

CITTA' DI  
VENEZIA



**AMES**

Ristorazione Scolastica

# GRAMMATURE

CONTORNI, FRUTTA, PANE, DESSERT



Comune di Venezia - A.M.E.S. S.p.A.



**GRAMMATURE PER CONTORNI, FRUTTA, PANE E DESSERT**  
**Ricette confezionate con alimenti *BIOLOGICI***

INGREDIENTI	GRAMMATURE (gr.)			
	Infanzia	Primaria		Secondaria di I grado
		I° Ciclo	II° Ciclo	

 <b>Verdura cruda</b> <i>(una delle seguenti alternative secondo la stagionalità)</i>	Stagionalità A-I/P/E			
Carote	40	40	50	60
Finocchi	70	80	90	100
Insalata verde (vari tipi)	30	30	40	50
Pomodori	80	80	90	100
Condite con: Olio extravergine di oliva Sale q.b.	4	4	5	7

 <b>Insalata verde e carote julienne</b>	Stagionalità E			
Insalata verde (vari tipi)	30	30	40	50
Carote	20	20	30	40
Olio extravergine di oliva Sale q.b.	4	4	5	7

 <b>Insalata verde e pomodoro</b>	Stagionalità E			
Insalata verde (vari tipi)	30	30	40	50
Pomodori	40	40	50	60
Olio extravergine di oliva Sale q.b.	4	4	5	7

 <b>Tris di verdure crude</b> <i>(tre verdure a scelta)</i>	Stagionalità A-I			
Insalata (vari tipi)	30	30	40	50
Cappuccio	15	20	25	30
Carote	20	30	40	50
Finocchi	15	20	25	30
Condite con: Olio extravergine di oliva Sale q.b.	4	4	5	7

 <b>Bieta all'olio</b>	Stagionalità A-I			
Bieta	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva Sale q.b.	5	5	5	5

INGREDIENTI	GRAMMATURE (gr.)			
	Infanzia	Primaria		Secondaria di I grado
		I° Ciclo	II° Ciclo	
<b>Carote all'olio</b>				Stagionalità A-I/E
Carote	80	90	100	120
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
<b>Carote al tegame</b>				Stagionalità A-I/E
Carote	80	90	100	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Cipolla q.b.				
Sale q.b.				
<b>Fagioli all'olio</b>				Stagionalità A-I
Fagioli secchi	30	35	40	50
Cipolla	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	5	6	7	8
Sale q.b.				
<b>Fagiolini all'olio</b>				Stagionalità A-I/P
Fagiolini	75	80	90	100
Cipolla	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	3	4	5	7
Sale q.b.				
<b>Finocchi</b>				Stagionalità A-I
Finocchi lessati	70	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
<b>Patate al forno</b>				Stagionalità A-I/P/E
Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Rosmarino q.b.				
<b>Patate lesse / prezzemolate</b>				Stagionalità A-I/P
Patate	80	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Prezzemolo q.b.				
<i>Patate a cotto</i>	60	70	80	90

INGREDIENTI	GRAMMATURE (gr.)			
	Infanzia	Primaria		Secondaria di I grado
		I° Ciclo	II° Ciclo	

 <b>Purè di patate</b>				Stagionalità A-I/P/E
Patate	90	110	120	130
Latte	20	25	25	30
Parmigiano Reggiano	5	8	8	10
Burro	4	5	6	7
Sale q.b.				
<i>Purè a cotto</i>	80	95	105	115

 <b>Piselli al tegame</b>				Stagionalità A-I/P
Piselli fini/finissimi	80	90	100	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Cipolla q.b.				
Sale q.b.				

 <b>Spinaci al tegame</b>				Stagionalità A-I/P
Spinaci	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Cipolla q.b.				
Sale q.b.				

 <b>Spinaci filanti</b>				Stagionalità A-I/P
Spinaci	90	100	110	120
Burro	4	5	6	7
Parmigiano Reggiano	5	6	7	8
Olio extravergine di oliva	2	3	4	5
Sale q.b.				
Odori q.b.				

 <b>Zucchine trifolate</b>				Stagionalità P
Zucchine	75	80	90	100
Olio extravergine di oliva	5	5	5	5
Sale q.b.				
Cipolla q.b.				
Prezzemolo q.b.				

 <b>Tris di verdure cotte (tre verdure a scelta)</b>				Stagionalità P
Carote	30	30	30	40
Fagiolini	25	30	30	35
Patate	30	30	30	30
Piselli fini/finissimi	25	30	30	40
Condite con:				
Olio extravergine di oliva	4	4	5	7
Sale q.b.				

INGREDIENTI	GRAMMATURE (gr.)			
	Infanzia	Primaria		Secondaria di I grado
		I° Ciclo	II° Ciclo	

 <b>Polenta</b>	Stagionalità A-I/P			
Polenta (peso a cotto)	50	50	80	100

 <b>Frutta (a rotazione secondo la stagionalità)</b>	Stagionalità A-I/P/E			
Arancia	160	160	160	160
Banana	180	180	180	180
Mandarino	160	160	160	160
Mela	160	160	160	160
Melone	180	180	180	180
Pera	160	160	160	160
Pesca	160	160	160	160
Uva	140	140	140	140

Il peso della frutta è da intendersi indicativo. Rispetto alla grammatura citata potrà esserci una variazione di circa 20 gr.

 <b>Yogurt alla frutta</b>	Stagionalità A-I/P/E			
Yogurt intero alla frutta	125	125	125	125

INGREDIENTI	GRAMMATURE (gr.)			
	Infanzia	Primaria		Secondaria di I grado
		I° Ciclo	II° Ciclo	

**GRAMMATURE PER CONTORNI, FRUTTA, PANE E DESSERT**  
**Ricette confezionate con alimenti CONVENZIONALI**

<b>Budino al cacao o vaniglia</b>				Stagionalità A-I/P/E
budino al cacao o vaniglia	100	100	100	100

<b>Torta</b>				Stagionalità A-I/P
Torta allo yogurt	50	50	50	50
Pan cioccolato	50	50	50	50

**Stagionalità:**

A-I : Autunno - Inverno

P : Primavera

E : Estate

**Gli alimenti contenenti glutine che compongono le preparazioni presenti in questo ricettario vengono sostituiti con altri privi. Le ricette vengono confezionate, ove presente, in un ambiente dedicato, diversamente, secondo indicazione del SIAN dell'U.L.S.S. 12, vengono preparate con tempistiche diverse rispetto le normali preparazioni.**

