

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
pizza margherita						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pasta di pane						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0
mozzarella						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0
pomodoro						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0
olio						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0
origano						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	0
Pizza con pomodoro e mozzarella						271	5,6	52,9	5,6			433,6	8,96	84,64	8,96	0	
												0	0	0	0	0	0
												0	0	0	0	0	0
TOTALE RICETTA						433,6	8,96	84,64	8,96	0		433,6	8,96	84,64	8,96	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						433,6	8,96	84,64	8,96	0		433,6	8,96	84,64	8,96	0	
Prosciutto crudo o cotto (cotto infanzia)						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
Prosciutto cotto						132	22,2	1	4,4			52,8	8,88	0,4	1,76	0	
Prosciutto crudo di Parma						268	25,5		18,4			0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						52,8	8,88	0,4	1,76	0		52,8	8,88	0,4	1,76	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						52,8	8,88	0,4	1,76	0		52,8	8,88	0,4	1,76	0	
Verdure crude di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
verdura cruda di stagione						13,667	1,46667	1,6	0,25			5,4667	0,58667	0,64	0,1	0	
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0		26,73	0	0	2,97	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						32,197	0,58667	0,64	9,07	0		32,197	0,58667	0,64	9,07	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						32,197	0,58667	0,64	9,07	0		32,197	0,58667	0,64	9,07	0	
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pane						289	8,6	66,9	0,4			115,6	3,44	26,76	0,16	0	
frutta di stagione						55						66	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						181,6	3,44	26,76	0,16	0		181,6	3,44	26,76	0,16	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						181,6	3,44	26,76	0,16	0		181,6	3,44	26,76	0,16	0	

totale calorie pasto infanzia						I pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
649												985					
lasagne al forno																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
pasta all'uovo	366	13	77,9	2,4		183	6,5	38,95	1,2	0	256,2	9,1	54,53	1,68	0		
pomodori pelati	21	1,2	0,5	3		4,2	0,24	0,1	0,6	0	5,25	0,3	0,125	0,75	0		
olio	891	0	99	0	0	26,73	0	2,97	0	0	35,64	0	3,96	0	0		
grana grattugiato	387	33,5		28,5		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
farina	340	11	77,3	0,7	2,2	51	1,65	11,595	0,105	0,33	68	2,2	15,46	0,14	0,44		
ortaggi tritati	29	1,2	4,1	0,2	2,9	2,9	0,12	0,41	0,02	0,29	4,35	0,18	0,615	0,03	0,44		
mozzarella	253	18,7	0,7	19,5		25,3	1,87	0,07	1,95	0	37,95	2,805	0,105	2,925	0		
latte	63	3,3	4,7	3,6		6,3	0,33	0,47	0,36	0	6,3	0,33	0,47	0,36	0		
aromi																	
burro	758	0,8	1,1	83,4		37,9	0,04	0,055	4,17	0	60,64	0,064	0,088	6,672	0		
TOTALE RICETTA						337,33	10,75	54,62	8,405	0,62	474,33	14,979	75,353	12,56	0,88		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						337,33 10,75 54,62 8,405 0,62						474,33 14,979 75,353 12,56 0,88					
formaggio Grana Padano																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
Grana Padano	387	33,5		28,5		116,1	10,05	0	8,55	0	193,5	16,75	0	14,25	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
TOTALE RICETTA						116,1	10,05	0	8,55	0	193,5	16,75	0	14,25	0		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						116,1 10,05 0 8,55 0						193,5 16,75 0 14,25 0					
Insalata verde																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
insalata verde	19	1,8	2,2	0,4		7,6	0,72	0,88	0,16	0	11,4	1,08	1,32	0,24	0		
Olio e.v. d'oliva	891	0	0	99	0	26,73	0	0	2,97	0	35,64	0	0	3,96	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
TOTALE RICETTA						34,33	0,72	0,88	3,13	0	47,04	1,08	1,32	4,2	0		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						34,33 0,72 0,88 3,13 0						47,04 1,08 1,32 4,2 0					
pane e frutta di stagione																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
pane	289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0	173,4	5,16	40,14	0,24	0		
frutta	55					66	0	0	0	0	77	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
TOTALE RICETTA						181,6	3,44	26,76	0,16	0	250,4	5,16	40,14	0,24	0		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						181,6 3,44 26,76 0,16 0						250,4 5,16 40,14 0,24 0					

