

Ricettario con allergeni multi-utenza**Codice:** GEPRM00025006**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Risotto allo zafferano****Categoria:** Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
RISO, PARBOILED	g	90,000	60,000	55,000	80,000	55,000	90,000
CIPOLLE, FR	g	10,000	9,000	8,000	10,000	8,000	10,000
CAROTE, FR	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
SEDANO, FR	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
BURRO, FR	g	8,000	5,000	4,000	7,000	4,000	8,000
ZAFFERANO	g	0,050	0,030	0,030	0,040	0,030	0,050
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
Kcal:		393,342	261,186	236,485	348,044	236,485	393,342
Kjoule:		1.646,530	1.093,324	989,926	1.456,912	989,926	1.646,530

ALLERGENI

Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00025007
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Minestra di verdura con orzo**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
ORZO, PERLATO	g	35,000	25,000	20,000	30,000	20,000	35,000
PATATE, CUBETTI/TOCCHETTI NAT. GELO	g	50,000	30,000	20,000	40,000	20,000	50,000
BIETOLE/ERBETTE, FR	g	30,000	15,000	10,000	20,000	10,000	30,000
CAROTE, FR	g	25,000	15,000	10,000	20,000	10,000	25,000
ZUCCA, FR	g	50,000	20,000	20,000	30,000	20,000	50,000
CIPOLLE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
SEDANO, FR	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
FORMAGGIO, GRANA PADANO GRATT.	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
OLIO, EVO	g	5,000	4,000	2,000	4,000	2,000	5,000
FAGIOLINI, FINI/FINISSIMI GELO	g	50,000	30,000	30,000	40,000	30,000	50,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,286	3,000	2,000	4,000
Kcal:		250,986	170,096	125,001	204,803	125,001	250,986
Kjoule:		1.050,628	712,021	523,254	857,306	523,254	1.050,628

ALLERGENI

Glutine, Uova, Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00025016**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Risotto alla parmigiana****Categoria:** Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
RISO, PARBOILED	g	90,000	60,000	55,000	80,000	55,000	90,000
CIPOLLE, FR	g	10,000	9,000	8,000	10,000	8,000	10,000
CAROTE, FR	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
SEDANO, FR	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
BURRO, FR	g	8,000	5,000	4,000	7,000	4,000	8,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
Kcal:		393,177	261,087	236,386	347,912	236,386	393,177
Kjoule:		1.645,839	1.092,910	989,512	1.456,361	989,513	1.645,839

ALLERGENI

Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00025019
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Pasta al pesto**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA DI SEMOLA	g	80,000	60,000	50,000	70,000	50,000	80,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	12,000	8,000	8,000	10,000	8,000	12,000
BASILICO, FR	g	10,000	10,000	7,000	10,000	7,000	10,000
OLIO, EVO	g	9,000	6,000	6,000	7,000	6,000	9,000
PINOLI, SGUSCIATI	g	4,000	3,000	3,000	4,000	3,000	4,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
Kcal:		426,211	309,924	275,020	366,548	275,020	426,211
Kjoule:		1.784,119	1.297,342	1.151,233	1.534,369	1.151,233	1.784,119

ALLERGENI

Glutine, Arachidi, Latte, Frutta a guscio, Semi di Sesamo

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028225**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Pasta con sugo rustico**Categoria:** Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA DI SEMOLA	g	80,000	60,000	50,000	70,000	50,000	80,000
POMODORI, POLPA	g	95,000	55,000	50,000	75,000	50,000	95,000
ZUCCHINE, FR	g	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000
CAROTE, FR	g	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000
PORRI, FR	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	2,000	2,000	5,000	2,000	6,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	3,000	5,000	3,000	6,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
Kcal:		370,295	261,552	217,893	319,892	217,893	370,295
Kjoule:		1.550,055	1.094,857	912,099	1.339,069	912,099	1.550,055

ALLERGENI

Glutine, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028226
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Pasta all'olio**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA DI SEMOLA	g	80,000	60,000	50,000	70,000	50,000	80,000
OLIO, EVO	g	8,000	6,000	5,000	7,000	5,000	8,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	8,000	4,000	4,000	6,000	4,000	8,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
Kcal:		373,620	272,277	229,543	322,948	229,543	373,620
Kjoule:		1.563,974	1.139,752	960,867	1.351,860	960,867	1.563,974

