (3-6 anni)

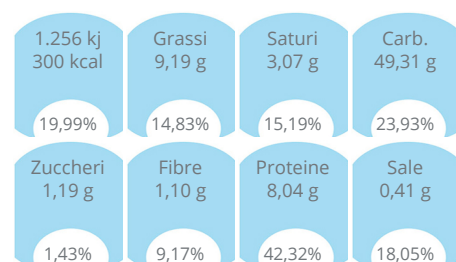


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.128 kj 269 kcal	1.256 kj 300 kcal
Grassi	8,26 g	9,19 g
Di cui acidi grassi saturi	2,76 g	3,07 g
Carboidrati	44,30 g	49,31 g
Di cui zuccheri	1,07 g	1,19 g
Fibre	0,99 g	1,10 g
Proteine	7,22 g	8,04 g
Sale	0,37 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
Riso Arborio	60 g
Pomodoro	25 g
Mozzarella (latte , caglio, fermenti lattici, sale) SG	20 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Basilico fresco	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	111.3 g

Contenuti/Allergeni

Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Lessare il riso (precedentemente setacciato) in abbondante acqua salata. Nel frattempo lavare i pomodori e tagliarli a cubetti. Preparare un pesto con olio EVO e basilico lavato e frullato e tagliare la mozzarella a dadini. Assemblare la mozzarella e l'olio EVO col basilico, condire il riso e servire.

SG Prodotto senza glutine **SG** S.T.G.

Ricettario

Risotto ai porri **SG**

Infanzia (3-6 anni)

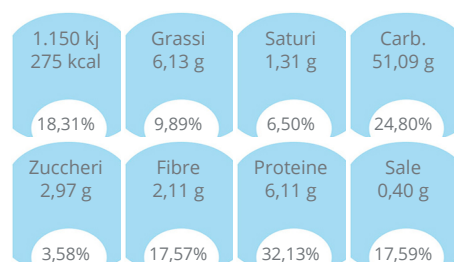


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

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	3 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	131.3 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

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.

Ricettario

Asiago ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)

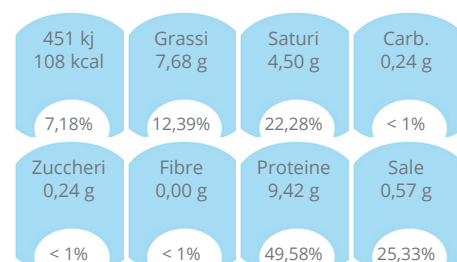


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

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

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}

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.

Ricettario

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 mondate, lavate e tritate. Salare a fine cottura.

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

Ricettario

Caciotta stagionata **SG**

Infanzia (3-6 anni)

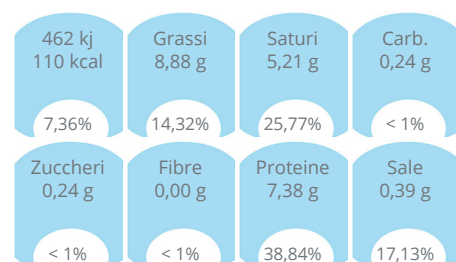


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	1.541 kj 368 kcal	462 kj 110 kcal
Grassi	29,60 g	8,88 g
Di cui acidi grassi saturi	17,35 g	5,21 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	24,60 g	7,38 g
Sale	1,30 g	0,39 g

Fonte: 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
Caciotta (latte)	30 g
Quantità netta a crudo	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

Ricettario

Filetti di merluzzo al pomodoro (*) **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	420 kj 100 kcal	497 kj 119 kcal
Grassi	4,74 g	5,61 g
Di cui acidi grassi saturi	0,68 g	0,81 g
Carboidrati	4,52 g	5,35 g
Di cui zuccheri	1,30 g	1,54 g
Fibre	0,49 g	0,58 g
Proteine	10,07 g	11,92 g
Sale	0,36 g	0,43 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

497 kj 119 kcal 7,92%	Grassi 5,61 g 9,05%	Saturi 0,81 g 4,00%	Carb. 5,35 g 2,60%
Zuccheri 1,54 g 1,85%	Fibre 0,58 g 4,83%	Proteine 11,92 g 62,71%	Sale 0,43 g 19,27%

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
Merluzzo filetto surgelato (pesce)	70 g
Pomodoro Pelati	30 g
Grano 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
Quantità netta a crudo	118.3 g

Contenuti/Allergeni

☞ Cereali contenenti glutine: **Grano**, ☞ Pesce e prodotti a base di Pesce, ☞
 Contiene ingrediente surgelato/congelato

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. Tagliare i filetti di merluzzo a pezzetti avendo cura di verificare che non siano presenti lisce, infarinarli leggermente e sistemarli in una placca unta con un filo d'olio EVO, salarli e cuocerli in forno a 150°C per circa 15/20 minuti. Aggiungere il sugo di pomodoro e terminare la cottura per altri 10 minuti circa.

