



Guardia di Finanza

REPARTO TECNICO LOGISTICO AMMINISTRATIVO TOSCANA

Ufficio Logistico – Sezione Commissariato e Armamento/Drappello Commissariato

✉ Via Valfonda, 17 – 50123 FIRENZE - ☎ 05527451 - 📧 0520000p@pec.gdf.it

GRAMMATURA MEDIA DEGLI INGREDIENTI DEI PRINCIPALI PIATTI, REQUISITI DEGLI ALIMENTI E STAGIONALITÀ

GRAMMATURA MEDIA DEGLI INGREDIENTI DEI PRINCIPALI PIATTI

PRIMI PIATTI

A. Pasta asciutta

Spaghetti alla carbonara

Pasta (spaghetti)	gr. 120
Pancetta	gr. 20
Uova (per 100 porzioni)	nr. 75
Olio	gr. 5
Burro	gr. 5
Formaggio parmigiano	gr. 6
Sale e pepe	Quanto basta

Pasta all'amatriciana

Spaghetti	gr. 120
Pancetta (o guanciale)	gr. 40
Pelati	gr. 70
Olio	gr. 10
Formaggio pecorino	gr. 10
Cipolla - sale, pepe	Quanto basta

Spaghetti pomodoro e basilico

Pasta	gr. 120
Pomodori pelati o freschi	gr. 60
Olio	gr. 15
Aglio - basilico - sale	Quanto basta

**Spaghetti alle vongole (o cozze) al pomodoro**

Pasta	gr. 120
Pelati	gr. 80
Vongole sgusciate e sgocciolate	gr. 15
Olio	gr. 10
Aglio - prezzemolo - pepe o peperoncino - sale	Quanto basta

Spaghetti al pesto genovese

Spaghetti	gr. 120
Foglie di basilico	gr. 5
Olio di oliva	gr. 12
Formaggio pecorino (o parmigiano)	gr. 10
Aglio, prezzemolo (facoltativo), noce sgusciata, burro, sale	Quanto basta

Spaghetti con tonno

Spaghetti	gr. 120
Tonno	gr. 15
Pelati	gr. 70
Olio	gr. 15
Aglio, prezzemolo, sale e pepe	Quanto basta

Penne all'arrabbiata

Penne	gr. 120
Pelati	gr. 60
Pancetta magra	gr. 25
Olio	gr. 15
Concentrato di pomodoro	gr. 10
Carne tritata	gr. 10
Formaggio pecorino	gr. 8
Aglio, basilico, peperoncino forte(secco), sale	Quanto basta

**Maccheroni ai 4 formaggi**

Maccheroni	gr. 120
Mozzarella	gr. 10
Hemmental	gr. 10
Formaggio olandese	gr. 10
Formaggio parmigiano	gr. 10
Burro	gr. 15
Formaggio grattugiato	gr. 5
Sale	Quanto basta

Spaghetti alle acciughe

Spaghetti	gr. 120
Filetti di acciughe	gr. 7
Olio	gr. 16
Pelati	gr. 60
Concentrato di pomodoro	gr. 10
Aglio, prezzemolo	Quanto basta

Pasta con piselli e carciofi

Pasta corta	gr. 120
Piselli	gr. 50
Carciofi (per 100 porzioni)	gr. 50
Olio	gr. 13
Burro	gr. 10
Formaggio, parmigiano, sale	Quanto basta

Spaghetti al burro

Pasta	gr. 120
Burro	gr. 25
Formaggio parmigiano	gr. 10
sale	Quanto basta

Sformato di pasta

Pasta corta	gr. 120
Besciamella	gr. 20
Uova (per 100 porzioni)	nr. 20
Aglio, prezzemolo, sale, pepe	Quanto basta

**Tortellini o ravioli alla panna**

Tortellini o ravioli	gr. 120
Panna	gr. 20
Burro	gr. 20
Formaggio parmigiano	gr. 8
sale	Quanto basta

Gnocchi al gorgonzola

Gnocchi	gr. 120
pelati	gr. 80
Gorgonzola dolce	gr. 30
Burro	gr. 10
Panna	gr. 10
Latte (per 100 porzioni)	lit. 3
Olio di oliva, parmigiano grattugiato, sale	Quanto basta

**Pasta al sugo con fegatini di
pollo**

Pasta corta	gr. 120
Pelati	gr. 50
Fegatini di pollo	gr. 15
Olio	gr. 15
Parmigiano reggiano	gr. 6
Cipolla, vino, sale, pepe	Quanto basta

Pasta al ragù

Pasta	gr. 120
Carne macinata	gr. 20
Pelati	gr. 50
Olio	gr. 10
Burro	gr. 5
Formaggio parmigiano	gr. 6
Concentrato di pomodoro	gr. 5
Cipolla	gr. 12
Carota, sedano, vino bianco, pancetta, sale, pepe	Quanto basta



Maccheroni con polpettine di carne

Ingredienti del sugo

- Carne magra di manzo gr. 60
- Prosciutto gr. 5
- Pelati gr. 60
- Concentrato di pomodoro gr. 15
- Cipolla gr. 8
- Olio, vino bianco, sale, pepe Quanto basta

Ingredienti delle polpette

- Uova (per 100 porzioni) nr. 15
- Mollica di pane gr. 6
- Farina gr. 3
- Formaggio parmigiano gr. 3
- Aglio, prezzemolo, sale, pepe Quanto basta

Ingredienti del piatto

- Maccheroni gr. 120
- Burro gr. 5
- Formaggio parmigiano gr. 2
- Origano Quanto basta

B. Minestre

Minestra di pasta e fagioli alla casalinga

- Pasta gr. 60
- Fagioli gr. 60
- Pelati gr. 20
- Olio gr. 10
- Cipolla gr. 5
- Sedano gr. 5
- Aglio,prezzemolo,basilico,sale e pepe Quanto basta

**Minestra di pasta o riso e fagioli**

Pasta o riso	gr. 60
Fagioli	gr. 60
Pelati	gr. 10
Olio	gr. 10
Cipolla	gr. 10
Sedano	gr. 5
Aglio, prezzemolo, basilico, sale, pepe	Quanto basta
Concentrato di pomodoro, pancetta	Quanto basta