ALLERGENI

Glutine, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028237**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Pastina in brodo vegetale**Categoria:** Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA DI SEMOLA, DA BRODO	g	40,000	30,000	30,000	35,000	30,000	40,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	2,000	2,000	5,000	2,000	6,000
CAROTE, FR	g	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000
CIPOLLE, FR	g	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000
SEDANO, FR	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
Kcal:		164,318	114,699	114,699	143,478	114,699	164,318
Kjoule:		687,835	480,130	480,130	600,599	480,130	687,835

ALLERGENI

Glutine, Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028238
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Risotto con zucca**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
RISO, PARBOILED	g	90,000	60,000	55,000	80,000	55,000	90,000
ZUCCA, FR	g	60,000	40,000	50,000	55,000	40,000	60,000
CIPOLLE, FR	g	12,000	12,000	12,000	12,000	12,000	12,000
CAROTE, FR	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
SEDANO, FR	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
BURRO, FR	g	5,000	4,000	4,000	5,000	4,000	5,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	3,000	5,000	3,000	6,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
Kcal:		434,379	296,043	272,035	386,781	270,193	434,379
Kjoule:		1.818,309	1.239,235	1.138,737	1.619,065	1.131,027	1.818,309

ALLERGENI

Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028239
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione:
Categoria: Primo piatto

Pasta al sugo di pomodoro

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA DI SEMOLA	g	80,000	60,000	50,000	70,000	50,000	80,000
POMODORI, POLPA	g	95,000	55,000	50,000	75,000	50,000	95,000
CAROTE, FR	g	30,000	30,000	30,000	30,000	30,000	30,000
CIPOLLE, FR	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
SEDANO, FR	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	3,000	3,000	5,000	3,000	6,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	3,000	5,000	3,000	6,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
Kcal:		376,636	271,862	228,203	326,233	228,203	376,636
Kjoule:		1.576,597	1.138,014	955,256	1.365,611	955,256	1.576,597

ALLERGENI

Glutine, Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028240
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Pasta al ragù**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA DI SEMOLA	g	80,000	60,000	50,000	70,000	50,000	80,000
POMODORI, POLPA	g	95,000	55,000	50,000	75,000	50,000	95,000
BA VIT.NE, POLPA PER BOLLITO/BRASATO FR	g	30,000	15,000	10,000	20,000	10,000	30,000
CAROTE, FR	g	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000	8,000
CIPOLLE, FR	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
SEDANO, FR	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	2,000	2,000	5,000	2,000	6,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	3,000	5,000	3,000	6,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
ALLORO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
Kcal:		413,546	283,053	232,144	348,643	232,144	413,546
Kjoule:		1.731,104	1.184,860	971,754	1.459,421	971,754	1.731,104

ALLERGENI

Glutine, Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028245
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Pizza Margherita**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PASTA, PER PIZZA/PANE	g	130,000	90,000	80,000	110,000	80,000	130,000
POMODORI, POLPA	g	65,000	50,000	40,000	55,000	40,000	65,000
FORMAGGIO, MOZZARELLA	g	55,000	45,000	40,000	50,000	40,000	55,000
OLIO, EVO	g	8,000	6,000	5,000	7,000	5,000	8,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
FARINA, DI FRUMENTO TIPO 00	g	8,000	6,000	5,000	8,000	5,000	8,000
ORIGANO, SECCO	g	0,400	0,200	0,200	0,300	0,200	0,400
Kcal:		567,347	416,587	365,490	494,692	365,490	567,347
Kjoule:		2.374,916	1.743,833	1.529,942	2.070,781	1.529,942	2.374,916

ALLERGENI

Glutine, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028246
Versione: Comune di Lavagna

Descrizione:

**Minestrone alla ligure con
crostini/riso integrale**

Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
CROSTINI/RISO INTEGRALE	g	35,000	25,000	20,000	30,000	20,000	35,000
PATATE, CUBETTI/TOCCHETTI NAT. GELO	g	50,000	30,000	20,000	40,000	20,000	50,000
BIETOLE/ERBETTE, FR	g	30,000	15,000	10,000	20,000	10,000	30,000
CAROTE, FR	g	25,000	15,000	10,000	20,000	10,000	25,000
ZUCCA, FR	g	25,000	15,000	10,000	20,000	10,000	25,000
CIPOLLE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
SEDANO, FR	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
FORMAGGIO, GRANA PADANO GRATT.	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
OLIO, EVO	g	5,000	4,000	2,000	4,000	2,000	5,000
FAGIOLINI, FINI/FINISSIMI GELO	g	50,000	30,000	30,000	40,000	30,000	50,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,286	3,000	2,000	4,000
Kcal:		281,310	194,125	143,118	232,901	143,118	281,310
Kjoule:		1.177,565	812,606	599,093	974,924	599,093	1.177,565

ALLERGENI

Glutine, Uova, Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028247
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: Vellutata di piselli
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
CROSTINI	g	35,000	25,000	20,000	30,000	20,000	35,000
PATATE, FR	g	120,000	30,000	20,000	40,000	20,000	120,000
PISELLI, GELO	g	65,000	45,000	35,000	55,000	35,000	65,000
CAROTE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
CIPOLLE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
SEDANO, FR	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	2,000	2,000	5,000	2,000	6,000
OLIO, EVO	g	5,000	4,000	4,000	4,000	4,000	5,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
Kcal:		352,833	205,214	170,718	251,617	170,718	352,833
Kjoule:		1.476,960	859,025	714,626	1.053,269	714,626	1.476,960

ALLERGENI

Glutine, Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028248**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Risotto al pomodoro****Categoria:** Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
RISO, PARBOILED	g	90,000	60,000	55,000	80,000	55,000	90,000
POMODORI, POLPA	g	95,000	55,000	50,000	75,000	50,000	95,000
CAROTE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
SEDANO, FR	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
CIPOLLE, FR	g	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	6,000	2,000	2,000	5,000	2,000	6,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	3,000	5,000	3,000	6,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
ZUCCHERO	g	0,250	0,250	0,153	0,250	0,250	0,250
Kcal:		404,427	262,017	234,862	354,050	235,242	404,427
Kjoule:		1.692,931	1.096,803	983,132	1.482,054	984,722	1.692,931

ALLERGENI

Latte, Sedano

PREPARAZIONE

Codice: GEPRM00028249
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Gnocchi al pesto**
Categoria: Primo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
GNOCCHI DI PATATE, GELO	g	200,000	120,000	100,000	150,000	100,000	200,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	12,000	8,000	8,000	10,000	8,000	12,000
BASILICO, FR	g	10,000	10,000	7,000	10,000	7,000	10,000
OLIO, EVO	g	9,000	6,000	6,000	7,000	6,000	9,000
PINOLI, SGUSCIATI	g	4,000	3,000	3,000	4,000	3,000	4,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
Kcal:		477,121	299,979	266,733	370,988	266,733	477,121
Kjoule:		1.997,228	1.255,712	1.116,544	1.552,954	1.116,544	1.997,228

ALLERGENI

Glutine, Arachidi, Latte, Frutta a guscio, Semi di Sesamo

PREPARAZIONE

Ricettario con allergeni multi-utenza**Codice:** GESEC00025010**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Prosciutto cotto****Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PROSCIUTTO COTTO	g	80,000	50,000	40,000	60,000	40,000	80,000
	Kcal:	171,900	107,438	85,950	128,925	85,950	171,900
	Kjoule:	719,573	449,733	359,787	539,680	359,787	719,573

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Codice: GESEC00025017
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Frittata**
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	90,000	60,000	50,000	70,000	50,000	90,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	5,000	4,000	3,000	5,000	3,000	5,000
OLIO, EVO	g	3,000	3,000	2,000	3,000	2,000	3,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,300	0,200	0,300
LATTE, INTERO FR	g	5,000	4,000	3,000	5,000	3,000	5,000
Kcal:		165,127	122,148	95,758	139,547	95,758	165,127
Kjoule:		691,221	511,312	400,844	584,144	400,844	691,221