totale calorie pasto infanzia						I pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
641						173											
risotto al pomodoro		Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione infanzia					Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
riso		337	7,4	81,3	0,3	0,5	168,5	3,7	40,65	0,15	0,25	235,9	5,18	56,91	0,21	0,35	
pomodori pelati		21	1,2	0,5	3		5,25	0,3	0,125	0,75	0	6,3	0,36	0,15	0,9	0	
olio		891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	71,28	0	7,92	0	0	
grana grattugiato		387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0	
ortaggi tritati		29	1,2	4,1	0,2	2,9	1,45	0,06	0,205	0,01	0,15	1,45	0,06	0,205	0,01	0,15	
basilico							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
							0	0	0	0	0	0	0	0	0</		

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria								
823												777								
Gnocchi di patate burro, olio e salvia						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione infanzia					Contenuto per porzione primaria				
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)
gnocchi d' patate						133	2,36	17,04	6,24		159,6	2,832	20,448	7,488	0	199,5	3,54	25,56	9,36	0
burro						758	0,8	1,1	83,4		22,74	0,024	0,033	2,502	0	30,32	0,032	0,044	3,336	0
olio						891	0	99	0	0	26,73	0	2,97	0	0	35,64	0	3,96	0	0
grana grattugiato						387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0
salvia											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						228,42	4,531	23,451	11,42	0	228,42	4,531	23,451	11,42	0	296,42	6,252	29,564	15	0
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1										1				
TOTALE PER PORZIONE											228,42 4,531 23,451 11,42 0					296,42 6,252 29,564 15 0				
bastoncini di pesce						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione					Contenuto per porzione				
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)
bastoncini di pesce						191	11	15	10,1		143,25	8,25	11,25	7,575	0	191	11	15	10,1	0
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0	26,73	0	0	2,97	0	35,64	0	0	3,96	0
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
bastoncini di pesce											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25 g/bastoncino											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
inf 3x25											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
prim4x25											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						169,98	8,25	11,25	10,59	0	169,98	8,25	11,25	10,59	0	226,64	11	15	14,06	0
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1										1				
TOTALE PER PORZIONE											169,98 8,25 11,25 10,59 0					226,64 11 15 14,06 0				
Insalata di patate						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione					Contenuto per porzione				
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)
patate						85	2,1	17,9	1	1,6	51	1,26	10,74	0,6	0,96	68	1,68	14,32	0,8	1,28
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0	26,73	0	0	2,97	0	35,64	0	0	3,96	0
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						77,73	1,26	10,74	3,57	0,96	77,73	1,26	10,74	3,57	0,96	103,64	1,68	14,32	4,76	1,28
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1										1				
TOTALE PER PORZIONE											77,73 1,26 10,74 3,57 0,96					103,64 1,68 14,32 4,76 1,28				
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione					Contenuto per porzione				
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)
pane						289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0	173,4	5,16	40,14	0,24	0
frutta di stagione						55					66	0	0	0	0	77	0	0	0	0
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	
</																				

I pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti

						totale calorie pasto infanzia						totale calorie pasto primaria					
						1639						1370					
passato di legumi con pasta e crostini						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
legumi misti						295	21,2667	48,56667	3,1			59	4,25333	9,713333	0,62	0	
carote						35	1,1	7,6	0,2			5,25	0,165	1,14	0,03	0	
patate						85	2,1	17,9	1	1,6		17	0,42	3,58	0,2	0,32	
odori						29	1,2	4,1	0,2	2,9		0,87	0,036	0,123	0,006	0,09	
pasta						353	10,9	79,1	1,4			70,6	2,18	15,82	0,28	0	
crostini di pane						289	8,6	66,9	0,4			57,8	1,72	13,38	0,08	0	
olio						891	0	0	99	0		26,73	0	0	2,97	0	
TOTALE RICETTA												237,25	8,77433	43,75633	4,186	0,41	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE																	
cotoletta di pollo o tacchino al forno						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
fettina di petto di pollo o tacchino						103,5	23,65	0	1			62,1	14,19	0	0,6	0	
pane grattugiato												0	0	0	0	0	
uovo												0	0	0	0	0	
olio						891	0	0	99	0		44,55	0	0	4,95	0	
TOTALE RICETTA												106,65	14,19	0	5,55	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE																	
pure di patate						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
patate						85	2,1	17,9	1	1,6		85	2,1	17,9	1	1,6	
latte						63	3,3	4,7	3,6			31,5	1,65	2,35	1,8	0	
burro						758	0,8	1,1	83,4			37,9	0,04	0,055	4,17	0	
grana grattugiato						387	33,5		28,5			19,35	1,675	0	1,425	0	
TOTALE RICETTA												179,75	5,465	20,305	8,395	1,6	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE																	
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pane						289	8,6	66,9	0,4			115,6	3,44	26,76	0,16	0	
frutta di stagione						55						66	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA												181,6	3,44	26,76	0,16	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE																	