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

Ricettario

Filetto di platessa al limone (*) 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	537 kj 128 kcal	431 kj 103 kcal
Grassi	7,37 g	5,92 g
Di cui acidi grassi saturi	1,06 g	0,85 g
Carboidrati	0,47 g	0,38 g
Di cui zuccheri	0,24 g	0,19 g
Fibre	0,02 g	0,02 g
Proteine	15,11 g	12,13 g
Sale	0,64 g	0,51 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

431 kj 103 kcal 6,87%	Grassi 5,92 g 9,55%	Saturi 0,85 g 4,21%	Carb. 0,38 g < 1%
Zuccheri 0,19 g < 1%	Fibre 0,02 g < 1%	Proteine 12,13 g 63,84%	Sale 0,51 g 22,55%

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
Platessa filetto surgelata (pesce)	70 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Limone Succo	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	80.3 g

Contenuti/Allergeni

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

Preparazione

In una teglia da forno appena unta d'olio, adagiare i filetti di platessa, irrorare con succo di limone spremuto, spolverare un pizzico di sale e infornare per 15 minuti circa a 180°C. Condire successivamente con olio extravergine d'oliva.

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

Ricettario

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.

Ricettario

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

Ricettario

Scaloppine di tacchino al limone **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	617 kj 147 kcal	446 kj 106 kcal
Grassi	7,76 g	5,61 g
Di cui acidi grassi saturi	1,27 g	0,92 g
Carboidrati	2,44 g	1,77 g
Di cui zuccheri	0,33 g	0,24 g
Fibre	0,25 g	0,18 g
Proteine	16,97 g	12,27 g
Sale	0,46 g	0,33 g

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

Dichiarazione nutrizionale

446 kj 106 kcal 7,10%	Grassi 5,61 g 9,05%	Saturi 0,92 g 4,54%	Carb. 1,77 g < 1%
Zuccheri 0,24 g < 1%	Fibre 0,18 g 1,51%	Proteine 12,27 g 64,57%	Sale 0,33 g 14,65%

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 Petto porzionato refrigerato	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Limone	5 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grano 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
Quantità netta a crudo	72.3 g

Contenuti/Allergeni

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

Preparazione

Tagliare la carne di tacchino a fettine (o a bocconcini per infanzia e nido) e infarinarli leggermente. Sistemarli in una placca precedentemente oliata, salare con sale aromatizzato e irrorare con il brodo vegetale. Cuocere in forno caldo a 180°C per circa 20 minuti. Spremere i limoni, aggiungere alla carne il succo di limone e completare la cottura per altri 5 minuti.

SL Prodotto senza lattosio

Ricettario

Spezzatino di tacchino con verdure **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	591 kj 141 kcal	457 kj 109 kcal
Grassi	7,28 g	5,63 g
Di cui acidi grassi saturi	1,19 g	0,92 g
Carboidrati	2,97 g	2,29 g
Di cui zuccheri	0,99 g	0,76 g
Fibre	0,46 g	0,36 g
Proteine	16,00 g	12,37 g
Sale	0,53 g	0,41 g

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

Dichiarazione
nutrizionale

457 kj 109 kcal 7,27%	Grassi 5,63 g 9,08%	Saturi 0,92 g 4,54%	Carb. 2,29 g 1,11%
Zuccheri 0,76 g < 1%	Fibre 0,36 g 2,98%	Proteine 12,37 g 65,10%	Sale 0,41 g 18,44%

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
Tacchino Fesa intera refrigerata	50 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Carota fresca	8 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Grano tenero Tipo "00" Farina	2 g
Sedano Verde fresco	2 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	77.3 g

Contenuti/**Allergeni**

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

Preparazione

Tagliare la carne di tacchino a bocconcini e infarinarli leggermente. Sistemarli in una placca precedentemente oliata, salare con sale aromatizzato e irrorare con il brodo vegetale. Cuocere in forno caldo a 180°C per circa 20 minuti. Spremere i limoni, aggiungere alla carne il succo di limone e completare la cottura per altri 5 minuti.