ALLERGENI

Uova, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028227
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: Sformato di verdure
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PATATE, FR	g	50,000	30,000	30,000	40,000	30,000	50,000
UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	35,000	25,000	20,000	30,000	20,000	35,000
BIETOLE/ERBETTE, GELO	g	120,000	80,000	80,000	95,000	80,000	120,000
RICOTTA, VACCINA	g	30,000	20,000	15,000	25,000	15,000	30,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	10,000	8,000	7,000	9,000	7,000	10,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
PANE, GRATT.	g	5,000	4,000	4,000	5,000	4,000	5,000
MAGGIORANA, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	3,000	5,000	3,000	6,000
CIPOLLE, FR	g	8,000	4,000	2,400	6,000	4,000	8,000
	Kcal:	255,918	177,466	150,370	217,804	150,790	255,918
	Kjoule:	1.071,272	742,871	629,448	911,729	631,206	1.071,272

ALLERGENI

Glutine, Uova, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028228
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: Merluzzo alle olive
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PESCE, MERLUZZO FILETTI GELO	g	120,000	90,000	90,000	110,000	90,000	120,000
POMODORI, POLPA	g	30,000	30,000	30,000	30,000	30,000	30,000
OLIVE VERDI/NERE, DENOCCIOLATE	g	7,000	5,000	5,000	6,000	5,000	7,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
PREZZEMOLO, FR	g	0,300	0,300	0,300	0,300	0,300	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
Kcal:		154,161	112,066	112,066	136,503	112,066	154,161
Kjoule:		645,317	469,107	469,107	571,401	469,107	645,317

ALLERGENI

Pesce

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028229**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Bocconcini di lonza panati al forno**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
SUINO, FILONE/LONZA FR	g	120,000	80,000	75,000	100,000	75,000	120,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	5,000	6,000	5,000	7,000
PANE, GRATT.	g	35,000	25,000	25,000	30,000	25,000	35,000
TIMO, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
SALVIA, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
ROSMARINO, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	361,670	249,962	242,672	305,666	242,672	361,670
	Kjoule:	1.513,950	1.046,342	1.015,826	1.279,519	1.015,826	1.513,950

ALLERGENI

Glutine

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028230
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Frittata al forno con verdure**
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	90,000	60,000	50,000	70,000	50,000	90,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	5,000	4,000	3,000	5,000	3,000	5,000
BIETOLE/ERBETTE, FR	g	20,000	12,000	10,000	15,000	10,000	20,000
OLIO, EVO	g	3,000	2,000	2,000	3,000	2,000	3,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,300	0,200	0,300
LATTE, INTERO FR	g	5,000	4,000	3,000	5,000	3,000	5,000
ZUCCHINE, FR	g	20,000	12,000	10,000	15,000	10,000	20,000
	Kcal:	169,967	116,061	98,178	143,176	98,178	169,967
	Kjoule:	711,481	485,832	410,974	599,335	410,974	711,481

ALLERGENI

Uova, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028231
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Formaggio**
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FORMAGGIO, STRACCHINO	g	90,000	60,000	50,000	70,000	50,000	90,000
	Kcal:	269,910	179,940	149,950	209,930	149,950	269,910
	Kjoule:	1.129,843	753,229	627,691	878,767	627,691	1.129,843

ALLERGENI

Latte

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028241**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Filetti di merluzzo panati al forno**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PESCE, MERLUZZO FILETTI GELO	g	130,000	90,000	90,000	110,000	90,000	130,000
PANE, GRATT.	g	35,000	25,000	25,000	30,000	25,000	35,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	5,000	6,000	5,000	7,000
PREZZEMOLO, FR	g	0,300	0,300	0,300	0,300	0,300	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
Kcal:		274,045	193,838	193,838	233,942	193,838	274,045
Kjoule:		1.147,151	811,406	811,406	979,281	811,406	1.147,151

ALLERGENI

Glutine, Pesce

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028242
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: Polpette vegetali
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PATATE, FR	g	80,000	60,000	60,000	70,000	60,000	80,000
ZUCCHINE, FR	g	35,000	25,000	25,000	30,000	25,000	35,000
CAROTE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
CIPOLLE, FR	g	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	25,000	15,000	15,000	20,000	15,000	25,000
OLIO, EVO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	9,000	7,000	7,000	8,000	7,000	9,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
PANE, GRATT.	g	5,000	4,000	4,000	5,000	4,000	5,000
PREZZEMOLO, FR	g	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100	0,100
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,225	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	192,561	133,846	133,846	164,959	133,846	192,561
	Kjoule:	806,061	560,281	560,281	690,519	560,281	806,061