totale calorie pasto infanzia						totale calorie pasto primaria											
pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti																	
minestrina di lenticchie con pastina						minestrina di lenticchie con pastina											
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
pasta	353	10,9	79,1	1,4		70,6	2,18	15,82	0,28	0	105,9	3,27	23,73	0,42	0		
pomodori pelati	21	1,2	0,5	3		3,15	0,18	0,075	0,45	0	4,2	0,24	0,1	0,6	0		
olio	891	0	99	0	0	26,73	0	2,97	0	0	35,64	0	3,96	0	0		
grana grattugiato	387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0		
ortaggi tritati	29	1,2	4,1	0,2	2,9	1,45	0,06	0,205	0,01	0,15	2,32	0,096	0,328	0,016	0,23		
patate	85	2,1	17,9	1	1,6	12,75	0,315	2,685	0,15	0,24	17	0,42	3,58	0,2	0,32		
lenticchie	291	22,7	51,1	1	13,8	58,2	4,54	10,22	0,2	2,76	87,3	6,81	15,33	0,3	4,14		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
TOTALE RICETTA						182,23	8,95	31,975	2,515	3,15	283,32	13,516	47,028	3,816	4,69		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						182,23	8,95	31,975	2,515	3,15	283,32	13,516	47,028	3,816	4,69		
mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta						mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta						mezza porzione formaggio tenero tipo dolce sardo o mozzarella o peretta					
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
Media Dolcesardo, mozzarella e peretta	341	25,8	1,333333	25,87		170,5	12,9	0,666667	12,93	0	272,8	20,64	1,066667	20,69	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
TOTALE RICETTA						170,5	12,9	0,666667	12,93	0	272,8	20,64	1,066667	20,69	0		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						170,5	12,9	0,666667	12,93	0	272,8	20,64	1,066667	20,69	0		
pinzimonio di verdure crude di stagione (carote, finocchi)						pinzimonio di verdure crude di stagione (carote, finocchi)						pinzimonio di verdure crude di stagione (carote, finocchi)					
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
carote	35	1,1	7,6	0,2		10,5	0,33	2,28	0,06	0	14	0,44	3,04	0,08	0		
finocchi	9	1,2	1			2,7	0,36	0,3	0	0	3,6	0,48	0,4	0	0		
Olio e.v. d'oliva	891	0	0	99	0	26,73	0	0	2,97	0	35,64	0	0	3,96	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
TOTALE RICETTA						39,93	0,69	2,58	3,03	0	53,24	0,92	3,44	4,04	0		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						39,93	0,69	2,58	3,03	0	53,24	0,92	3,44	4,04	0		
pane e budino						pane e budino						pane e budino					
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
pane	289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0	173,4	5,16	40,14	0,24	0		
						141,25	3,9375	24,375	3,125	0	141,25	3,9375	24,375	3,125	0		
budino	113	3,15	19,5	2,5		0	0	0	0	0	314,65	9,0975	64,515	3,365	0		
						256,85	7,3775	51,135	3,285	0	314,65	9,0975	64,515	3,365	0		
TOTALE RICETTA						256,85	7,3775	51,135	3,285	0	314,65	9,0975	64,515	3,365	0		
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						256,85	7,3775	51,135	3,285	0	314,65	9,0975	64,515	3,365	0		

