Menu: Autunno/Inverno Pranzo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1ª	Pasta con broccoli [278 kcal] Uova sode [122 kcal] SL SG Finocchio gratinato al forno [66 kcal] Pane [118 kcal] SL	Farro con piselli, carote e zucchine [273 kcal] Petto di pollo alla salvia [104 kcal] SL Spinaci cotti all'olio [73 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Pasta al pomodoro [284 kcal] Polpette di legumi [206 kcal] Carote cotte all'olio [73 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Orzotto in crema di piselli [263 kcal] Filetto di persico al vapore [99 kcal] SL SG Bieta cotta all'olio [59 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Insalata [48 kcal] SL SG Pizza Margherita [341 kcal]
2ª	Riso al pomodoro [270 kcal] SG Spezzatino di tacchino con verdure [109 kcal] SL Fagiolini cotti all'olio [59 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Gnocchi di patate al ragù di carne rossa [285 kcal] Carote cotte all'olio [73 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Minestra di legumi con riso [225 kcal] SG Omelette di uova e spinaci [145 kcal] SG Pane [118 kcal] SL	Spezzatino di manzo con polenta e patate [366 kcal] SL SG Cavolfiori cotti all'olio [65 kcal] SL SG	Pasta all'ortolana [285 kcal] Filetto di platessa al limone [103 kcal] SL SG Purea di patate [147 kcal] SG Pane [118 kcal] SL
3ª	Pasta con piselli [288 kcal] Lonza di maiale al latte [123 kcal] SG Fagiolini cotti all'olio [59 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Pasta e fagioli [294 kcal] Cavolfiori cotti all'olio [65 kcal] SL SG Verdure invernali cotte [63 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Crema di zucca con riso [172 kcal] SG Asiago [108 kcal] SG Spinaci cotti all'olio [73 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Passato di verdure invernali con pastina [208 kcal] Morbidelle al salmone [185 kcal] SL SG Carote cotte all'olio [73 kcal] SL SG Polenta [109 kcal] SL SG	Insalata [48 kcal] SL SG Pizza Margherita [341 kcal]
4ª	Riso in crema di piselli [271 kcal] SG Polpettine di manzo in umido [117 kcal] SG Cavolfiori cotti all'olio [65 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Gnocchi di patate al pomodoro [253 kcal] Filetto di platessa dorata al forno [115 kcal] SL Bieta cotta all'olio [59 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Pasticcio di verdure invernali con pasta di semola [271 kcal] Fagiolini cotti all'olio [59 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Riso all'olio EVO [244 kcal] SL SG Bocconcini di pollo [98 kcal] SL SG Finocchio all'arancia [73 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL	Filetto di persico al pomodoro con patate in umido e polenta [345 kcal] SL SG Carote cotte all'olio [73 kcal] SL SG Pane [118 kcal] SL

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine Prodotto contenente maiale

Elenco degli allergeni

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
Piatto unico														
Filetto di persico al pomodoro con patate in umido e polenta SL SG				P					P					
Gnocchi di patate al ragù di carne rossa	P		P				P		P					
Pasta e fagioli	P		P				P							
Pasticcio di verdure invernali con pasta di semola	P		P				P		P					
Pizza Margherita	P						P							
Spezzatino di manzo con polenta e patate SL SG									P					
Primi														
Crema di zucca con riso SG			P				P							
Farro con piselli, carote e zucchine	P		P				P		P					
Gnocchi di patate al pomodoro	P		P				P							
Minestra di legumi con riso SG			P				P		P					
Orzotto in crema di piselli	P		P				P							
Passato di verdure invernali con pastina	P		P				P		P					
Pasta al pomodoro	P		P				P							
Pasta all'ortolana	P		P				P		P					
Pasta con broccoli	P		P				P		P					
Pasta con piselli	P		P				P		P					
Riso al pomodoro SG			P				P							
Riso all'olio EVO SL SG														
Riso in crema di piselli SG			P				P							
Secondi														
Asiago SG							P							
Bocconcini di pollo SL SG									P					
Filetto di persico al vapore SL SG				P										
Filetto di platessa al limone SL SG				P										
Filetto di platessa dorata al forno SL	P			P										
Lonza di maiale al latte SG							P		P					