ALLERGENI

Glutine, Uova, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028243**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Bocconcini di pollo panati al forno**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
POLLO, SOVRACOSCIA S/O E S/P FR	g	120,000	80,000	75,000	100,000	75,000	120,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	5,000	6,000	5,000	7,000
PANE, GRATT.	g	35,000	25,000	25,000	30,000	25,000	35,000
TIMO, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
SALVIA, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
ROSMARINO, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,200	0,200	0,300
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	344,510	238,522	231,947	291,366	231,947	344,510
	Kjoule:	1.442,118	998,454	970,931	1.219,659	970,931	1.442,118

ALLERGENI

Glutine

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028253

Versione: Comune di Lavagna

Descrizione: **Tonno all'olio d'oliva**

Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta			
Ingredienti	U.M.	AD	INF	PR	SEC
PESCE, TONNO IN OLIO DI OLIVA	g	60,000	40,000	50,000	60,000
	Kcal:	115,020	76,680	95,850	115,020
	Kjoule:	481,474	320,982	401,228	481,474

ALLERGENI

Pesce

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00028255**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Crocchette di patate e formaggio****Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PATATE, FR	g	150,000	100,000	80,000	120,000	80,000	150,000
OLIO, EVO	g	10,000	5,000	3,000	5,000	3,000	10,000
UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	5,000	3,000	3,000	5,000	3,000	5,000
CIPOLLE, FR	g	5,000	3,000	3,000	5,000	3,000	5,000
PREZZEMOLO, FR	g	0,500	0,500	0,500	0,500	0,500	0,500
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,300	0,300	0,300	0,300	0,300
	Kcal:	232,765	140,946	107,604	164,770	107,604	232,765
	Kjoule:	974,353	590,001	450,431	689,727	450,431	974,353

ALLERGENI

Uova, Latte

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00031662
Versione: Comune di Sestri Levante
Descrizione: **Spezzatino con piselli**
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
BOVINO AD, POLPA PER SPEZZATINO FR	g	100,000	60,000	40,000	80,000	40,000	100,000
PISELLI, GELO	g	50,000	40,000	30,000	50,000	30,000	50,000
VINO, BIANCO	g	10,000	30,000	20,000	40,000	20,000	10,000
OLIO, DI OLIVA	g	8,000	5,000	3,000	6,000	3,000	8,000
SEDANO, FR	g	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000
CAROTE, FR	g	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000
CIPOLLE, FR	g	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000	3,000
ALLORO, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,300	0,200	0,300
SALVIA, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,300	0,200	0,300
ROSMARINO, FR	g	0,300	0,200	0,200	0,300	0,200	0,300
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,300	0,200	0,300
	Kcal:	254,582	176,526	117,626	226,925	117,626	254,582
	Kjoule:	1.065,681	738,940	492,383	949,909	492,383	1.065,681

ALLERGENI

Sedano, Anidride solforosa e solfiti

PREPARAZIONE

Codice: GESEC00031663
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Farinata**
Categoria: Secondo piatto

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FARINA, DI CECI	g	45,000	35,000	30,000	40,000	30,000	45,000
OLIO, EVO	g	8,000	5,000	5,000	10,000	5,000	8,000
ACQUA	g	60,000	50,000	50,000	55,000	50,000	60,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	222,644	162,179	145,432	223,880	145,432	222,644
	Kjoule:	931,988	678,882	608,779	937,161	608,779	931,988

ALLERGENI

PREPARAZIONE

Ricettario con allergeni multi-utenza**Codice:** GECON00025018**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Fagiolini saltati**Categoria:** Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FAGIOLINI, FINI/FINISSIMI GELO	g	100,000	55,000	45,000	75,000	45,000	100,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	0,000	5,000	4,000	6,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	0,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,000	0,250	0,200	0,300
AGLIO, FR	g	0,100	0,100	0,000	0,100	0,100	0,100
	Kcal:	72,286	46,069	8,235	58,720	44,239	72,286
	Kjoule:	302,589	192,844	34,472	245,802	185,184	302,589