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria											
ravioli di ricotta e spinaci al pomodoro						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione primaria											
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)			
ravioli di ricotta e spinaci						256,6	13,2	29,1	9,7		128,3	6,6	14,55	4,85	0	179,62	9,24	20,37	6,79	0			
pomodori pelati						21	1,2	0,5	3		5,25	0,3	0,125	0,75	0	6,3	0,36	0,15	0,9	0			
olio						891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	71,28	0	7,92	0	0			
grana grattugiato						387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0			
ortaggi tritati						29	1,2	4,1	0,2	2,9	2,9	0,12	0,41	0,02	0,29	4,35	0,18	0,615	0,03	0,44			
basilico											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
TOTALE RICETTA											206,35	6,695	20,035	7,045	0,29	292,51	12,46	29,055	10	0,44			
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE												200,35 6,695 20,035 7,045 0,29						292,51 12,46 29,055 10 0,44					
fettina vitellone alla pizzaola						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)			
fettina vitellone						108	21,5		2,4		64,8	12,9	0	1,44	0	86,4	17,2	0	1,92	0			
pomodoro pelato						21	1,2	0,5	3		2,1	0,12	0,05	0,3	0	3,15	0,18	0,075	0,45	0			
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0	26,73	0	0	2,97	0	35,64	0	0	3,96	0			
aromi											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
TOTALE RICETTA											93,63	13,02	0,05	4,71	0	125,19	17,38	0,075	6,33	0			
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE												93,63 13,02 0,05 4,71 0						125,19 17,38 0,075 6,33 0					
bietole all'agro						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)			
bietole						17	1,3	2,8	0,1		10,2	0,78	1,68	0,06	0	13,6	1,04	2,24	0,08	0			
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0	44,55	0	0	4,95	0	71,28	0	0	7,92	0			
succo limone/aceto											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
TOTALE RICETTA											54,75	0,78	1,68	5,01	0	84,88	1,04	2,24	8	0			
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE												54,75 0,78 1,68 5,01 0						84,88 1,04 2,24 8 0					
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)			
pane						289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0	173,4	5,16	40,14	0,24	0			
frutta						55					66	0	0	0	0	77	0	0	0	0			
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0	0	0	0	0	0	0				
											0	0	0										

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria											
risotto allo zafferano						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)								
riso	337	7,4	81,3	0,3		168,5	3,7	40,65	0,15	0	235,9	5,18	56,91	0,21	0								
burro	758	0,8	1,1	83,4		22,74	0,024	0,033	2,502	0	30,32	0,032	0,044	3,336	0								
olio	891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	71,28	0	7,92	0	0								
grana grattugiato	387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0								
ortaggi tritati	29	1,2	4,1	0,2	2,9	1,45	0,06	0,205	0,01	0,145	1,45	0,06	0,205	0,01	0,15								
brodo vegetale						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
zafferano (1 bustina ogni 6 pz)						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
TOTALE RICETTA						256,59	5,455	45,838	4,087	0,145	369,91	7,952	65,079	5,836	0,15								
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1							1										
TOTALE PER PORZIONE						256,59	5,455	45,838	4,087	0,145	369,91	7,952	65,079	5,836	0,15								
cosce di pollo arrosto						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)								
fuso pollo	125	18,4		5,7		150	22,08	0	6,84	0	187,5	27,6	0	8,55	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
Olio e.v. d'oliva	891	0	0	99	0	35,64	0	0	3,96	0	44,55	0	0	4,95	0								
aromi						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
TOTALE RICETTA						185,64	22,08	0	10,8	0	232,05	27,6	0	13,5	0								
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1							1										
TOTALE PER PORZIONE						185,64	22,08	0	10,8	0	232,05	27,6	0	13,5	0								
fagiolini all'olio						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)								
fagiolini	25	1,7	4,6	0,1		15	1,02	2,76	0,06	0	20	1,36	3,68	0,08	0								
Olio e.v. d'oliva	891	0	0	99	0	26,73	0	0	2,97	0	35,64	0	0	3,96	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
TOTALE RICETTA						41,73	1,02	2,76	3,03	0	55,64	1,36	3,68	4,04	0								
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1							1										
TOTALE PER PORZIONE						41,73	1,02	2,76	3,03	0	55,64	1,36	3,68	4,04	0								
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)								
pane	289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0	173,4	5,16	40,14	0,24	0								
frutta	55					66	0	0	0	0	77	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0								
TOTALE RICETTA						181,6	3,44	26,76	0,16	0	250,4	5,16	40,14	0,24	0								
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1							1										
TOTALE PER PORZIONE						181,6	3,44	26,76	0,16	0	250,4	5,16	40,14	0,24	0								