SL Prodotto senza lattosio

Ricettario

Uova strapazzate **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	818 kj 195 kcal	559 kj 134 kcal
Grassi	16,19 g	11,06 g
Di cui acidi grassi saturi	4,61 g	3,15 g
Carboidrati	0,00 g	0,00 g
Di cui zuccheri	0,00 g	0,00 g
Fibre	0,00 g	0,00 g
Proteine	12,34 g	8,43 g
Sale	0,81 g	0,55 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione
nutrizionale

559 kj 134 kcal	Grassi 11,06 g	Saturi 3,15 g	Carb. 0,00 g
8,90%	17,83%	15,60%	< 1%
Zuccheri 0,00 g	Fibre 0,00 g	Proteine 8,43 g	Sale 0,55 g
< 1%	< 1%	44,37%	24,57%

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
Olio extravergine di Oliva	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	68.3 g

Contenuti/Allergeni

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

Preparazione

Unire le uova con il grana grattugiato. Ungere una padella con poco olio EVO e versarvi il composto, cuocere a fuoco basso continuando a mescolare.

SG Prodotto senza glutine **DOP** D.O.P.

Carote cotte all'olio **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

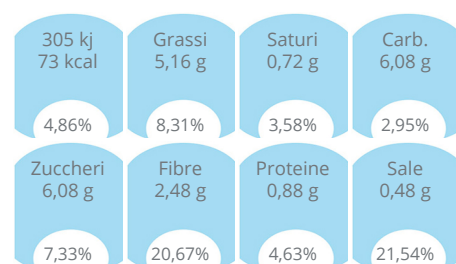


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	358 kj 86 kcal	305 kj 73 kcal
Grassi	6,04 g	5,16 g
Di cui acidi grassi saturi	0,85 g	0,72 g
Carboidrati	7,13 g	6,08 g
Di cui zuccheri	7,13 g	6,08 g
Fibre	2,91 g	2,48 g
Proteine	1,03 g	0,88 g
Sale	0,56 g	0,48 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	80 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	85.3 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 e sale iodato. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

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

Ricettario

Cetrioli **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

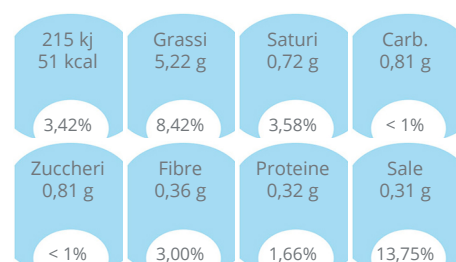


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	427 kj 102 kcal	215 kj 51 kcal
Grassi	10,38 g	5,22 g
Di cui acidi grassi saturi	1,44 g	0,72 g
Carboidrati	1,61 g	0,81 g
Di cui zuccheri	1,61 g	0,81 g
Fibre	0,72 g	0,36 g
Proteine	0,63 g	0,32 g
Sale	0,62 g	0,31 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
Cetriolo 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

Ricettario

Crocchette di melanzane

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	585 kj 140 kcal
Grassi	6,55 g	7,56 g
Di cui acidi grassi saturi	1,60 g	1,85 g
Carboidrati	11,48 g	13,24 g
Di cui zuccheri	1,16 g	1,34 g
Fibre	1,80 g	2,08 g
Proteine	3,90 g	4,49 g
Sale	0,44 g	0,51 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione
nutrizionale

585 kj 140 kcal	Grassi 7,56 g	Saturi 1,85 g	Carb. 13,24 g
9,32%	12,19%	9,16%	6,43%
Zuccheri 1,34 g	Fibre 2,08 g	Proteine 4,49 g	Sale 0,51 g
1,61%	17,33%	23,64%	22,86%

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	50 g
Melanzana fresca	40 g
Uova Intere pastorizzate (Lisozima da uovo)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	5 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, lisozima [uova , Lisozima da uovo])	4 g
Prezzemolo fresco	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	115.3 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

Cuocere a vapore le patate e le melanzane tagliate precedentemente a dadini. Tritare le verdure cotte con l'uovo, il grana, il pane e poco prezzemolo. Formare le crocchette avendo cura di rotolarle nel pane grattugiato per cospargerle su tutta la superficie, disporle in una teglia precedentemente unta e passarle con un filo d'olio. Infornarle a 160°C fino a doratura.

