



Città di CARIGNANO

Ufficio ISTRUZIONE

**CAPITOLATO SPECIALE PER LA CONCESSIONE DEL
SERVIZIO REFEZIONE SCOLASTICA, GESTIONE DEL
CENTRO DI COTTURA COMUNALE E RISCOSSIONE DELLE
TARIFFE PER LA SCUOLA DELL'INFANZIA E PRIMARIA DEL
COMUNE DI CARIGNANO –**

Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

ALLEGATO 2 : TABELLE DIETETICHE E PESO ALIMENTI

Responsabile unico del procedimento RUP: PESCE dott.sa Marisa

Peso è in grammi riferito all'alimento crudo.

PRIMI PIATTI O PIATTI UNICI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
-----------------------------	----------	----------	------------------------

PASTA O RISO ALL'OLIO			
Pasta di semola o riso	60	70	80
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Parmigiano Reggiano	3	3	5

PASTA O RISO AL POMODORO			
Pasta di semola oriso	60	70	80
Pomodori pelati	80	90	110
Olio extra vergine d'oliva	2	3	4
Parmigiano Reggiano	3	5	7
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AL PESTO			
Pasta di semola	60	70	80
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7
Parmigiano Reggiano	3	3	5
Patate	5	7	9
Pinoli, aglio, basilico	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA AL RAGU' VEGETALE			
Pasta di semola	60	70	80
Pelati	60	70	85
Verdura mista a cubetti (caroter, sedano, cipolla, zucchini, ecc.)	50	60	70
Erbe aromatiche	q.b.	q.b.	q.b.

LASAGNE AL POMODORO			
Lasagne	80	110	130
Passata di pomodoro	45	60	65
Besciamella	10	15	20
Parmigiano Reggiano	3	5	7

LASAGNE ALLE MELANZANE E POMODORO			
Lasagne	80	110	130

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE- Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

PRIMI PIATTI O PIATTI UNICI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
------------------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

Melanzane	45	60	65
Passata di pomodoro	25	35	45
Mozzarella	10	15	20
Parmigiano Reggiano	3	5	7

PASTA ALLA BOLOGNESE			
Pasta di semola	60	70	80
Pomodoro pelati	30	30	30
Carne di vitello e maiale	15	15	20
Cipolla	5	8	8
Aglio	2	2	2
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Rosmarino timo	1	1	1
Aromi: carote e sedano	q.b.	q.b.	q.b.

PASTA GRATINATA			
Pasta di semola	60	70	80
Pomodori pelati	30	40	50
Besciamella	10	15	20
Mozzarella	10	15	15
Parmigiano grattugiato	3	5	7
Olio extra vergine d'oliva	3	3	3

PASTA ALL'AMATRICIANA			
Pasta di semola	60	70	80
Pomodori pelati	30	40	50
Guanciale	10	15	20
Pecorino	3	5	7
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5

INSALATA DI PASTA			
Pasta di semola	50	60	70
Pomodorini	20	30	30
Piselli	10	15	15
Fontina	10	15	15
Prosciutto cotto o tonno	10	15	15
Olive nere	3	3	3
Basilico	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

PRIMI PIATTI O PIATTI UNICI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
RAVIOLI E TORTELLI DI CARNE O PASTA RIPIENA DI MAGRO AL POMODORO			
Ravioli o pasta ripiena	80	110	150
Pomodori pelati	80	80	80
Carote, sedano e cipolla	10	10	10
Aglio	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine di oliva	3	5	5

PASTA RIPIENA ALLE VERDURE O DI MAGRO AL BURRO E SALVIA			
Pasta ripiena alle verdure di magro	80	110	150
Burro	2	3	4
Salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano Reggiano	4	5	5

PIZZA MARGHERITA			
Pasta per pizza	110	120	140
Mozzarella	35	40	50
Pelati	50	60	75
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5
Origano	q.b.	q.b.	q-b-

FOCACCIA ALLO STRACCHINO			
Pasta per pizza	110	120	140
Stracchino	50	60	75
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5
Rosmarino	q.b.	q.b.	q.b.

RISOTTO ALLA MILANESE			
Riso parboiled	60	70	80
Brodo vegetale (carota, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	2	3	4
Parmigiano Reggiano	4	5	5
Burro	2	3	4
Zafferano	q.b.	q.b.	q.b.