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
gnocchetti sardi al pomodoro						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
gnocchetti						353	10,9	79,1	1,4			176,5	5,45	39,55	0,7	0	
pomodori pelati						21	1,2	0,5	3			5,25	0,3	0,125	0,75	0	
olio						891	0	99	0	0		26,73	0	2,97	0	0	
grana grattugiato						387	33,5		28,5			19,35	1,675	0	1,425	0	
ortaggi tritati						29	1,2	4,1	0,2	2,9		1,45	0,06	0,205	0,01	0,15	
basilico												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						229,28	7,485	42,85	2,885	0,13		322,32	10,766	59,808	4,176	0,23	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						229,28	7,485	42,85	2,885	0,13		322,32	10,766	59,808	4,176	0,23	
frittata con patate						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
uovo						128	12,4	0	8,7			76,8	7,44	0	5,22	0	
patate						85	2,1	17,9	1	1,6		17	0,42	3,58	0,2	0,32	
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0		26,73	0	0	2,97	0	
aromi												0	0	0	0	0	
grana grattugiato						387	33,5		28,5			11,61	1,005	0	0,855	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						337,14	8,865	3,58	9,245	0,32		149,17	8,305	4,475	10,57	0,4	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						337,14	8,865	3,58	9,245	0,32		149,17	8,305	4,475	10,57	0,4	
carote a fiammifero con succo di limone						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
carote						35	1,1	7,6	0,2			14	0,44	3,04	0,08	0	
Olio e.v. d'oliva						891	0	0	99	0		44,55	0	0	4,95	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						58,55	0,44	3,04	5,03	0		92,28	0,66	4,56	8,04	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						58,55	0,44	3,04	5,03	0		92,28	0,66	4,56	8,04	0	
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pane						289	8,6	66,9	0,4			115,6	3,44	26,76	0,16	0	
frutta						55						66	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
												0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						181,6	3,44	26,76	0,16	0		250,4	3,16	40,14	0,24	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						181,6	3,44	26,76	0,16	0		250,4	3,16	40,14	0,24	0	

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria											
pasta olio e Grana padano						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)							
pasta		353	10,9	79,1	1,4		176,5	5,45	39,55	0,7	0	247,1	7,63	55,37	0,98	0							
olio		891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	71,28	0	7,92	0	0							
grana padano grattugiato		387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
TOTALE RICETTA						240,4	7,125	44,5	2,125	0		349,34	10,31	63,29	3,26	0							
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE						240,4	7,125	44,5	2,125	0		349,34	10,31	63,29	3,26	0							
polpette di pesce al forno						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)							
uovo		128	12,4	0	8,7		12,8	1,24	0	0,87	0	15,36	1,488	0	1,044	0							
patate		85	2,1	17,9	1	1,6	17	0,42	3,58	0,2	0,32	25,5	0,63	5,37	0,3	0,48							
Olio e.v. d'oliva		891	0	0	99	0	44,55	0	0	4,95	0	71,28	0	0	7,92	0							
aromi							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
grana grattugiato		387	33,5		28,5		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
pesce (merluzzo, nasello, sogliola o platessa)		75	17,3		0,6		60	13,84	0	0,48	0	75	17,3	0	0,6	0							
pangrattato							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
TOTALE RICETTA						134,35	15,5	3,58	6,5	0,32		187,14	19,416	5,37	9,864	0,48							
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE						134,35	15,5	3,58	6,5	0,32		187,14	19,416	5,37	9,864	0,48							
patate al forno						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)							
patate		85	2,1	17,9	1	1,6	51	1,26	10,74	0,6	0,96	68	1,68	14,32	0,8	1,28							
Olio e.v. d'oliva		891	0	0	99	0	44,55	0	0	4,95	0	71,28	0	0	7,92	0							
aromi							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
TOTALE RICETTA						95,55	1,26	10,74	5,55	0,96		135,28	1,68	14,32	8,72	1,28							
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE						95,55	1,26	10,74	5,55	0,96		135,28	1,68	14,32	8,72	1,28							
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)							
pane		289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0	173,4	5,16	40,14	0,24	0							
frutta		55					66	0	0	0	0	77	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
TOTALE RICETTA						181,6	3,44	26,76	0,16	0		250,4	5,16	40,14	0,24	0							
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1											
TOTALE PER PORZIONE						181,6	3,44	26,76	0,16	0		250,4	5,16	40,14	0,24	0							