D.O.P.

Ricettario

Fagiolini cotti all'olio **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

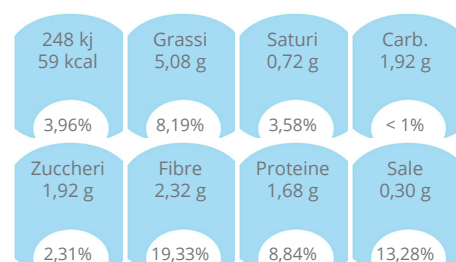


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	291 kj 70 kcal	248 kj 59 kcal
Grassi	5,95 g	5,08 g
Di cui acidi grassi saturi	0,85 g	0,72 g
Carboidrati	2,25 g	1,92 g
Di cui zuccheri	2,25 g	1,92 g
Fibre	2,72 g	2,32 g
Proteine	1,97 g	1,68 g
Sale	0,35 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
Fagiolini freschi	80 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	85.3 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 e sale iodato. Le singole grammature delle verdure possono essere dimezzate nel caso di contorni misti.

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

Morbidelle di verdure estive

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 127 kcal	477 kj 114 kcal
Grassi	7,70 g	6,88 g
Di cui acidi grassi saturi	1,65 g	1,47 g
Carboidrati	11,01 g	9,83 g
Di cui zuccheri	1,72 g	1,54 g
Fibre	1,54 g	1,38 g
Proteine	3,43 g	3,07 g
Sale	0,49 g	0,44 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione nutrizionale

477 kj 114 kcal 7,59%	Grassi 6,88 g 11,10%	Saturi 1,47 g 7,29%	Carb. 9,83 g 4,77%
Zuccheri 1,54 g 1,85%	Fibre 1,38 g 11,47%	Proteine 3,07 g 16,14%	Sale 0,44 g 19,51%

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	40 g
Zucchina fresca	15 g
Carota fresca	15 g
Uova Intere pastorizzate (Liozima da uovo)	10 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Pane grattugiato (Farina di grano tenero tipo "0", acqua, sale, lievito)	2 g
Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (Latte , sale, caglio, liozima [uova , Liozima da uovo]) DOP	2 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	89.3 g

Contenuti/Allergeni

🥚 Uova e prodotti a base di Uova, **Ly** Contiene Liozima da **uovo**, 🌾 Cereali contenenti glutine: **Grano**, 🥛 Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Sbucciare, lavare e tagliare le patate, le carote e le zucchine. Cuocerle in acqua salata, scolarle bene e passarle al tritacarne. Unire alle verdure le uova, il grana, il sale e il pane grattugiato fino a raggiungere una consistenza che permetta la manipolazione dell'impasto. Formare delle polpette schiacciate avendo cura di rotolarle nel pane grattugiato per cospargerle su tutta la superficie, disporle in una teglia precedentemente unta e passarle con un filo d'olio. Infornarle a 160°C fino a doratura.

DOP D.O.P.

Ricettario

Patate lessate **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

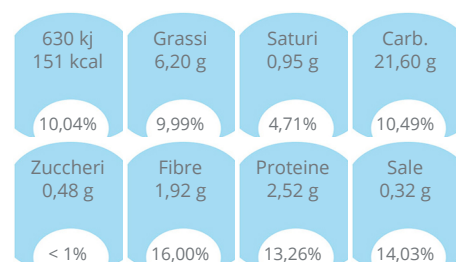


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

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

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

Ricettario

Piselli al prezzemolo **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

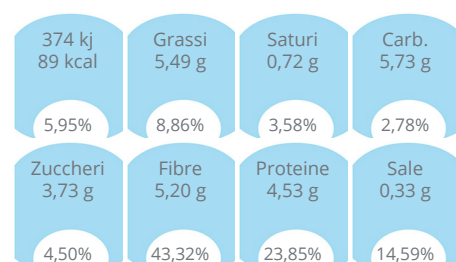


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	358 kj 86 kcal	374 kj 89 kcal
Grassi	5,26 g	5,49 g
Di cui acidi grassi saturi	0,69 g	0,72 g
Carboidrati	5,50 g	5,73 g
Di cui zuccheri	3,58 g	3,73 g
Fibre	4,98 g	5,20 g
Proteine	4,35 g	4,53 g
Sale	0,32 g	0,33 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
Pisello Fine fresco	80 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Cipolla Bianca	8 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Prezzemolo fresco	1 g
Sale fino iodato	0.3 g
Quantità netta a crudo	104.3 g

Contenuti/Allergeni

✂ Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Sbucciare, lavare e tritare la cipolla, farla appassire con un poco di brodo vegetale. Unire i piselli, regolare di sale ed aggiungere altro brodo vegetale, se necessario. Cuocere fino a cottura ultimata. Prima di servire aggiungere l'olio extravergine d'oliva e, nel periodo estivo, del prezzemolo fresco tritato.