Minestra di pasta e ceci

Pasta corta	gr. 50
Ceci	gr. 60
Pelati	gr. 10
Olio	gr. 12
Aglio, acciughe, rosmarino, sale, pepe	Quanto basta

Minestra di pasta e lenticchie

Pasta corta	gr. 60
Lenticchie	gr. 60
Pelati	gr. 10
Olio	gr. 6
Sedano	gr. 6
Lardo, cipolla, formaggio, parmigiano, prezzemolo, aglio, sale, pepe	Quanto basta

Minestra di pasta e piselli

Pasta corta	gr. 60
Piselli (scotolati, sgocciolati)	gr. 40
Pelati	gr. 10
Olio	gr. 10
Preparato per brodo (con estratto di carne),	gr. 10
Pancetta, cipolla, sale, pepe	Quanto basta

**Minestra di “Risi” e “Bisi”**

Riso	gr. 50
Piselli (scotolati, sgocciolati)	gr. 50
Burro	gr. 6
Formaggio parmigiano	gr. 6
Cipolla, sedano, olio, preparato per brodo (con estratto di carne), aglio, sale	Quanto basta

Minestra di pasta o riso e patate

Pasta o riso	gr. 65
Patate	gr. 80
Pelati	gr. 10
Olio	gr. 10
Cipolla	gr. 10
Sedano	gr. 10
Formaggio parmigiano, preparato per brodo (senza estratto di carne), concentrato di pomodoro, prezzemolo, sale	Quanto basta

Minestra di riso e lenticchie

Riso	gr. 50
Lenticchie	gr. 60
Pelati	gr. 10
Sedano (coste)	gr. 6
Lardo 0 guanciale, olio, cipolla, aglio, sale	Quanto basta

Pasta o riso in brodo

Pasta o riso	gr. 60
Preparato per brodo (con estratto di carne)	gr. 5
Burro	gr. 60
Formaggio parmigiano, sale	Quanto basta

Riso e zucchine in brodo

Riso	gr. 40
Zucchine	gr. 50
Preparato per brodo (con estratto di carne)	gr. 5
Formaggio, parmigiano, cipolla, prezzemolo, sale	Quanto basta
Burro	gr. 5

**Stracciatella alla romana**

Ova (per 100 porzioni)	nr. 75
Formaggio parmigiano	gr. 12
Pane grattugiato	gr. 10
Preparato per brodo (con estratto di carne)	gr. 5
Prezzemolo, sale, noce moscata	Quanto basta

Stracciatella campagnola

Spaghetti	gr. 50
Pelati	gr. 20
Olio	gr. 10
Ova (per 100 porzioni)	nr. 30
Formaggio parmigiano	gr. 6
Cipolla, basilico,sale	Quanto basta

C. Minestrone

Crema di farina gialla (polenta)

Farina di mais gialla a grana fina	gr. 50
Latte	gr. 250
Burro	gr. 20
Parmigiano grattugiato	gr. 10
Sale	Quanto basta

riso**Minestrone di verdura con pasta o**

Verdure fresche di stagione	gr. 80
Patate	gr. 30
Fagioli	gr. 15
Pelati	gr. 10
Pasta o riso	gr. 70
Olio	gr. 10
Formaggio parmigiano,olio, preparato per brodo (senza estratto di carne) ,cipolla,carota, sedano, pancetta,sale	Quanto basta

**Pasta o riso con passato di verdura**

Pasta o riso	gr. 70
Verdure fresche di stagione	gr. 80
Patate	gr. 30
Fagioli	gr. 15
Pelati	gr. 10
Formaggio parmigiano	gr. 10
olio, preparato per brodo (senza estratto di carne), cipolla, carota, sedano, pancetta, sale	Quanto basta

Zuppa paesana

Pasta corta	gr. 50
Patate	gr. 30
Pomodori maturi	gr. 20
Zucchine	gr. 20
Verze	gr. 20
Cavolfiori	gr. 20
Carote	gr. 15
Spinaci	gr. 10
Olio	gr. 15
Formaggio parmigiano, preparato per brodo (con estratto di carne), cipolla, carota, sedano, sale	Quanto basta

D. Pietanze a base di riso**Insalata di riso**

Riso	gr. 80
Giardiniera	gr. 20
Olio di oliva	gr. 15
Piselli lessati e sgocciolati	gr. 10
Prosciutto cotto	gr. 10
Tonno sott'olio	gr. 15
Wurstel	gr. 5
Peperoni	gr. 5
Capperi, prezzemolo, aceto, sale, pepe	Quanto basta

**Riso in bianco**

Riso	gr. 100
Burro	gr. 60
Formaggio parmigiano	gr. 8
Sale	Quanto basta

Riso all'uovo

Riso	gr. 100
Tuorli d'uovo (per 100 porzioni)	nr. 75
Formaggio parmigiano	gr. 8
Burro	gr. 20
Sale	Quanto basta

Riso al tonno

Riso	gr. 100
Tonno sott'olio	gr. 35
Olio d'oliva	gr. 10
Burro	gr. 15
Olive nere	gr. 10
Parmigiano grattugiato	gr. 6
Capperi, prezzemolo tritato, sale, pepe	Quanto basta

Riso "filante"

Riso	gr. 100
Mozzarella	gr. 40
Prosciutto cotto	gr. 15
Uova (per 100 porzioni)	gr. 40
Formaggio parmigiano	gr. 6
Burro	gr. 6
noce moscata, sale, pepe	Quanto basta

**Risotto al sugo alla bolognese**

Ingredienti del sugo alla bolognese

- carne tritata gr. 30
- pelati gr. 30
- concentrato di pomodoro gr. 15
- olio gr. 10
- carote gr. 5
- cipolle, sedano, sale Quanto basta

Ingredienti del piatto

- riso gr. 100
- olio gr. 5
- formaggio parmigiano gr. 6
- preparato per brodo (con estratto di carne) gr. 5
- Cipolla, sale Quanto basta