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Codice: GECON00028232
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Finocchi gratinati**
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FINOCCHIO, FR	g	150,000	100,000	80,000	130,000	80,000	150,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
FORMAGGIO, PARM. REGGIANO, GRATT.	g	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
Kcal:		86,616	64,359	62,649	75,915	62,649	86,616
Kjoule:		362,574	269,406	262,248	317,780	262,248	362,574

ALLERGENI

Latte

PREPARAZIONE

Codice: GECON00028233
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Patate al forno**
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PATATE, FR	g	180,000	100,000	80,000	150,000	80,000	180,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	4,000	6,000	4,000	7,000
AGLIO, FR	g	0,500	0,500	0,500	0,500	0,500	0,500
ALLORO, FR	g	0,250	0,250	0,250	0,250	0,250	0,250
ROSMARINO, FR	g	0,250	0,250	0,250	0,250	0,250	0,250
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
Kcal:		202,340	122,918	98,567	170,309	98,567	202,340
Kjoule:		846,996	514,536	412,602	712,914	412,602	846,996

ALLERGENI

PREPARAZIONE

Codice: GECON00028234
Versione: Comune di Lavagna

Descrizione:

Insalata a foglia/Insalata verde

Categoria:

Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
INSALATA, LATTUGA FR	g	40,000	30,000	25,000	35,000	25,000	40,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	4,000	6,000	4,000	7,000
ACETO, BIANCO	g	5,000	0,000	0,000	5,000	0,000	5,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
Kcal:		70,749	50,670	40,726	60,805	40,726	70,749
Kjoule:		296,155	212,105	170,479	254,530	170,479	296,155

ALLERGENI

Anidride solforosa e solfiti

PREPARAZIONE

Codice: GECON00028235
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Carote al vapore**
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
CAROTE, FR	g	110,000	60,000	50,000	80,000	50,000	110,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	0,000	5,000	4,000	6,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,000	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	90,136	55,704	16,450	71,275	52,414	90,136
	Kjoule:	377,309	233,177	68,860	298,358	219,405	377,309

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Codice: GECON00028236
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Carote julienne**
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
CAROTE, FR	g	60,000	35,000	30,000	45,000	30,000	60,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	73,686	47,479	45,834	59,760	45,834	73,686
	Kjoule:	308,450	198,747	191,861	250,156	191,861	308,450

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Codice: GECON00028244**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** Mix di verdure crude**Categoria:** Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
INSALATA, LATTUGA FR	g	40,000	20,000	15,000	25,000	15,000	40,000
CAROTE, FR	g	15,000	10,000	10,000	15,000	10,000	15,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	4,000	6,000	4,000	7,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
ACETO, BIANCO	g	5,000	0,000	0,000	5,000	0,000	5,000
Kcal:		75,684	52,055	42,111	63,835	42,111	75,684
Kjoule:		316,813	217,903	176,276	267,214	176,276	316,813

ALLERGENI

Anidride solforosa e solfiti

PREPARAZIONE

Codice: GECON00028250**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Finocchi in insalata****Categoria:** Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FINOCCHIO, FR	g	80,000	50,000	50,000	70,000	50,000	80,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	4,000	6,000	4,000	7,000
ACETO, DI MELE	g	5,000	5,000	2,000	5,000	2,000	5,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	69,969	49,422	40,316	60,123	40,316	69,969
	Kjoule:	292,890	206,881	168,762	251,675	168,762	292,890

ALLERGENI

Anidride solforosa e solfiti

PREPARAZIONE

Codice: GECON00028251**Versione:** Comune di Lavagna**Descrizione:** **Cavolo cappuccio in insalata****Categoria:** Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
CAVOLO, CAPPUCCIO VERDE/BIANCO	g	40,000	30,000	25,000	35,000	25,000	40,000
OLIO, EVO	g	7,000	5,000	4,000	6,000	4,000	7,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
ACETO, DI MELE	g	5,000	5,000	2,000	5,000	2,000	5,000
Kcal:		70,599	50,749	40,710	60,674	40,710	70,599
Kjoule:		295,527	212,436	170,411	253,982	170,411	295,527