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
pasta panna e prosciutto																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingrédients	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
pasta	353	10,9	79,1	1,4		176,5	5,45	39,55	0,7	0	247,1	7,63	55,37	0,98	0		
panna	236	2,5	3,6	23,5		59	0,625	0,9	5,875	0	70,8	0,75	1,08	7,05	0		
olio	891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	71,28	0	7,92	0	0		
grana grattugiato	387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0		
prosciutto cotto a dadini	132	22,2	1	4,4		26,4	4,44	0,2	0,88	0	33	5,55	0,25	1,1	0		
aromi						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
			</														

[illegible]

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
205												205					
pasta al pesto						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia					
Ingredienti						Kcal						Kcal					
pasta						Proteine (g)						Proteine (g)					
pinoli qb						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
olio						Grassi (g)						Grassi (g)					
grana grattugiato						Fibra (g)						Fibra (g)					
basilico						Kcal						Kcal					
aglio						Proteine (g)						Proteine (g)					
						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
						Grassi (g)						Grassi (g)					
						Fibra (g)						Fibra (g)					
TOTALE RICETTA						244,3						244,3					
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						244,3						244,3					
bastoncini di pesce al forno						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal						Kcal					
bastoncini di pesce						Proteine (g)						Proteine (g)					
Olio e.v. d'oliva						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
						Grassi (g)						Grassi (g)					
						Fibra (g)						Fibra (g)					
bastoncini di pesce						Kcal						Kcal					
25 g bastoncino						Proteine (g)						Proteine (g)					
inf 3x25						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
prim4x25						Grassi (g)						Grassi (g)					
TOTALE RICETTA						169,98						169,98					
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						169,98						169,98					
tris di verdure (patate carote e fagiolini)						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal						Kcal					
Olio e.v. d'oliva						Proteine (g)						Proteine (g)					
patate						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
carote						Grassi (g)						Grassi (g)					
fagiolini						Fibra (g)						Fibra (g)					
						Kcal						Kcal					
						Proteine (g)						Proteine (g)					
						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
						Grassi (g)						Grassi (g)					
						Fibra (g)						Fibra (g)					
TOTALE RICETTA						73,53						73,53					
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						73,53						73,53					
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal						Kcal					
pane						Proteine (g)						Proteine (g)					
frutta						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
						Grassi (g)						Grassi (g)					
						Fibra (g)						Fibra (g)					
pane						Kcal						Kcal					
frutta						Proteine (g)						Proteine (g)					
						Carboidrati (g)						Carboidrati (g)					
						Grassi (g)						Grassi (g)					
						Fibra (g)						Fibra (g)					
TOTALE RICETTA						181,6						181,6					
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						181,6						181,6					

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti										totale calorie pasto primaria					
passato di verdure						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione infanzia					Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pomodori pelati						21	1,2	0,5	3		8,4	0,48	0,2	1,2	0	10,5	0,6	0,25	1,5	0	
olio						891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	44,55	0	4,95	0	0	
grana grattugiato						387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	19,35	1,675	0	1,425	0	
mix verdure minestrone						57	3,2	8,9	0,3		57	3,2	8,9	0,3	0	68,4	3,84	10,68	0,36	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA											129,3	5,355	14,05	2,925	0	142,8	6,115	15,88	3,285	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1										1					
pizza margherita						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione					Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pasta di pane											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
mozzarella											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
pomodoro											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
olio											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
origano											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Pizza con pomodoro e mozzarella						271	5,6	52,9	5,6		392,95	8,12	76,705	8,12	0	476,96	9,856	93,104	9,856	0	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA											392,95	8,12	76,705	8,12	0	476,96	9,856	93,104	9,856	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1										1					
TOTALE PER PORZIONE											392,95 8,12 76,705 8,12 0					476,96 9,856 93,104 9,856 0					
pane e frutta di stagione						Contenuto per 100 g di prodotto					Contenuto per porzione					Contenuto per porzione					
Ingredienti						Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0	0	0	0	0	0	0	0		
											0	0									