Risotto alla marinara

- Riso gr. 100
- Frutti di mare puliti gr. 25
- Olio gr. 15
- Cipolla gr. 6
- Burro gr. 5
- Vino bianco - secco cl. 5
- Prezzemolo, sale e pepe Quanto basta

Risotto alla milanese

- Riso gr. 120
- Burro gr. 10
- Cipolla gr. 15
- Formaggio parmigiano gr. 6
- Preparato per brodo (con estratto di carne) gr.5
- Zafferano (per 100 porzioni) nr. 15 bustine
- Olio gr. 5
- Prezzemolo, sale, pepe Quanto basta

**Risotto con funghi porcini**

Riso	gr. 100
Olio o burro	gr. 20
Funghi porcini secchi	gr. 20
Formaggio parmigiano	gr. 8
Cipolla, prep. per brodo (con estratto di carne),prezzemolo, sale	Quanto basta

SECONDI PIATTI**A. Carni bovine****Bistecche alla svizzera**

Carne	gr. 100
mollica di pane	gr. 30
latte (per 100 porzioni)	lt. 2
burro	gr. 8
farina	gr. 5
prezzemolo, sale	quanto basta

Carne alla pizzaiola

carne	gr. 150
pelati	gr. 30
olio d'oliva	gr. 20
aglio, prezzemolo, origano	quanto basta

Carne alla salsa verde

carne	gr. 160
patate lessate	gr. 20
olio d'oliva	gr. 20
aceto (per 100 porzioni)	lt. 1
giardiniera sgocciolata	gr. 10
capperi, prezzemolo, pasta (o filetti di acciughe), aglio, sale	Quanto basta

**Carne brasata**

carne disossata	gr. 150
olio di semi	gr. 10
cipolla	gr. 10
carota	gr. 8
farina	gr. 8
pancetta	gr. 5
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 2
preparato per brodo (con estratto di carne), coste di sedano, sale, pepe	quanto basta

Carne in umido (o al ragù)

carne disossata	gr. 160
pelati	gr. 20
olio di semi (o burro)	gr. 8
cipolla	gr. 8
carota	gr. 5
vino bianco secco (per 100 porzioni)	lt. 1
sedano, lardo, concentrato di pomodoro, aglio, prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Cotoletta alla milanese

carne disossata	gr. 130
olio di semi	gr. 25
pane grattugiato	gr. 25
uova (per 100 porzioni)	n. 30
farina	gr. 10
sale	Quanto basta

Fettine ai ferri

carne	gr. 150
olio, succo di limone, sale, pepe	quanto basta

Involtini di carne al pomodoro

carne	gr. 130
pelati	gr. 20
prosciutto cotto	gr. 15
accughe	gr. 5
olio	gr. 10
lardo	gr. 5
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 1
cipolla, prezzemolo, sale	quanto basta

**Polpette di carne al sugo**

carne	gr. 100
pelati	gr. 25
olio di semi	gr. 15
pane grattugiato	gr. 10
mollica di pane	gr. 10
formaggio parmigiano	gr. 5
uova (per 100 porzioni)	n. 30/40
concentrato di pomodoro, aglio, cipolla, prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Polpettone al forno

carne	gr. 90
olio di semi	gr. 10
mozzarella	gr. 10
uova (per 100 porzioni)	n. 30
mollica di pane	gr. 8
burro, aglio, prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Roast beef

carne	gr. 160
olio di semi	gr. 8
cipolla	gr. 3
sedano, sale, pepe	quanto basta

Rollè di vitello

petto di vitello in pezzi	gr. 150
olio di semi	gr. 8
pancetta	gr. 5
cipolla	gr. 5
sedano,carote,prezzemolo, concentrato di pomodoro,sale,pepe	quanto basta

Saltimbocca alla romana

Carne	gr. 140
olio di semi	gr. 10
farina	gr. 10
prosciutto crudo	gr. 10
vino (per 100 porzioni)	lt. 1
salvia, sale, pepe	quanto basta

**Scaloppine al latte**

carne	gr. 150
olio	gr. 15
farina	gr. 10
cipolla	gr. 20
latte (per 100 porzioni)	lt. 3
formaggio parmigiano	gr. 5
sale, pepe	quanto basta

Scaloppine al marsala

carne	gr. 150
olio di semi	gr. 15
farina	gr. 10
marsala (per 100 porzioni)	lt. 1
sale, pepe	quanto basta

Spezzatino di carne alla cacciatora

carne a pezzi	gr. 150
olio	gr. 8
aceto (per 100 porzioni)	lt. 0,5
vino (per 100 porzioni)	lt. 0,5
crema di acciughe	gr. 5
rosmarino, salvia, sale	quanto basta

Spezzatino con patate

carne a pezzi	gr. 130
patate	gr. 100
pelati	gr. 35
cipolla	gr. 8
olio di semi	gr. 4
lardo	gr. 5
vino bianco secco (per 100 porzioni)	lt. 1
aglio, sedano, sale, pepe	quanto basta

Spezzatino con piselli

carne a pezzi	gr. 150
piselli	gr. 50
farina	gr. 10
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 1
cipolla	gr. 4
sale, pepe	quanto basta

**B. Carni suine****Arista di maiale al forno**

arista di maiale disossata	gr. 150
olio di semi	gr. 5
aglio, sale	Quanto basta

Cotolette di maiale fritte

carne di maiale con osso	gr. 200
olio di semi	gr. 20
aglio, sale	quanto basta

Cotolette di maiale impanate

cotoletta di maiale con osso	gr. 200
olio di semi	gr. 20
burro	gr. 5
uova (per 100 porzioni)	n. 20
pane grattugiato, sale	quanto basta

Lombatina di maiale al pomodoro

lombatina di maiale	gr. 150
olio	gr. 20
concentrato di pomodoro	gr. 12
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 2
sale, pepe	quanto basta

Salsicce di maiale al forno

salsicce	gr. 160
olio di semi	gr. 10
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 0,5
aglio, rosmarino, sale	quanto basta

Salsicce di maiale con fagioli

salsicce	gr. 160
fagioli	gr. 100
olio	gr. 5
concentrato di pomodoro	gr. 15
cipolla, sedano, sale, pepe	quanto basta