ALLERGENI

Anidride solforosa e solfiti

PREPARAZIONE

Codice: GECON00028252
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Mix verdure cotte**
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
BROCCOLI, FR	g	80,000	50,000	40,000	70,000	40,000	80,000
CAROTE, FR	g	60,000	30,000	30,000	40,000	30,000	60,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	95,466	59,446	56,724	77,172	56,724	95,466
	Kjoule:	399,621	248,841	237,447	323,043	237,447	399,621

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Codice: GECON00028256
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Fagiolini al vapore**
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FAGIOLINI, FINI/FINISSIMI GELO	g	100,000	55,000	45,000	75,000	45,000	100,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
	Kcal:	72,246	46,029	44,199	58,680	44,199	72,246
	Kjoule:	302,422	192,677	185,017	245,635	185,017	302,422

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Codice: GECON00028290
Versione: Comune di Sestri Levante
Descrizione: Spinaci
Categoria: Contorno

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
SPINACI, GELO	g	150,000	100,000	80,000	130,000	80,000	150,000
OLIO, EVO	g	6,000	4,000	4,000	5,000	4,000	6,000
SALE, IODURATO GROSSO	g	4,000	2,000	2,000	3,000	2,000	4,000
SALE, IODURATO FINO	g	0,300	0,200	0,200	0,250	0,200	0,300
Kcal:		100,671	67,114	60,884	85,450	60,884	100,671
Kjoule:		421,409	280,939	254,860	357,694	254,860	421,409

ALLERGENI**PREPARAZIONE**

Ricettario con allergeni multi-utenza

Codice: GEFRD00025012

Versione: Comune di Lavagna

Descrizione: **Frutta fresca di stagione**

Categoria: Frutta Dessert

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FRUTTA, FR	g	100,000	80,000	80,000	100,000	80,000	100,000
	Kcal:	40,010	32,008	32,008	40,010	32,008	40,010
	Kjoule:	167,483	133,986	133,986	167,483	133,986	167,483

ALLERGENI

PREPARAZIONE

Codice: GEFRD00025015
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Yogurt**
Categoria: Frutta Dessert

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
YOGURT, INTERO ALLA FRUTTA	g	125,000	125,000	125,000	125,000	125,000	125,000
	Kcal:	97,719	97,719	97,719	97,719	97,719	97,719
	Kjoule:	409,052	409,052	409,052	409,052	409,052	409,052

ALLERGENI

Latte

PREPARAZIONE

Codice: GEFRD00028254
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Torta margherita**
Categoria: Frutta Dessert

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
FARINA, DI FRUMENTO TIPO 0	g	60,000	60,000	60,000	60,000	60,000	60,000
BURRO, FR	g	20,000	20,000	20,000	20,000	20,000	20,000
UOVA, MISTO PASTORIZZATO	g	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000
ZUCCHERO	g	40,000	40,000	40,000	40,000	40,000	40,000
LIEVITO	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
LATTE, INTERO UHT	g	33,200	33,200	33,200	33,200	33,200	33,200
OLIO, EVO	g	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000	4,000
	Kcal:	625,376	625,376	625,376	625,376	625,376	625,376
	Kjoule:	2.617,824	2.617,824	2.617,824	2.617,824	2.617,824	2.617,824

ALLERGENI

Glutine, Uova, Latte

PREPARAZIONE

Ricettario con allergeni multi-utenza

Codice: GEPAN00025011
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Pane**
Categoria: Pane

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PANE, COMUNE FR	g	50,000	30,000	20,000	50,000	20,000	50,000
	Kcal:	130,725	78,435	52,290	130,725	52,290	130,725
	Kjoule:	547,215	328,329	218,886	547,215	218,886	547,215

ALLERGENI

Glutine

PREPARAZIONE

Codice: GEPAN00025013
Versione: Comune di Lavagna
Descrizione: **Pane integrale**
Categoria: Pane

		Quantità netta					
Ingredienti	U.M.	AD	INF	NI	PR	PV	SEC
PANE, INTEGRALE FR	g	50,000	30,000	20,000	50,000	20,000	50,000
	Kcal:	105,537	63,322	42,215	105,537	42,215	105,537
	Kjoule:	441,778	265,066	176,712	441,778	176,712	441,778

ALLERGENI

Glutine

PREPARAZIONE