RISOTTO ALLA PARMIGIANA			
Riso parboiled	60	70	80
Brodo vegetale (carota, sedano, cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	3	3	4
Parmigiano reggiano	4	5	6
Burro 2	3	4	

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE- Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

PRIMI PIATTI O PIATTI UNICI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
RISOTTO ALLE ERBETTE (O ALTRE VERDURE)			
Riso parboiled	60	70	80
Erbette (broccoletti, ecc)	40	50	60
Olio extra vergine d'oliva	2	3	6
Parmigiano reggiano	3	5	7

INSALATA DI RISO			
Riso	50	60	60
Mais	10	15	15
Piselli	10	15	15
Fontina	10	15	15
Prosciutto cotto (o tonno)	10	15	15
Peperoni rossi e gialli freschi a dadini	q.b.	q.b.	q.b.
Sedano fresco a dadini	q.b.	q.b.	q.b.
Olive verdi denocciolate	3	3	3
Olio extra vergine d'oliva e limone	5	5	5

PASSATO DI LEGUMI CON PASTA			
Pasta o riso	30	30	40
Legumi	30	30	40
Verdure di stagione	15	20	30
Olio extra vergine d'oliva	2	3	5

PASSATO DI VERDURA CON PASTA/RISO – Variante ALL'ORTOLANA VERDURE NON PASSATA			
Riso o pasta	30	30	40
Verdura di stagione	30	50	60
Patate	25	40	50
Olio extra vergine d'oliva	2	3	4
Parmigiano reggiano	3	5	5

MINESTRA D'ORZO			
Orzo perlato	30	30	40
Patate	15	20	30
Fagioli	5	10	15
Porri, carote e cipolle	20	30	50
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5

VELLUTATA DI COSTINE CON PASTA			
Costine	90	100	120

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE- Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

PRIMI PIATTI O PIATTI UNICI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA - ADULTI
Pasta	50	60	70
Parmigiano grattugiato	3	5	7
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5

CREMA DI PATATE ZUCCA E CAROTA			
Patate	70	80	95
Zucca	35	45	60
Carote	35	45	60
Brodo vegetale (carote, sedano e cipolle)	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano grattugiato	3	5	7
Olio extra vergine d'oliva	3	5	5

CREMA DI CAROTE CON RISO			
Carote	170	180	210
Riso parboiled	25	30	40
Brodo vegetale (carote, sedano e cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano grattugiato	4	5	5
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6

GNOCCHI DI PATATE AL POMODORO			
Patate	200	230	250
Pomodori pelati	40	45	60
Parmigiano grattugiato	3	4	5
Olio extra vergine d'oliva	3	4	5

SECONDI PIATTI DI CARNE	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA - ADULTI
--------------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

COSCIA DI POLLO AL FORNO			
Coscia di pollo con osso	110	120	140
Olio	2	4	4
Aromi, ortaggi	q.b.	q.b.	q.b.

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

SECONDI PIATTI DI CARNE	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
--------------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

POLLO ALLA CACCIATORA			
Coscia di pollo con osso	110	120	140
Misto di verdure (carote, cipolle, peperoni e aglio)	30	40	50
Olio di oliva	2	4	4
Aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

RUSTICA DI POLLO			
Sovracoscie di pollo	110	120	140
Olio di oliva	5	5	5
Aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

SCALOPPE DI POLLO/LONZA/TACCHINO AL LIMONE – per la variante al TIMO si sostituisce il LIMONE con il TIMO			
Petto di pollo/di tacchino/Lonza	70	90	120
Farina, limone, aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.
Olio di oliva	3	5	7

MINI SPIEDINI DI POLLO con PEPERONI E ZUCCHINE			
Petto di pollo	70	90	120
Zucchine	10	20	30
Peperone	10	20	30
Olio di oliva	2	3	5
Aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

ARROSTO DI TACCHINO			
Fesa di tacchino	70	90	120
Olio di oliva	2	3	5
Aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

PETTO DI TACCHINO O POLLO ALLA PIZZAIOLA			
Tacchino o pollo	70	80	110
Pomodori pelati	25	40	50
Capperi e aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.
Olio di oliva	3	5	7

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

SECONDI PIATTI DI CARNE	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
--------------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

MILANESE DI TACCHINO O SUINO			
Fesa di tacchino/lonza di suino	70	80	120
Uova	15	20	20
Farina	8	10	10
Latte	15	15	15
Pangrattato	40	40	40

SALSICCIA DI MAIALE			
Salsiccia di maiale	80	90	120
Olio di oliva	5	5	5
Rosmarino, timo	q.b.	q.b.	q.b.

PROSCIUTTO COTTO			
	70	80	100

VITELLO/LONZA ALLA PIZZAIOLA			
Carne	60-70	80-90	100-120
Pomodori pelati	25	40	50
Olio di oliva	3	5	5

POLPETTE (CARNE DI PRIMA COTTURA)			
Carne	60	80	100
Mollica di pane	15	20	25
Latte	10	10	15
Uova	1x4	1x4	1x4
Farina e pangrattato	1.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano grattugiato	3	5	5
Olio di oliva	3	5	7
Prezzemolo e aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

SPEZZATINO DI VITELLO			
Carne	80	100	130
Concentrato di pomodoro	4	5	6
Olio di oliva	2	3	3
Aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

HAMBURGER DI VITELLO			
Carne	60	70	90
Concentrato di pomodoro	4	5	6

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

Olio di oliva	2	3	3
Aromi naturali	q.b.	q.b.	q.b.