Salsicce di maiale con patate

salsicce	gr. 160
patate	gr. 100
sale	quanto basta

Salsicce di maiale in umido

salsicce	gr. 160
concentrato di pomodoro	gr. 15
olio	gr. 5
sedano, cipolla, aglio, sale, pepe	quanto basta

**C. Prodotti ittici****Baccalà al forno**

baccalà bagnato	gr. 200
patate	gr. 100
pelati	gr. 20
olio	gr. 15
cipolla	gr. 3
prezzemolo, sale	quanto basta

Baccalà alla napoletana

baccalà bagnato	gr. 200
Pomodori pelati	gr. 40
olive nere	gr. 30
olio di semi	gr. 17
farina	gr. 10
concentrato di pomodoro	gr. 5
aglio, origano, capperi, prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Baccalà fritto dorato

baccalà bagnato	gr. 200
farina	gr. 20
olio	gr. 20
sale, pepe	quanto basta

Baccalà in umido con patate

baccalà bagnato	gr. 200
patate	gr. 80
pelati	gr. 40
cipolla	gr. 5
concentrato di pomodoro	gr. 5
prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Calamari in umido con piselli

calamari	gr. 200
piselli sgocciolati	gr. 70
pelati	gr. 40
olio di semi	gr. 10
vino (per 100 porzioni)	lt. 0,5
prezzemolo, aglio, sale, pepe	quanto basta

**Pesce al forno**

pesce di grossa taglia (tipo cernia o branzino, dentice o merluzzo o orata o sarago o cefalo o palombo)	gr. 200
olio	gr. 10
limone	gr. 30
prezzemolo, aglio, sale	quanto basta

Pesce fritto

pesce di piccola e media taglia (tipo sardine o alici o calamari o triglie piccole o sogliole o gamberi ecc.)	gr. 200
olio di semi	gr. 20
farina	gr. 20
limone	gr. 25
prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Pesce alla mugnaia

pesce di grossa taglia (tipo sogliole o cefalo o palombo o branzino o trote)	gr. 200
olio di semi	gr. 20
farina	gr. 15
limone	gr. 25
prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Pesce bianco

pesce di grossa taglia (tipo naselli o cefali o dentice o spigole o merluzzo o branzino o trote ecc.)	gr. 200
olio extravergine d'oliva	gr. 15
limone	gr. 25
carote, sedano, cipolla, prezzemolo, sale	quanto basta

D. Carni di pollo, tacchino, coniglio, frattaglie**Pollo alla diavola**

Pollo (1/4)	gr. 350
olio di semi	gr. 10
sale, pepe	quanto basta

**Pollo al forno**

Pollo (1/4)	gr. 350
olio di semi	gr. 12
lardo	gr. 5
vino bianco (per 100 porzione)	lt. 0,5
rosmarino, sale, pepe	quanto basta

Pollo alla romana

Pollo (1/4)	gr. 350
pelati	gr. 30
peperoni	gr. 50
olio di semi	gr. 15
aglio, vino bianco secco sale, pepe	quanto basta

Supreme di pollo

petti (o filetti di pollo)	gr. 170
farina	gr. 10
uova (per 100 porzioni)	n. 60
olio di semi	gr. 20
sale	quanto basta

Coniglio con olive

coniglio	gr. 200
olive nere	gr. 10
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 1
farina	gr. 8
cipolla	gr. 8
rosmarino, sale, pepe	quanto basta

Coniglio al sugo

coniglio	gr. 200
pelati	gr. 35
cipolla	gr. 5
olio di semi	gr. 8
vini bianco secco (per 100 porzioni)	lt. 0,5
sedano, carota, sale, pepe	quanto basta

Fegato di vitello alla veneziana

fegato di vitello	gr. 160
cipolla	gr. 50
olio di semi	gr. 18
sale, pepe	quanto basta

**Trippa al sugo**

trippa	gr. 160
pelati	gr. 30
olio	gr. 10
concentrato di pomodoro	gr. 5
formaggio parmigiano	gr. 5
cipolla	gr. 5
vino bianco (per 100 porzioni)	lt. 1
sedano, carota, sale, peperoncino	quanto basta

E. Piatti vari**Frittata al prosciutto**

uova	n. 2
prosciutto cotto	gr. 7
olio	gr. 10
prezzemolo, sale, pepe	quanto basta

Mozzarella in carrozza

Mozzarella o fiordi latte	gr. 100
Fette di pane in cassetta	nr. 4
Latte (per 100 porzioni)	lt. 2
Farina	gr. 10
Olio di semi	gr. 30
Uova (per 100 porzioni)	nr. 50
Sale, pepe	Quanto basta

Wurstel con patate

Wurstel (da gr. 30 cadauno)	nr. 3
Patate	gr. 100
Olio di semi	gr. 10
Aglio, sale	Quanto basta

F. Piatti freddi**Caprese**

Mozzarella fresca	gr. 120
Pomodori freschi	gr. 60
Olio, sale, pepe	Quanto basta

**Formaggio da tavola ed affettato misto**

Formaggio da tavola (provolone o fontina o taleggio o bel paese)	gr. 80
Affettato misto (mortadella, prosciutto cotto, pancetta, capocollo, lonza di maiale, etc.)	gr. 60

Formaggio freschi ed affettati misti

Formaggio fresco o stracchino	gr. 120
Affettati vari	gr. 40

Mozzarella uova e acciughe

Mozzarella fresca	gr. 100
Uova sode	nr. 1
filetti di acciughe	gr. 30

Tonno con fagioli e cipolla

Tonno sott'olio	gr. 100
Cipolla	gr. 20
Fagioli	gr. 10
Olio	gr. 4
Aceto, prezzemolo, sale, pepe	Quanto basta

Uova e salumi

Uova sode	nr. 1
Salumi affettati (salame milano, salame, napoletano, salamini alla cacciatora)	gr. 60
Olive nere	gr. 50

CONTORNI**Carciofi fritti dorati**

Carciofi	nr. 1
Uova (per 100 porzioni)	nr. 18
Olio di semi	gr. 25
Farina	gr. 25
Limone, sale	Quanto basta