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria											
pasta al pomodoro						Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)							
pasta		353	10,9	79,1	1,4		176,5	5,45	39,55	0,7	0	247,1	7,63	55,37	0,98	0							
pomodori pelati		21	1,2	0,5	3		12,6	0,72	0,3	1,8	0	16,8	0,96	0,4	2,4	0							
olio		891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0	71,28	0	7,92	0	0							
grana grattugiato		387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0	30,96	2,68	0	2,28	0							
ortaggi tritati		29	1,2	4,1	0,2	2,9	1,45	0,06	0,205	0,01	0,15	2,32	0,096	0,328	0,016	0,23							
basilico							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
							0	0															

totale calorie pasto						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto					
infanzia												primaria					
risotto con seppie e/o calamari																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
riso	337	7,4	81,3	0,3		168,5	3,7	40,65	0,15	0	235,9	5,18	56,91	0,21	0		
pomodori pelati	21	1,2	0,5	3		8,4	0,48	0,2	1,2	0	10,5	0,6	0,25	1,5	0		
olio	891	0	99	0	0	71,28	0	7,92	0	0	89,1	0	9,9	0	0		
calamari e/o seppie tritati	70	13,55	0,65	1,5		14	2,71	0,13	0,3	0	17,5	3,3875	0,1625	0,375	0		
ortaggi tritati	29	1,2	4,1	0,2	2,9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0				

[illegible]

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
brodo sgrassato con pastina		Contenuto per 100 g di prodotto				Contenuto per porzione infanzia					Contenuto per porzione primaria						
Ingrédients	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		
brodo di carne	4	0,18	0,17	0,04		6	0,27	0,255	0,06	0	8	0,36	0,34	0,08	0		
pastina	353	10,9	79,1	1,4		105,9	3,27	23,73	0,42	0	141,2	4,36	31,64	0,56	0		
odori						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
						0	0	0									

[illegible]

totale calorie pasto infanzia						pesi indicati si riferiscono all'alimento a crudo e al netto degli scarti						totale calorie pasto primaria					
5.10.23												5.10.23					
pasta olio e grana padano																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione Infanzia						Contenuto per porzione primaria					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pasta	353	10,9	79,1	1,4		176,5	5,45	39,55	0,7	0		247,1	7,63	55,37	0,98	0	
olio	891	0	99	0	0	44,55	0	4,95	0	0		71,28	0	7,92	0	0	
grana grattugiato	387	33,5		28,5		19,35	1,675	0	1,425	0		30,96	2,68	0	2,28	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						240,4	7,125	44,5	2,125	0		349,34	10,31	63,29	3,26	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						240,4	7,125	44,5	2,125	0		349,34	10,31	63,29	3,26	0	
cosce di pollo arrosto																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
fuso pollo	125	18,4		5,7		150	22,08	0	6,84	0		187,5	27,6	0	8,55	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
Olio e.v. d'oliva	891	0	0	99	0	44,55	0	0	4,95	0		71,28	0	0	7,92	0	
aromi						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						194,55	22,08	0	11,79	0		258,78	27,6	0	16,47	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						194,55	22,08	0	11,79	0		258,78	27,6	0	16,47	0	
bietole all'olio																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
bietole	17	1,3	2,8	0,1		10,2	0,78	1,68	0,06	0		13,6	1,04	2,24	0,08	0	
Olio e.v. d'oliva	891	0	0	99	0	44,55	0	0	4,95	0		71,28	0	0	7,92	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						54,75	0,78	1,68	5,01	0		84,88	1,04	2,24	8	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						54,75	0,78	1,68	5,01	0		84,88	1,04	2,24	8	0	
pane e frutta di stagione																	
Contenuto per 100 g di prodotto						Contenuto per porzione						Contenuto per porzione					
Ingredienti	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)		Kcal	Proteine (g)	Carboidrati (g)	Grassi (g)	Fibra (g)	
pane	289	8,6	66,9	0,4		115,6	3,44	26,76	0,16	0		173,4	5,16	40,14	0,24	0	
frutta	55					66	0	0	0	0		77	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
						0	0	0	0	0		0	0	0	0	0	
TOTALE RICETTA						181,6	3,44	26,76	0,16	0		250,4	5,16	40,14	0,24	0	
Numero di persone per le quali è prevista la ricetta						1						1					
TOTALE PER PORZIONE						181,6	3,44	26,76	0,16	0		250,4	5,16	40,14	0,24	0	