Legenda: P = presente; T = tracce

Elenco degli allergeni

Nome piatto	Cereali con glutine	Crostacei	Uova	Pesce	Arachidi	Soia	Latte	Frutta a guscio	Sedano	Senape	Sesamo	Lupini	Molluschi	Solfiti
Secondi														
Morbidelle al salmone SL SG				P										
Omelette di uova e spinaci SG			P				P							
Petto di pollo alla salvia SL	P													
Polpette di legumi	P		P				P							
Polpettine di manzo in umido SG			P				P		P					
Spezzatino di tacchino con verdure SL	P								P					
Uova sode SL SG			P											
Contorni														
Bieta cotta all'olio SL SG														
Carote cotte all'olio SL SG														
Cavolfiori cotti all'olio SL SG														
Fagiolini cotti all'olio SL SG														
Finocchio all'arancia SL SG														
Finocchio gratinato al forno	P		P				P							
Insalata SL SG														
Polenta SL SG														
Purea di patate SG			P				P							
Spinaci cotti all'olio SL SG														
Verdure invernali cotte SL SG														
Pane e Prodotti da forno														
Pane SL	P													

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine Prodotto contenente maiale

Legenda: P = presente; T = tracce

Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
Piatto unico	
Filetto di persico al pomodoro con patate in umido e polenta SL SG	Patata fresca : 150 g , Persico Filetto surgelato (**pesce**) : 70 g , Mais Farina : 30 g , Pomodoro Pelati : 15 g , **Sedano** Verde fresco : 5 g , Cipolla Bianca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Carota fresca : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g , Prezzemolo fresco : 0 g , Origano essiccato : 0 g , Aglio fresco : 0 g
Gnocchi di patate al ragù di carne rossa	Gnocchi di patate freschi (**grano**, **uova**, **Lisozima da uovo**) : 120 g , Manzo Copertina di spalla refrigerata : 30 g , Pomodoro Pelati : 20 g , Brodo vegetale (**sedano**) : 10 g , Cipolla Bianca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Carota fresca : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Pasta e fagioli	Pasta di Semola di **grano** duro (Semola di grano duro, acqua) : 30 g , Patata fresca : 30 g , Fagiolo Borlotti secco : 30 g , Carota fresca : 25 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 5 g DOP, Cipolla Bianca : 3 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Pasticcio di verdure invernali con pasta di semola	Pasta di Semola di **grano** duro (Semola di grano duro, acqua) : 50 g , Besciamella (**Latte** parz. scremato, Burro (**latte**), Farina di frumento (**grano**), Sale iodato) : 40 g , Carota fresca : 15 g , Bieta Costa fresca : 15 g , Brodo vegetale (**sedano**) : 10 g , Cipolla Bianca : 8 g , **Sedano** Verde fresco : 8 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 5 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Pizza Margherita	**Grano** tenero Tipo "0" Farina : 60 g , Pomodoro Pelati : 40 g , Mozzarella (**latte**, caglio, fermenti lattici, sale) : 30 g STG, Acqua : 30 g , Lievito di Birra : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Origano essiccato : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Spezzatino di manzo con polenta e patate SL SG	Patata fresca : 150 g , Bovino adulto Noce refrigerata : 50 g , Mais Farina : 30 g , Pomodoro Pelati : 15 g , Brodo vegetale (**sedano**) : 10 g , Carota fresca : 8 g , Cipolla Bianca : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 7 g , **Sedano** Verde fresco : 3 g , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essicato, Origano essicato) : 0.9 g
Primi	
Crema di zucca con riso SG	Zucca : 50 g , Riso Arborio : 30 g , Carota fresca : 15 g , Cipolla Bianca : 5 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Farro con piselli, carote e zucchine	**Farro** : 60 g , Pisello Fine surgelato : 15 g , Zucchina fresca : 15 g , Carota fresca : 15 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 da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Gnocchi di patate al pomodoro	Gnocchi di patate freschi (**grano**, **uova**, **Lisozima da uovo**) : 120 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 da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Minestra di legumi con riso SG	Riso Arborio : 30 g , Carota fresca : 9 g , Fagiolo Borlotti secco : 7 g , Ceci secchi : 7 g , Fava secca : 6 g , **Sedano** Verde fresco : 6 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 4 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g , Rosmarino : 0.1 g , Aglio fresco : 0 g
Orzotto in crema di piselli	**Orzo** Perlato : 60 g , Pisello Fine surgelato : 25 g , Carota fresca : 7 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Passato di verdure invernali con pastina	Patata fresca : 40 g , Pasta di Semola di **grano** duro - Pastina (Semola di grano duro, acqua) : 30 g , Carota fresca : 15 g , Zucca : 8 g , Bieta Costa fresca : 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 da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP
Pasta al pomodoro	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 da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Basilico fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g

Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
Primi	
Pasta all'ortolana	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 da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Pasta con broccoli	Pasta di Semola di **grano** duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g , Broccolo fresco : 30 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 da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g , Aglio fresco : 0.1 g , Prezzemolo fresco : 0.1 g
Pasta con piselli	Pasta di Semola di **grano** duro (Semola di grano duro, acqua) : 60 g , Pisello fresco : 30 g , Brodo vegetale (**sedano**) : 10 g , Carota fresca : 7 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Riso al pomodoro SG	Riso Arborio : 60 g , Pomodoro Pelati : 50 g , Carota fresca : 7 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Riso all'olio EVO SL SG	Riso Arborio : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Riso in crema di piselli SG	Riso Arborio : 60 g , Pisello Fine surgelato : 25 g , Carota fresca : 7 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Cipolla Bianca : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Secondi	
Asiago SG	Asiago DOP (**Latte** vaccino, sale, caglio, fermenti lattici) : 30 g DOP
Bocconcini di pollo SL SG	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
Filetto di persico al vapore SL SG	Persico Filetto surgelato (**pesce**) : 70 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Limone Succo : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Filetto di platessa al limone SL SG	Platessa filetto surgelata (**pesce**) : 70 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Limone Succo : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Filetto di platessa dorata al forno SL	Platessa filetto surgelata (**pesce**) : 70 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Pane grattugiato (Farina di **grano** tenero tipo "0", acqua, sale, lievito) : 2 g , Mais Farina : 2 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Lonza di maiale al latte SG	Maiale Lonza refrigerata : 50 g , Brodo vegetale (**sedano**) : 10 g , **Latte** fresco Parzialmente Scremato : 7 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , **Sedano** Verde fresco : 2 g , Carota fresca : 2 g , Cipolla Bianca : 1 g , Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essicato, Origano essicato) : 0.3 g
Morbidelle al salmone SL SG	Salmone Trancio surgelato (**pesce**) : 70 g , Patata fresca : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Carota fresca : 5 g , Prezzemolo fresco : 1 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Omelette di uova e spinaci SG	**Uova** Intere pastorizzate (**Lisozima da uovo**) : 60 g , Spinacio a cubetti surgelato : 30 g , **Latte** fresco Parzialmente Scremato : 10 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Petto di pollo alla salvia SL	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
Polpette di legumi	Carota fresca : 15 g , Ceci secchi : 14 g , Lenticchia secca : 13 g , Fagiolo Borlotti secco : 13 g , Patata fresca : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 5 g DOP, Pane grattugiato (Farina di **grano** tenero tipo "0", acqua, sale, lievito) : 3 g , Sale fino iodato : 0.3 g , Origano essiccato : 0.1 g , Rosmarino : 0.1 g

Elenco delle ricette

Nome piatto	Ingredienti
Secondi	
Polpettine di manzo in umido SG	Manzo Noce refrigerata : 50 g , Brodo vegetale (**sedano**) : 10 g , Patata fresca : 8 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale aromatizzato (Sale fino iodato, Basilico fresco, Erba Cipollina, Rosmarino, Salvia fresca, Maggiorana disidratata, Timo essicato, Origano essicato) : 0.3 g
Spezzatino di tacchino con verdure SL	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
Uova sode SL SG	**Uova** Intere fresche (**Lisozima da uovo**) : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Contorni	
Bieta cotta all'olio SL SG	Bieta Costa fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Carote cotte all'olio SL SG	Carota fresca : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Cavolfiori cotti all'olio SL SG	Cavolfiore fresco : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Fagiolini cotti all'olio SL SG	Fagiolini freschi : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Finocchio all'arancia SL SG	Finocchio fresco : 80 g , Arancia : 60 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Finocchio gratinato al forno	Finocchio fresco : 80 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 [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 2 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Insalata SL SG	Lattuga : 15 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Polenta SL SG	Acqua : 120 g , Mais Farina : 30 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Purea di patate SG	Patata fresca : 120 g , **Latte** fresco Parzialmente Scremato : 15 g , Burro (**latte**) : 3 g , Grana Padano DOP - GRANA PADANO grattugiato (**Latte**, sale, caglio [**Lisozima da uovo**, **uova**]) : 3 g DOP, Sale fino iodato : 0.3 g
Spinaci cotti all'olio SL SG	Spinacio fresco : 80 g , Olio extravergine di Oliva : 5 g , Sale fino iodato : 0.3 g
Verdure invernali cotte SL SG	Finocchio fresco , Spinacio fresco , Cavolo Verza , Carota fresca , Bieta Costa fresca , Cavolfiore fresco , Olio extravergine di Oliva
Pane e Prodotti da forno	
Pane SL	Pane comune (**grano**) : 40 g