NOTE:

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

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

Ricettario

Pomodoro **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

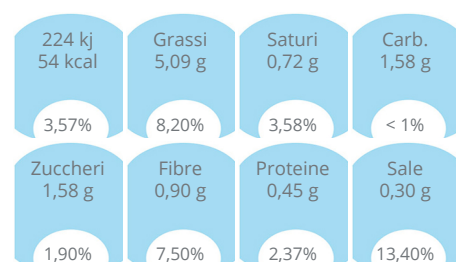


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	445 kj 106 kcal	224 kj 54 kcal
Grassi	10,11 g	5,09 g
Di cui acidi grassi saturi	1,44 g	0,72 g
Carboidrati	3,13 g	1,58 g
Di cui zuccheri	3,13 g	1,58 g
Fibre	1,79 g	0,90 g
Proteine	0,89 g	0,45 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
Pomodoro	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. 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

Ricettario

Zucchine trifolate **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

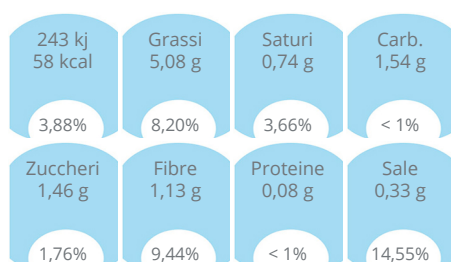


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	240 kj 57 kcal	243 kj 58 kcal
Grassi	5,01 g	5,08 g
Di cui acidi grassi saturi	0,73 g	0,74 g
Carboidrati	1,52 g	1,54 g
Di cui zuccheri	1,44 g	1,46 g
Fibre	1,12 g	1,13 g
Proteine	0,08 g	0,08 g
Sale	0,33 g	0,33 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
Zucchina fresca	80 g
Brodo vegetale (sedano)	10 g
Cipolla Bianca	6 g
Olio extravergine di Oliva	5 g
Sale fino iodato	0.3 g
Prezzemolo fresco	0.1 g
Quantità netta a crudo	101.4 g

Contenuti/Allergeni

✂ Sedano e prodotti a base di Sedano

Preparazione

Mondare, lavare la cipolla, affettarla e farla appassire con brodo vegetale. Unire le zucchine lavate e tagliate a rondelle. Portare a cottura ed aggiungere alla fine il prezzemolo tritato e l'olio extravergine d'oliva.

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

Ricettario

Albicocca **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	117 kj 28 kcal	176 kj 42 kcal
Grassi	0,10 g	0,15 g
Di cui acidi grassi saturi	0,00 g	0,00 g
Carboidrati	6,80 g	10,20 g
Di cui zuccheri	6,80 g	10,20 g
Fibre	1,50 g	2,25 g
Proteine	0,40 g	0,60 g
Sale	0,00 g	0,00 g

Fonte: INRAN

Dichiarazione
nutrizionale

176 kj 42 kcal 2,80%	Grassi 0,15 g < 1%	Saturi 0,00 g < 1%	Carb. 10,20 g 4,95%
Zuccheri 10,20 g 12,29%	Fibre 2,25 g 18,75%	Proteine 0,60 g 3,16%	Sale 0,00 g < 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
Albicocca	150 g
Quantità netta a crudo	150 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.

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

Ricettario

Banana **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	272 kj 65 kcal	408 kj 98 kcal
Grassi	0,30 g	0,45 g
Di cui acidi grassi saturi	0,00 g	0,00 g
Carboidrati	15,40 g	23,10 g
Di cui zuccheri	12,80 g	19,20 g
Fibre	1,80 g	2,70 g
Proteine	1,20 g	1,80 g
Sale	0,00 g	0,00 g

Fonte: INRAN

Dichiarazione
nutrizionale

408 kj 98 kcal 6,50%	Grassi 0,45 g < 1%	Saturi 0,00 g < 1%	Carb. 23,10 g 11,21%
Zuccheri 19,20 g 23,13%	Fibre 2,70 g 22,50%	Proteine 1,80 g 9,47%	Sale 0,00 g < 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
Banana	150 g
Quantità netta a crudo	150 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.