**Carciofi ripieni**

Carciofi di media grandezza	nr.1
Pane grattugiato	gr 15
Olio	gr. 8
Formaggio parmigiano grattugiato	gr. 5
Aglione, prezzemolo, sale, pepe	Quanto basta

Carote alla parmigiana

Carote	gr. 150
Burro	gr. 15
Formaggio parmigiano grattugiato	gr. 13
Sale	Quanto basta

Cavolfiori all'insalata

Cavolfiori	gr. 130
Olio	gr. 15
Aceto (per 100 porzioni)	lt. 0,5
Sale, pepe	Quanto basta

Cavolfiori fritti

Cavolfiori	gr. 120
Olio di semi	gr. 35
Farina	gr. 25
Uova (per 100 porzioni)	nr. 10
Latte (per 100 porzioni)	lt. 0,5
Sale	Quanto basta

Cavolfiori gratinati

Preparazione besciamella

• latte (per 100 persone)	lt. 3
• burro	gr. 3
• farina	gr. 3
• sale	Quanto basta

Preparazione piatto

• formaggio parmigiano	gr.8
• Cavolfiori	gr. 130
• burro, sale	Quanto basta

**Crocchette di patate**

Patate	gr. 150
Formaggio parmigiano	gr. 5
Uova (per 100 porzioni)	nr. 16
Farina	gr. 25
Olio di semi	gr. 35
Pane grattugiato, sale	Quanto basta

Fagioli alla cipolla

Fagioli	gr. 150
Cipolla	gr. 30
Olio di semi	gr. 5
Prezzemolo, sale, pepe	Quanto basta

Fagioli alla provenzale

Fagioli	gr. 120
Cipolla	gr. 7
Carota	gr. 7
Sedano	gr. 5
Olio	gr. 4
Sale, pepe	Quanto basta

Fagioli all'uccelletto

Fagioli	gr. 120
Pomodori pelati o freschi	gr. 30
Olio	gr. 10
Aglio, salvia, sale, pepe	Quanto basta

Fagiolini all'agro

Fagiolini	gr. 120
Olio	gr. 12
Aceto	gr. 5
Aglio, menta o basilico, sale pepe	Quanto basta

Fagiolini stufati

Fagiolini	gr. 120
Concentrato di pomodoro	gr. 20
Olio	gr. 7
Cipolla	gr. 4
Preparato per brodo (senza estratto di carne), aglio, sale, pepe	Quanto basta

**Finocchi alla parmigiana**

Finocchi	gr. 150
Burro	gr. 15
Formaggio parmigiano	gr. 10
Olio	gr. 5
Sale	Quanto basta

Finocchi in insalata

Finocchi	gr. 150
Olio	gr. 15
Aceto,sale, pepe	Quanto basta

Insalata di pomodori

Pomodori	gr. 150
Olio	gr. 18
Aglio, basilico, origano, sale ,pepe	Quanto basta

Insalata di patate e olive

Patate	gr. 100
Olive nere	gr. 15
Olio	gr. 13
capperi	gr. 2
Acciughe	gr. 2
Aceto, aglio, prezzemolo, sale	Quanto basta

Insalata mista

Pomodori	gr. 70
Cetrioli	gr. 20
Sedano	gr. 20
Cipolla	gr. 10
Olive nere	gr. 15
Olio	gr. 10
Origano, sale	Quanto basta

Insalata tricolore

Patate	gr. 50
Pomodori	gr. 50
Fagiolini	gr. 50
Olio	gr. 15
Aceto, sale, pepe	Quanto basta

**Insalata russa**

Cavolfiori	gr. 30
Patate	gr. 40
Fagiolini	gr. 20
Piselli	gr. 20
Barbabietole	gr. 10
Carote gialle	gr. 15
Cetriolini sott'aceto	gr. 5
Capperi	gr. 3
Uova sode (per 100 porzioni)	nr. 20
Sale	Quanto basta
Olio	gr. 15
Preparazione maionese	
• Olio	gr. 20
• uova (tuorli per 100 porzioni)	nr. 20
• limone, sale	Quanto basta

Insalata verde

Verdure e insalata	gr. 150
olio	gr. 15
Aceto, sale, pepe	Quanto basta

Lenticchie in umido

Lenticchie	gr. 70
Pomodori freschi o pelati	gr. 30
Carote	gr. 15
Sedano	gr. 6
Pancetta	gr. 5
Olio	gr. 4
Burro	gr. 3
Cipolla	gr.2
Salvia, sale	Quanto basta

Melanzane dorate alla milanese

Melanzane	gr. 150
Farina	gr. 50
Uova (per 100 porzioni)	n. 10
Burro	gr. 40
Sale	Quanto basta

Melanzane al funghetto

Melanzane	gr. 150
Concentrato di pomodoro	gr. 50
Olio	gr. 50
Aglio, origano, prezzemolo	Quanto basta

**Melanzane fritte con pastella**

Melanzane	gr. 150
Olio di semi	gr. 35
Sale	Quanto basta
Preparazione pastella	
• Farina	gr. 15
• latte (per 100 porzioni)	lit. 0,5
• Uova (per 100 porzioni)	nr. 10

Melanzane in timballo alla napoletana

Melanzane	gr. 150
Concentrato di pomodoro	gr. 40
Olio di semi	gr. 35
Mozzarella	gr. 15
Formaggio parmigiano	gr. 15
Burro	gr. 5
Basilico, sale	Quanto basta

Melanzane panate

Melanzane	gr. 150
Pane grattugiato	gr. 25
Farina	gr. 20
Olio di semi	gr. 35
Uova (per 100 porzioni)	nr. 10
Sale	Quanto basta

Patate al forno

Patate	gr. 170
Olio	gr. 20
Vino bianco (per 100 porzioni)	lit. 0,5
Rosmarino, sale	Quanto basta

Patate alla carrettiera

Patate	gr. 150
Concentrato di pomodoro	gr. 15
Olio	gr. 6
Capperi	gr. 3
Acciughe	gr. 4
Prezzemolo	Quanto basta