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine Prodotto contenente maiale

Elenco dei valori nutrizionali

Nome piatto

Piatto unico	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Filetto di persico al pomodoro con patate in umido e polenta SL SG	1446 kj / 345 kcal	8.46 g	1.31 g	52.48 g	2.28 g	3.75 g	16.94 g	0.52 g
Gnocchi di patate al ragù di carne rossa	1195 kj / 285 kcal	8.62 g	2.03 g	38.54 g	6.14 g	1.73 g	12.72 g	1.87 g
Pasta e fagioli	1230 kj / 294 kcal	7.77 g	1.72 g	45.45 g	4.5 g	7.29 g	11.92 g	0.45 g
Pasticcio di verdure invernali con pasta di semola	1133 kj / 271 kcal	5.12 g	2.69 g	49.39 g	6.01 g	2.42 g	9.54 g	0.81 g
Pizza Margherita	1430 kj / 341 kcal	11.77 g	4.25 g	47.68 g	3.04 g	2.87 g	13.71 g	0.46 g
Spezzatino di manzo con polenta e patate SL SG	1532 kj / 366 kcal	10.57 g	1.78 g	52.95 g	2.75 g	3.89 g	16.85 g	0.85 g

Primi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Crema di zucca con riso SG	722 kj / 172 kcal	6.04 g	1.3 g	27.3 g	2.74 g	1.07 g	3.77 g	0.39 g
Farro con piselli, carote e zucchine	1145 kj / 273 kcal	7.43 g	1.25 g	42.82 g	3.2 g	5.74 g	11.07 g	0.49 g
Gnocchi di patate al pomodoro	1058 kj / 253 kcal	7.07 g	1.49 g	39.63 g	7.23 g	2.11 g	7.01 g	1.82 g
Minestra di legumi con riso SG	942 kj / 225 kcal	6.67 g	1.35 g	35.29 g	1.96 g	4.39 g	7.72 g	0.4 g
Orzotto in crema di piselli	1103 kj / 263 kcal	6.77 g	1.42 g	44.6 g	0.7 g	7.34 g	8.69 g	0.45 g
Passato di verdure invernali con pastina	872 kj / 208 kcal	6.72 g	1.4 g	32.95 g	3.35 g	2.17 g	5.61 g	0.12 g
Pasta al pomodoro	1188 kj / 284 kcal	6.96 g	1.38 g	49.94 g	5 g	2.41 g	8.3 g	0.39 g
Pasta all'ortolana	1193 kj / 285 kcal	6.96 g	1.38 g	50.09 g	5.14 g	2.52 g	8.4 g	0.44 g
Pasta con broccoli	1163 kj / 278 kcal	6.8 g	1.38 g	48.65 g	3.71 g	2.62 g	8.48 g	0.39 g
Pasta con piselli	1205 kj / 288 kcal	6.87 g	1.38 g	50.19 g	4.5 g	3.79 g	9.3 g	0.4 g
Riso al pomodoro SG	1129 kj / 270 kcal	6.34 g	1.31 g	50.44 g	2.32 g	1.3 g	5.72 g	0.38 g
Riso all'olio EVO SL SG	1022 kj / 244 kcal	5.24 g	0.78 g	48.24 g	0.12 g	0.6 g	4.02 g	0.3 g
Riso in crema di piselli SG	1135 kj / 271 kcal	6.17 g	1.31 g	50.54 g	0.82 g	2.42 g	6.47 g	0.45 g

Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Asiago SG	451 kj / 108 kcal	7.68 g	4.5 g	0.24 g	0.24 g	0 g	9.42 g	0.57 g
Bocconcini di pollo SL SG	411 kj / 98 kcal	5.41 g	0.85 g	0.7 g	0.7 g	0.24 g	11.76 g	0.38 g
Filetto di persico al vapore SL SG	415 kj / 99 kcal	6.07 g	0.94 g	0.31 g	0.12 g	0.07 g	10.84 g	0.46 g