SL Prodotto senza lattosio **SG** Prodotto senza glutine Prodotto Equo Solidale

Ricettario

Mela **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	184 kj 44 kcal	276 kj 66 kcal
Grassi	0,00 g	0,00 g
Di cui acidi grassi saturi	0,00 g	0,00 g
Carboidrati	10,00 g	15,00 g
Di cui zuccheri	10,00 g	15,00 g
Fibre	2,60 g	3,90 g
Proteine	0,20 g	0,30 g
Sale	0,01 g	0,01 g

Fonte: IEO

Dichiarazione
nutrizionale

276 kj 66 kcal	Grassi 0,00 g	Saturi 0,00 g	Carb. 15,00 g
4,40%	< 1%	< 1%	7,28%
Zuccheri 15,00 g	Fibre 3,90 g	Proteine 0,30 g	Sale 0,01 g
18,07%	32,50%	1,58%	< 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
Mela	150 g
Quantità netta a crudo	150 g

Contenuti/Allergeni

Nessuno.

Preparazione

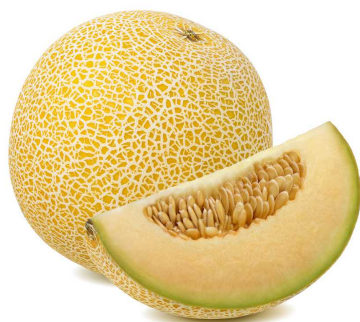
Lavare accuratamente la frutta fresca di stagione prima di servire, per il nido e per la scuola dell'infanzia sbucciare e tagliare a pezzetti o a spicchi a seconda della tipologia della stessa.

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

Ricettario

Melone **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

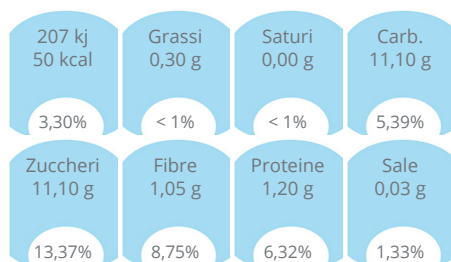


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	138 kj 33 kcal	207 kj 50 kcal
Grassi	0,20 g	0,30 g
Di cui acidi grassi saturi	0,00 g	0,00 g
Carboidrati	7,40 g	11,10 g
Di cui zuccheri	7,40 g	11,10 g
Fibre	0,70 g	1,05 g
Proteine	0,80 g	1,20 g
Sale	0,02 g	0,03 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
Melone retato	150 g
Quantità netta a crudo	150 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.

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

Ricettario

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

Ricettario

Pesca **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

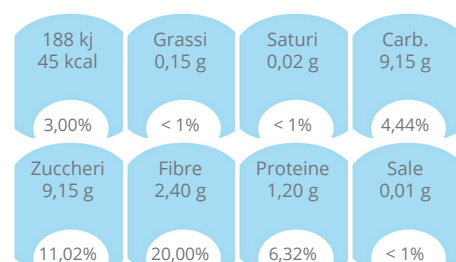


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	126 kj 30 kcal	188 kj 45 kcal
Grassi	0,10 g	0,15 g
Di cui acidi grassi saturi	0,01 g	0,02 g
Carboidrati	6,10 g	9,15 g
Di cui zuccheri	6,10 g	9,15 g
Fibre	1,60 g	2,40 g
Proteine	0,80 g	1,20 g
Sale	0,01 g	0,01 g

Fonte: 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
Pesca	150 g
Quantità netta a crudo	150 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.

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

Ricettario

Susina **SL** **SG**

Infanzia (3-6 anni)

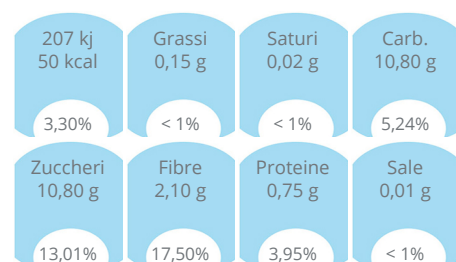


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	138 kj 33 kcal	207 kj 50 kcal
Grassi	0,10 g	0,15 g
Di cui acidi grassi saturi	0,01 g	0,02 g
Carboidrati	7,20 g	10,80 g
Di cui zuccheri	7,20 g	10,80 g
Fibre	1,40 g	2,10 g
Proteine	0,50 g	0,75 g
Sale	0,01 g	0,01 g

Fonte: 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
Susina	150 g
Quantità netta a crudo	150 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.