Patate alla parigina

Patate	gr. 150
Formaggio parmigiano	gr. 60
Burro	gr. 50
Latte (per 100 porzioni)	lit. 4
Sale	Quanto basta

**Patate alla pizzaiola**

Patate	gr. 120
Pomodori freschi o pelati	gr. 40
olio	gr. 15
Aglio, origano, sale, pepe	Quanto basta

Patate all'insalata

Patate	gr. 120
Olio	gr. 15
Aceto, prezzemolo	Quanto basta

Patate fritte

Patate	gr. 150
Olio di semi	gr. 25
Sale	Quanto basta

Patate in umido

Patate	gr. 120
Olio	gr. 17
Concentrato di pomodoro	gr. 15
Preparato per brodo (senza estratto di carne), sale, pepe	Quanto basta

Peperoni alla siciliana

Peperoni	gr. 150
Cipolla	gr. 30
Olio	gr. 20
Aglio, sale	Quanto basta

Peperonata

Peperoni	gr. 130
Olio	fr. 15
Cipolla	gr. 20
Pomodori pelati	gr. 20
Concentrato di pomodoro	gr. 5
aglio, sale	Quanto basta

Piselli al prosciutto

Piselli (freschi o conservati)	gr. 100
Cipolla	gr. 15
Prosciutto cotto	gr. 10
Burro	gr. 10
Preparato per brodo, sale, pepe	Quanto basta

**Piselli alla bolognese**

Piselli	gr. 100
Concentrato di pomodoro	gr. 20
Burro	gr..8
Pancetta	gr. 5
Cipolla	gr. 3
Sale, pepe	Quanto basta

Pomodori al tonno

Pomodori freschi	gr. 130
Tonno sott'olio	gr. 25
Uova sode (per 100 porzioni)	nr. 15
Maionese	gr. 5
Capperi, sale	Quanto basta

Pomodori gratinati

Pomodori	gr. 150
Pane grattugiato	gr. 15
Olio	gr. 15
Burro	gr. 5
Sale	Quanto basta

Pomodori ripieni

Pomodori	gr. 150
Carne macinata	gr. 30
Uova (per 100 porzioni)	nr. 10
Olio	gr. 13
Formaggio parmigiano	gr. 5
Burro	gr.4
Sale, capperi	Quanto, basta

Purè di patate

Patate	gr. 150
Latte (per 100 persone)	lit. 3
Burro	gr. 8
Formaggio parmigiano	gr. 4
Noce moscata, sale	Quanto basta

Spinaci all'olio

Spinaci	gr. 200
Olio	gr. 12
Aglio, sale, pepe	Quanto basta

**Spinaci al burro**

Spinaci	gr. 200
Burro	gr. 20
Formaggio parmigiano	gr. 10
Sale	Quanto basta

Timballo di patate

Patate	gr. 150
Uova (per 100 persone)	gr. 10
Burro	gr. 15
Formaggio parmigiano	gr. 6
Noce, moscata, sale, pepe	Quanto basta

Verdure all'agro

Verdure (broccoletti, bietole, cavoli, cavolfiori, etc.)	gr. 250
Limone	gr. 20
Olio	gr. 15
Aglio, sale	Quanto basta

Zucchine al burro

Zucchine	gr. 150
Burro	gr. 15
Rosmarino, sale, pepe	Quanto basta

Zucchine alla parmigiana

Zucchine	gr. 150
Formaggio parmigiano	gr. 5
Burro	gr. 6
Sale	Quanto basta

Zucchine fritte

Zucchine	gr. 150
Olio di semi	gr. 30
Sale	Quanto basta

Zucchine ripiene

Zucchine	gr. 150
Carne tritata	gr. 15
Uova (per 100 persone)	nr. 10
Olio	gr. 5
Burro	gr. 5
Formaggio parmigiano	gr. 2,5
Prezzemolo, noce moscata, vino bianco, sale, pepe	Quanto basta



FRUTTA

Frutta fresca di stagione (prima scelta) gr. 130/150

oppure

Macedonia (prodotto sgocciolato) gr. 100

PANE

Rosette o pane affettato gr. 120

BEVANDE

Nel menù a prezzo fisso deve essere somministrata una delle seguenti bevande per pasto: acqua oligominerale naturale/gassata o, a richiesta del singolo utente, una bibita tipo cola, aranciata, etc., distribuite mediante appositi impianti post-mix “*alla spina*”, conformi alla specifica normativa igienico-sanitaria ovvero fornite in apposite confezioni (cl. 50), comunque in materiale biodegradabile e compostabile.

REQUISITI DEGLI ALIMENTI

I pasti somministrati devono essere composti da una o più porzioni tra frutta, contorno, primo e secondo piatto costituiti interamente da alimenti biologici o altrimenti qualificati (SQNPI, DOP etc.) e, quando previsti, da piatti unici costituiti da uno o più degli ingredienti principali biologici (o altrimenti qualificati), in modo tale che, per ciascuna delle categorie di alimenti sotto elencate sia garantita, su base trimestrale, la somministrazione di alimenti con i seguenti requisiti:

- frutta, ortaggi, legumi, cereali: biologici per almeno il 20% in peso. L'ortofrutta, per un ulteriore 10% in peso, se non biologica, deve essere certificata nell'ambito del Sistema di Qualità Nazionale di Produzione Integrata o equivalenti. L'ortofrutta non deve essere di quinta gamma e deve essere di stagione secondo il calendario di stagionalità emanato dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali ai sensi dell'art. 2 del decreto ministeriale 18 dicembre 2017 recante «Criteri e requisiti delle mense scolastiche biologiche» o, nelle more della relativa adozione, secondo il calendario di cui all'allegato A, oppure secondo i calendari regionali. Sono ammessi i piselli, i fagiolini, gli spinaci e la bietta surgelati e la frutta non stagionale nel mese di maggio;
- uova (incluse quelle pastorizzate liquide o con guscio): biologiche. Non è ammesso l'uso di altri ovoprodotti;
- carne: la carne bovina e avicola deve essere biologica per almeno il 20% in peso. Un'ulteriore 10% in peso di carne bovina deve essere, se non biologica, certificata nell'ambito del Sistema di qualità nazionale zootecnia o nell'ambito dei sistemi di qualità regionali riconosciuti (quali QV o equivalenti), o etichettata in conformità a disciplinari di etichettatura facoltativa approvati dal Ministero delle politiche agricole, alimentari e forestali almeno con le informazioni facoltative «benessere animale in allevamento» e «alimentazione priva di additivi antibiotici», o a marchio DOP o IGP o «prodotto di montagna». La restante carne avicola somministrata dovrà essere etichettata in conformità a disciplinari di etichettatura facoltativa approvati dal Ministero delle politiche