ARROSTO DI VITELLO			
Manzo	60	70	90
Olio extra vergine d'oliva	2	3	3
Brodo vegetale (carota, sedano e cipolla)	q.b.	q.b.	q.b.
Aromi Naturali	q.b.	q.b.	q.b.

STRACOTTO DI VITELLO AL FORNO			
Reale di manzo	70	80	120
Aglio, rosmarino e salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Olio d'oliva	4	5	6

LONZA DI SUINO AL FORNO			
Lonza	70	80	100
Aglio, rosmarino e salvia	q.b.	q.b.	q.b.
Olio d'oliva	4	5	5
Brodo vegetale	50	50	50

MANZO AFFUMICATO			
Affettato di manzo	70	80	100
Limone	q.b.	q.b.	q.b.
Olio d'oliva	4	5	5
Parmigiano a scaglie	3	4	5

ARISTA AL LATTE			
Lonza di suino	80	90	120
Olio di oliva	5	5	5
Aglio	q.b.	q.b.	q-b.
Latte	5	5	5

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

SECONDI PIATTI DI PESCE	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
--------------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

NASELLO DORATO			
Nasello	90	100	130
Uova	1x5	1x5	1x5
Olio di oliva	4	5	5
Limone, pane pesto	q.b.	q.b.	q.b.

TONNO			
Tonno sgocciolato	60	80	90

PALOMBO/NOCCIOLINO/HALIBUT AL FORNO			
Filetto di palombo/nocciolino/halibut	90	100	130
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.

CUORI DI MERLUZZO O NOCCIOLINO ALLA LIVORNESE			
Filetto di merluzzo	90	100	130
Pomodori pelati	20	30	40
Cipolle	2	2	5
Capperi	2	2	2
Olio di oliva	5	5	5
Farina e prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.

PEPITE/CROCCHETTE DI MERLUZZO DORATE AL FORNO			
Crocchette di pesce	90	100	130
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Limone	q.b.	q.b.	q.b.

HALIBUT ALLA MUGNAIA			
Filetto di halibut	90	100	130
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Limone, prezzemolo, aglio e farina	q.b.	q.b.	q.b.

PANGASIO AL FORNO ALLE ERBETTE			
Filetto di pangasio	90	100	130
Olio extra vergine d'oliva	5	5	5
Erbette aromatiche (erba cipollina, salvia timo e prezzemolo)	q.b.	q.b.	q-b-

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE- Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

SECONDI PIATTI DI UOVA E/O FORMAGGIO	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA - ADULTI
---	-----------------	-----------------	--------------------------------

Formaggio fresco	50	60	80
Formaggio stagionato	40	50	60
Mozzarella	70	80	100

DADOLATA DI FORMAGGI/SEDANO E PERE			
Formaggio (Fontina, Emmenthal dolce, Asiago)	40	50	60
Sedano	10	15	25
Pere	10	15	25
Olio extra vergine d'oliva	4	5	5

CROCCHETTE DI MAGRO			
Spinaci	100	130	150
Ricotta	20	30	50
Uova	1x3	1x3	1x3
Parmigiano	5	5	5
Pagrattato	5	5	5
Olio di oliva	5	5	5
Patate	12	15	20

CAPRESE			
Mozzarella	70	80	100
Pomodori	140	150	160
Olio extra vergine d'oliva	4	5	5
Origano	q.b.	q.b.	q.b.

TORTA SALATA CON SPINACI			
Pasta sfoglia	110	120	140
Uova	10	15	20
Spinaci	40	50	60
Scamorza	30	30	50
Parmigiano	5	7	10
Olio, sale, pepe	q.b.	q.b.	q.b.
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.
Latte	2	3	4

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

SECONDI PIATTI DI UOVA E/O FORMAGGIO	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
---	-----------------	-----------------	--------------------------------

TORTINO CON ERBETTE			
Uova	10	15	20
Erbette	40	50	60
Besciamella	30	30	50
Parmigiano	5	7	10
Olio di oliva	2	3	4
Aromi	q.b.	q.b.	q.b.

SFORMATO DI CAROTE E PISELLI			
Purea di carote	90	100	120
Purea di piselli	90	100	120
Uova	10	15	20
Ricotta	20	30	50
Parmigiano	5	7	10
Olio di oliva	q.b.	q.b.	q.b.

FRITTATA ALLE ERBE AROMATICHE			
Uova	45	50	60
Parmigiano	10	10	15
Latte	10	10	15
Prezzemolo, basilico, timo e maggiorana	q.b.	q.b.	q.b.