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

Ricettario

Pane con marmellata **SL**

Infanzia (3-6 anni)

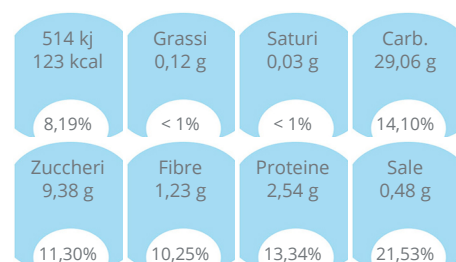


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

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

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

Ricettario

Pane e miele **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	1.250 kj 299 kcal	563 kj 134 kcal
Grassi	0,27 g	0,12 g
Di cui acidi grassi saturi	0,07 g	0,03 g
Carboidrati	71,77 g	32,30 g
Di cui zuccheri	28,03 g	12,62 g
Fibre	2,00 g	0,90 g
Proteine	5,67 g	2,55 g
Sale	1,07 g	0,48 g

Fonte: INRAN, IEO

Dichiarazione
nutrizionale

563 kj 134 kcal 8,96%	Grassi 0,12 g < 1%	Saturi 0,03 g < 1%	Carb. 32,30 g 15,68%
Zuccheri 12,62 g 15,20%	Fibre 0,90 g 7,50%	Proteine 2,55 g 13,42%	Sale 0,48 g 21,52%

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
Miele	15 g
Quantità netta a crudo	45 g

Contenuti/**Allergeni**

Cereali contenenti glutine: **Grano**

Preparazione

Tagliare il pane comune a fette e spalmarvi sopra il miele.

SL Prodotto senza lattosio

Ricettario

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

Ricettario

Yogurt bianco **SG**

Infanzia (3-6 anni)

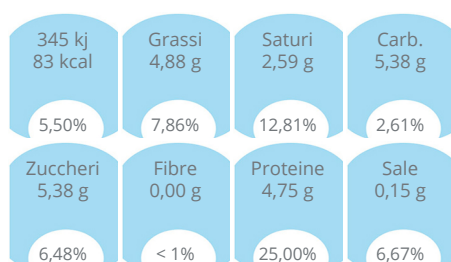


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	276 kj 66 kcal	345 kj 83 kcal
Grassi	3,90 g	4,88 g
Di cui acidi grassi saturi	2,07 g	2,59 g
Carboidrati	4,30 g	5,38 g
Di cui zuccheri	4,30 g	5,38 g
Fibre	0,00 g	0,00 g
Proteine	3,80 g	4,75 g
Sale	0,12 g	0,15 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
Yogurt al naturale da latte intero	125 g
Quantità netta a crudo	125 g

Contenuti/**Allergeni**

Latte e prodotti a base di Latte

Preparazione

Mantenere refrigerato fino al momento della somministrazione.

NOTE:

Controllare in etichetta "yogurt" presenza allergeni.

SG Prodotto senza glutine

Ricettario

Yogurt naturale intero con frutta fresca ^{SG}

Infanzia (3-6 anni)

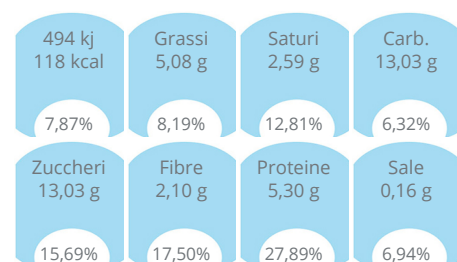


L'immagine nel documento è a puro titolo esemplificativo

Valori nutrizionali

	per 100 g a crudo	per porzione a crudo
Energia	220 kj 52 kcal	494 kj 118 kcal
Grassi	2,26 g	5,08 g
Di cui acidi grassi saturi	1,15 g	2,59 g
Carboidrati	5,79 g	13,03 g
Di cui zuccheri	5,79 g	13,03 g
Fibre	0,93 g	2,10 g
Proteine	2,36 g	5,30 g
Sale	0,07 g	0,16 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
Yogurt al naturale da latte intero	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