agricole, alimentari e forestali ai sensi del decreto ministeriale 29 luglio 2004 recante «Modalità per l'applicazione di un sistema volontario di etichettatura delle carni di pollame» per almeno le seguenti informazioni volontarie: «allevamento senza antibiotici» e allevamento «rurale in libertà» (free range) o «rurali all'aperto». La carne suina per almeno il 5% in peso deve essere biologica oppure in possesso di una certificazione volontaria di prodotto rilasciata da un organismo di valutazione della conformità competente, relativa ai requisiti «benessere animale in allevamento, trasporto e macellazione» e «allevamento senza antibiotici». Il requisito senza antibiotici può essere garantito per tutta la vita dell'animale o almeno per gli ultimi quattro mesi;

- non è consentita la somministrazione di «carne ricomposta», né prefritta, preimpanata, o che abbia subito analoghe lavorazioni da imprese diverse dall'aggiudicatario;
- prodotti ittici (pesce, molluschi cefalopodi, crostacei): i prodotti ittici somministrati, sia freschi che surgelati o conservati, devono essere di origine FAO 37 o FAO 27, rispettare la taglia minima di cui all'All. 3 del regolamento (CE) n. 1967/2006 e non appartenere alle specie e agli stock classificati «in pericolo critico», «in pericolo», «vulnerabile» e «quasi minacciata» dall'Unione Internazionale per la conservazione della Natura (<http://www.iucnredlist.org/search> oppure <http://www.iucn.it/categorie.php>) Le specie di prodotti ittici da pesca in mare ammesse sono, ad esempio: le muggini (cefalo, Mugil spp.), le sarde (*Sardina pilchardus*), il sigano (*Siganus rivulatus*, *Siganus luridus*), il sugaro (*Trachurus mediterraneus*), la palamita (*Sarda sarda*), la spatola (*Lepidopus caudatus*), la platessa (*Pleuronectes platessa*), il merluzzo carbonaro (*Pollachius virens*), la mormora (*Lithognathus mormyrus*), il tonno alletterato (*Euthynnus alletteratus*), il rombarello o biso (*Auxis thazard thazara*), il pesce serra (*Pomatomus saltatrix*), il cicereello (*Gymnammodytes cicereus*), i totani (*Todarodes sagittatus*), oppure quelle indicate negli elenchi di cui al corrispondente criterio premiante. Sono conformi i prodotti ittici certificati nell'ambito di uno schema sulla pesca sostenibile basato su un'organizzazione multistakeholder ampiamente rappresentativa, che garantisca che il prodotto appartenga a stock ittici il cui tasso di sfruttamento presenti mortalità inferiore o uguale a quella corrispondente al massimo rendimento sostenibile e sia pescato in conformità alla normativa settoriale quale il Marine Stewardship Council, il Friend of the Sea o equivalenti. Sono parimenti ammessi anche prodotti ittici non certificati;
- se somministrato pesce di allevamento, sia di acqua dolce che marina, almeno una volta ogni dodici mesi deve essere somministrato pesce biologico o certificato nell'ambito del Sistema di qualità nazionale zootecnia o pesce da «allevamento in valle»;
- come pesci di acqua dolce sono ammessi la trota (*Oncorhynchus mykiss*) e il coregone (*Coregonus lavaretus*) e le specie autoctone pescate nell'Unione Europea;
- non è consentita la somministrazione di «pesce ricomposto» né prefritto, preimpanato, o che abbia subito analoghe lavorazioni da imprese diverse dall'aggiudicatario;
- salumi e formaggi: almeno il 30% in peso deve essere biologico o, se non disponibile, a marchio di qualità DOP o IGP o «di montagna» in conformità al regolamento (UE) n. 1151/2012 e al regolamento (UE) n. 665/2014. I salumi somministrati devono essere privi di polifosfati e di glutammato monosodico (sigla E621);
- pane: alternare la somministrazione di pane preparato con diverse tipologie di farine e «ricette» (farine di grano 0, 1, 2, integrali; di grano duro, con cereali misti, farro, segale etc.);
- olio: come grasso vegetale per condimenti e cottura deve essere usato l'olio extravergine di oliva. Per almeno il 40% in capacità l'olio extravergine di oliva utilizzato deve essere



biologico. L'olio di girasole è ammesso per eventuali frittiture; altri oli vegetali possono essere usati nelle frittiture solo se idonei a detto uso alimentare ed in possesso di certificazioni riconosciute dalla Commissione europea che ne garantiscano la sostenibilità ambientale, inclusa l'origine non da terreni ad alta biodiversità e ad elevate scorte di carbonio, così come definiti dall'art. 29, della direttiva (UE) n. 2018/2001;

- pelati, polpa e passata di pomodoro: almeno il 33% in peso biologico;
- yogurt: biologico;
- prodotti esotici (ananas, banane, cacao, cioccolata, caffè, zucchero di canna grezzo o integrale): biologici e/o provenire da commercio equo e solidale così come risulta nell'ambito di uno schema di certificazione riconosciuto o di una multistakeholder iniziative quale il Fairtrade Labelling Organizations FLO-cert, il World Fair Trade Organizations - WFTO ed - foglio 5 - equivalenti, nei limiti in cui tali etichette o iniziative garantiscono il rispetto di tale requisito;
- acqua e bevande: acqua oligominerale naturale/gassata o, a richiesta del singolo utente, una bibita tipo cola, aranciata, etc., distribuite mediante appositi impianti post-mix "*alla spina*", conformi alla specifica normativa igienico-sanitaria. Solo in caso di temporanea indisponibilità dei prefati impianti di spillatura delle bevande in questione, le stesse potranno essere fornite in apposite confezioni (cl. 50), comunque in materiale biodegradabile e compostabile.