UOVA SODE E PISELLI AL POMODORO			
Uova	50	60	70
Piselli	90	100	120
Concentrato di pomodoro	4	5	6
Gusti	q.b.	q.b.	q.b.
Olio di oliva	3	3	3

CONTORNI COTTI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
-----------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

POLENTA (ABBINATA AD UN PRIMO LEGGERO IN BRODO)			
Farina di mais	40	50	60
Acqua	q.b.	q.b.	q.b.
Olio extra vergine d'oliva	3	5	7

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

CONTORNI COTTI	INFANZI A	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
-----------------------	----------------------	-----------------	--------------------------------

CAVOLFIORE/FINOCCHIO GRATINATI AL FORNO			
Cavolfiore/finocchio	100	150	200
Burro	5	5	5
Parmigiano grattugiato	5	8	8
Noce moscata	q.b.	q.b.	q.b.

PURE' DI PATATE			
Patate	100	150	200
Burro	2,5	3	4
Latte	30	35	45
Parmigiano grattugiato	2	2	3

PURE' DI CECI AL ROSMARINO			
Ceci	100	150	200
Cipolla	2,5	3	4
Pomodori	2,5	3	4
Rosmarino	2	2	3
Olio di oliva e sale	q.b.	q.b.	q.b.

PATATE AL FORNO/VAPORE			
Patate	110	120	140
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6

MACEDONIA DI VERDURE COTTE			
Verdure miste (peperoni, carote, zucchine e fagiolini)	90	100	120
Patate	20	30	40
Piselli	10	20	30
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6

PISELLI SALTATI			
Piselli	90	100	120
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6
aromi	q.b.	q.b.	q.b.

CONTORNI CRUDI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA - ADULTI
-----------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

LE VERDURE DEVONO VARIARE SECONDO LE STAGIONI

INSALATA MISTA (MISTO DI VERDURE CRUDE DI STAGIONE)			
Indivia, lattuga, cicoria, radicchio, trevisana, carote, finocchi, pomodori, peperoni, cetrioli)	140	150	180
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6
Limone o aceto	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA DI CAROTE			
Carote Julienne	140	150	180
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6
Limone	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA TRICOLORE			
Insalata dolci di colori diversi tagliate a julienne	140	150	180
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6
Limone aceto	q.b.	q.b.	q.b.

INSALATA DI POMODORI			
Pomodori	140	150	180
Olio extra vergine d'oliva	4	5	6
Origano e basilico	q.b.	q.b.	q.b.

FRUTTA E DESSERT	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA - ADULTI
-------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

BUDINO AL CIOCCOLATO (10 PORZIONI)			
Farina	70	80	95
Zucchero	70	80	95
Uova	145	160	190
Latte parzialmente scremato	Lt 1,1	Lt 1,2	Lt 1,4
Cacao amaro	q.b.	q.b.	q.b.

CAPITOLATO SPECIALE PER IL SERVIZIO MENSA SCOLASTICA DEL COMUNE DI CARIGNANO
 CON GESTIONE DEL CENTRO DI COTTURA COMUNALE– Periodo 1° agosto 2018 – 31 luglio 2023

FRUTTA E DESSERT	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA – ADULTI
-------------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

GELATO			
Coppe bigusto fragola e limone – cioccolato e naviglia	80	80	80

FRUTTA DI STAGIONE	70	80	95
Uva, banane, cachi	110	120	140
Pere, mele, arance, mandaranci, kiwi, pesche, albicocche, prugne	135	150	180

YOGURTH ALLA FRUTTA	125	125	125
----------------------------	-----	-----	-----

MACEDONIA CON FRUTTA MISTA	70	80	95
-----------------------------------	----	----	----

CESTINI FREDDI	INFANZIA	PRIMARIA	SECONDARIA E ADULTI
-----------------------	-----------------	-----------------	--------------------------------

In occasione di gite scolastiche (previa prenotazione nei giorni precedenti) o allorquando eventi eccezionali e/o imprevedibili non consentano di provvedere, in tutto o in parte, alla fornitura del pasto, esso può essere sostituito, su richiesta della scuola, da un “cestino picnic” così costituito:

N. 2 Panini con: prosciutto cotto (o arrosto di tacchino in caso di dieta speciale per motivi etnico-religiosi).	Gr 60/70		
Focaccia bianca	Gr 70		
Formaggio sottovuoto stagionato (Berna, Fontal)	Gr 70		
Succo di frutta monoporzione in tetrabrik	MI 200		
Frutta	Gr 150 circa		
Biscotti (pacchetto monoporzione)	Gr 40		
Acqua minerale naturale	MI 500		
Tovaglioli carta	n. 2		
Bicchieri monouso	n.2		