Elenco dei valori nutrizionali

Nome piatto

Secondi	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Filetto di platessa al limone SL SG	431 kj / 103 kcal	5.92 g	0.85 g	0.38 g	0.19 g	0.02 g	12.13 g	0.51 g
Filetto di platessa dorata al forno SL	480 kj / 115 kcal	5.97 g	0.86 g	2.97 g	0.14 g	0.14 g	12.45 g	0.54 g
Lonza di maiale al latte SG	515 kj / 123 kcal	8.61 g	1.9 g	0.7 g	0.69 g	0.14 g	10.69 g	0.38 g
Morbidelle al salmone SL SG	775 kj / 185 kcal	13.51 g	2.82 g	2.88 g	1.12 g	0.37 g	13.18 g	0.48 g
Omelette di uova e spinaci SG	607 kj / 145 kcal	11.21 g	3.24 g	1.4 g	0.5 g	0.54 g	9.62 g	0.61 g
Petto di pollo alla salvia SL	436 kj / 104 kcal	5.47 g	0.87 g	1.85 g	0.32 g	0.21 g	11.95 g	0.34 g
Polpette di legumi	862 kj / 206 kcal	7.81 g	1.75 g	23.95 g	2.5 g	6.7 g	10.74 g	0.47 g
Polpettine di manzo in umido SG	491 kj / 117 kcal	7.07 g	1.65 g	1.53 g	0.12 g	0.16 g	11.83 g	0.37 g
Spezzatino di tacchino con verdure SL	457 kj / 109 kcal	5.63 g	0.92 g	2.29 g	0.76 g	0.36 g	12.37 g	0.41 g
Uova sode SL SG	510 kj / 122 kcal	10.22 g	2.63 g	0 g	0 g	0 g	7.44 g	0.5 g

Contorni	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Bieta cotta all'olio SL SG	245 kj / 59 kcal	5.08 g	0.72 g	2.24 g	2.24 g	0.96 g	1.04 g	0.31 g
Carote cotte all'olio SL SG	305 kj / 73 kcal	5.16 g	0.72 g	6.08 g	6.08 g	2.48 g	0.88 g	0.48 g
Cavolfiori cotti all'olio SL SG	272 kj / 65 kcal	5.16 g	0.72 g	2.16 g	1.92 g	1.92 g	2.56 g	0.31 g
Fagiolini cotti all'olio SL SG	248 kj / 59 kcal	5.08 g	0.72 g	1.92 g	1.92 g	2.32 g	1.68 g	0.3 g
Finocchio all'arancia SL SG	304 kj / 73 kcal	5.12 g	0.72 g	5.48 g	5.48 g	2.72 g	1.38 g	0.31 g
Finocchio gratinato al forno	275 kj / 66 kcal	5.57 g	1.08 g	2.08 g	0.84 g	1.84 g	1.78 g	0.37 g
Insalata SL SG	202 kj / 48 kcal	5.06 g	0.73 g	0.33 g	0.33 g	0.23 g	0.27 g	0.3 g
Polenta SL SG	455 kj / 109 kcal	0.81 g	0.09 g	24.24 g	0.45 g	0.93 g	2.61 g	0.3 g
Purea di patate SG	615 kj / 147 kcal	4.77 g	2.35 g	22.38 g	1.26 g	1.92 g	4.06 g	0.39 g
Spinaci cotti all'olio SL SG	305 kj / 73 kcal	5.56 g	0.78 g	2.4 g	0.32 g	1.52 g	2.72 g	0.49 g
Verdure invernali cotte SL SG	266 kj / 63 kcal	5.16 g	0.73 g	2.83 g	2.09 g	1.72 g	1.53 g	0.08 g

Pane e Prodotti da forno	Energia	Grassi	Di cui acidi grassi saturi	Carboidrati	Di cui zuccheri	Fibre	Proteine	Sale
Pane SL	496 kj / 118 kcal	0.16 g	0.04 g	27 g	0.76 g	1.2 g	3.28 g	0.64 g

SL Prodotto senza lattosio SG Prodotto senza glutine Prodotto contenente maiale

Elenco dei valori nutrizionali