CALENDARIO DI STAGIONALITÀ

Gennaio Frutta: arance, bergamotto, kiwi, limoni, mandarancio, mandarino, mele, pere, pinoli, pompelmi. Verdura: broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cime di rapa (broccoletti), finocchi, funghi, indivia, patate, radicchio, sedano, scarola, topinambur, zucca.

Febbraio Frutta: arance, bergamotto, kiwi, limoni, mandarancio, mandarino, mele, pere, pinoli, pompelmi. Verdura: broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rapa (broccoletti), cipolle, finocchi, indivia, olive grandi da mensa, patate, radicchio, scarola, sedano, spinaci, zucca.

Marzo Frutta: arance, fragole, kiwi, limoni, mele, pere, pompelmi. Verdura: aglio orsino, asparagi, agretti, broccoli, carciofi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rapa (broccoletti), cipolle, cipollotu, crescione, fagiolini, finocchi, indivia, lattuga, patate novelle, radicchio, ravanelli, rucola, scatola, sedano, spinaci.

Aprile Frutta: arance, fragole, kiwi, limoni, mele, pere. Verdura: aglio fresco, aglio orsino, agretti, asparagi, broccoli, carciofi, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, cipollotti, crescione, fagiolini, finocchi, indivia, insalate, lattuga, lattuga batavia, lollo, olive grandi da mensa, patate novelle, piselli, radicchio, ravanelli, rucola, scatola, sedano, spinaci, tarassaco.

Maggio Frutta: amarene, ciliege, fragole, lampone, nespole. Verdura: aglio fresco, agretti, asparagi, bieta, borragine, broccoli, carciofi, cavolfiore, cavolo romanesco, cicorie, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, cipollotti, crescione, fagiolini, fave, finocchi, indivia, insalate, lattuga, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, melanzane, olive grandi da mensa, ortica, patate novelle, piselli, ravanelli, rucola, scarola, tarassaco.



Giugno Frutta: albicocche, amarene, anguria, ciliege, fragole, lampone, mirtillo, mandorle, melone, nespole, nocciole, pesche, prugne, ribes, susine. Verdura: aglio fresco, agretti, asparagi, basilico, bieta, borragine, broccoli, carciofi, cetrioli, cavolo romanesco, cetrioli, cicorie, cipolle, crescione, fagioli, fagiolini, fave, finocchi, fiori di zucca, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, malva, melanzane, olive grandi da mensa, ortica, peperoni, piselli, pomodori, ravanelli, rucola, scatola, taccole, tarassaco, zucchine.

Luglio Frutta: albicocche, anguria, ciliege, cipolle, corbezzoli, fichi, fragole, lampone, mirtillo, mora, mandorle, melone, nocciole, pere, pesche, prugne, ribes, susine, uva spina. Verdura: aglio fresco, basilico, bieta, cetrioli, cavolfiore, cavolo romanesco, cicorie, cipolle, crescione, fagioli, fagiolini, fiori di zucca, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, mais, malva, melanzane, olive grandi da mensa, ortica, peperoni, pomodori, porri, ravanelli, romanesco, rucola, scarola, taccole, tarassaco, zucca, zucchine.

Agosto Frutta: albicocche, anguria, corbezzoli, fichi, fichi d'india, lampone, mele, mirtillo, mandorle, melone, more, pere, pesche, prugne, ribes, susine, uva, uva spina. Verdura: bieta, cavolo romanesco, cetrioli, cipolle, fagioli, fagiolini, fiori di zucca, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lenticchie, lollo, mais, malva, melanzane, peperoni, pomodori, porri, ravanelli, rucola, scarola, spinaci, taccole, tarassaco, zucca, zucchine.

Settembre Frutta: anguria, corbezzoli, fichi, fichi d'india, lampone, limone, mele, melograno, melone, more, pere, pesche, prugne, susine, uva, uva spina. Verdura: bieta, broccoli, carote, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cetrioli, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, fagioli, fagiolini, finocchi, fiori di zucca, funghi, indivia, insalate, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, mais, malva, melanzane, olive grandi da mensa, pastinaca, peperoni, pomodori, porri, scarola, sedano, spinaci, tarassaco, topinambur, zucca, zucchine.

Ottobre Frutta: bergamotto, cachi, castagne, cedro, fichi d'india, kiwi, limone, mele, melograno, noci, pere, uva. Verdura: bieta, broccoli, carote, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cicoria catalogna (puntarelle), cipolle, fagioli, fagiolini, finocchi, funghi, indivia, lattuga batavia, lattuga romana, lollo, mais, olive grandi da mensa, pastinaca, patate, peperoni, porri, radicchio, scarola, sedano, spinaci, tarassaco, topinambur, zucca.

Novembre Frutta: arance, bergamotto, cachi, castagne, cedro, kiwi, limone, mandarini, mele, melograno, noci, pinoli. Verdura: bieta, broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo nero, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rapa (broccoletti), cipolle, finocchi, funghi, indivia, lattuga batavia, lollo, olive grandi da mensa, pastinaca, patate, porri, radicchio, scatola, sedano, topinambur, zucca.

Dicembre Frutta: arance, bergamotto, castagne, cedro, limone, mandarini, mele, noci, pinoli, pompelmi. Verdura: broccoli, cardi, carote, cavolfiore, cavolo cappuccio, cavolo verza, cavolo romanesco, cicoria catalogna (puntarelle), cime di rapa (broccoletti), cipolle, finocchi, funghi, indivia, olive grandi da mensa, patate, radicchio, scuola, sedano, topinambur, zucca.

Nota: alcuni prodotti possono trovarsi tutto l'anno (o quasi), perché adatti alla conservazione naturale dopo la raccolta, quali l'aglio, le cipolle, le arance, le mele e le pere, i fagioli e tutti i legumi, le patate.