



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Pasta pomodoro fresco				
Pasta	55	65	75	85
Pomodori per sugo	50	60	70	80
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta al pomodoro				
Pasta	55	65	75	85
Pomodori pelati	50	60	70	80
Cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pastina in brodo di carne				
Pastina	25	30	35	40
Vitellone per brodo	7	10	15	20
Carote, cipolle, sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Risotto alle verdure				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Patate	15	20	25	30
Carote	10	15	20	20
Zucchine	20	25	30	30
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Risotto alla milanese				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Cipolla , zafferano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Burro	10	12	15	20
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta al tonno				
Pasta	55	65	75	85
Tonno al naturale	20	30	40	50
Olio evo	7	8	10	12
Pasta all'olio evo				
Pasta	55	65	75	85
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Riso con zucchine				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Zucchine	40	45	50	50
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Riso con carote				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Carote	40	45	50	50
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Risotto con zucca				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Zucca	40	45	50	50
Olio evo	7	8	10	12
Cipolla	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Parmigiano	7	10	15	20
Pizza margherita				
Pasta per pizza	60	70	80	90
Pomodori pelati	30	40	50	60
Mozzarella	15	20	25	30
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Pastina in brodo vegetale				
Pastina	25	30	35	40
Verdure miste per brodo	150	185	235	270
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Riso all'olio evo				
Riso	55	65	75	85
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Malloreddus al pomodoro				
Pasta malloreddus	55	65	75	85
Pomodori pelati	50	60	70	80
Cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Minestrone di verdure estivo				
Patate	70	80	100	100
Verdure miste (carote, biette, zucchine, fagiolini, sedano, cipolle, prezzemolo)	150	185	235	270
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Minestrone di verdure				
Patate	70	80	100	100
Verdure miste (carote, biette, finocchi, cavolfiore, sedano, cipolle, prezzemolo)	150	185	235	270
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Minestrone di legumi				
Pasta	25	30	35	40
Legumi misti	25	30	35	40
Carote, zucchine, patate, pomodori, bieta	150	185	235	270
Cipolla, sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Ravioli di ricotta al pomodoro				
Ravioli di ricotta	120	140	160	185
Pomodori pelati	50	60	70	80
Cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta al ragù vegetale				
Pasta	55	65	75	85
Pomodori pelati	50	60	70	80
Zucchine, carote, sedano	30	40	50	60
Cipolla, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Pasta e fagioli				
Pasta	25	30	35	40
Fagioli secchi	25	30	35	40
Cipolla, sedano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta al pesto				
Pasta	55	65	75	85
Pesto confezionato	14	16	20	24
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta con ricotta				
Ricotta	55	65	75	85
Pomodori pelati	7	8	10	12
Cipolla, sedano, carote, basilico	50	60	70	80
Olio evo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
	7	8	10	12
Passato di verdure				
Pasta/riso	25	30	35	40
Verdure miste	150	185	235	270
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Riso al pomodoro				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Pomodori pelati	50	60	70	80
Cipolla, sedano, carote, basilico	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta con zucchini				
Pasta	55	65	75	85
Zucchini	30	40	50	60
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	0
Vellutata di zucchini				
Patate	25	30	35	40
Zucchini	150	185	235	270
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Vellutata di carote e zucchine				
Carote	80	100	135	155
Zucchine	80	100	135	155
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Pasta burro e parmigiano				
Pasta	55	65	75	85
Burro	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Malloreddus al ragù di carne				
Pasta malloreddus	55	65	75	85
Pomodori pelati	50	60	70	80
Vitellone macinato per ragù	20	30	40	50
Cipolla, sedano, carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Lasagne al ragù di carne				
Pasta per lasagne	55	65	75	85
Pomodori pelati	50	60	70	80
Vitellone macinato per ragù	20	30	40	50
Cipolla, sedano, carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20
Riso con spinaci				
Riso	55	65	75	85
Brodo vegetale	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Spinaci	40	45	50	50
Olio evo	7	8	10	12
Parmigiano	7	10	15	20



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Pollo al forno/arrosto				
Pollo	80	100	120	180
Olio evo	5	6	7	8

Filetto di patatessa* all'olio evo				
Platessa	100	100	110	130
Olio evo	5	6	7	8

Bastoncini di merluzzo* al forno				
Bastoncini di merluzzo	n. 2	n. 3	n. 4	n. 5
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	6	7	8

Frittata con spinaci* o zucchine				
Uova	55	55	82,5	110
Spinaci o zucchine	30	40	50	60
Olio evo	5	6	7	8

Filetto di platessa/merluzzo olio e limone				
Platessa/merluzzo	100	100	110	130
Limone	2	3	4	5
Olio evo	5	6	7	8

Polpette al sugo				
Vitellone	80	100	120	180
Pane grattugiato	5	7	10	12
Uovo	10	15	20	25
Pomodori pelati	50	60	70	80
Olio evo	5	6	7	8

Arista di maiale al forno				
Arista	80	100	120	180
Cipolla, sedano, carote	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	6	7	8

Spezzatino di vitello con patate				
Vitello	80	100	120	180
Olio evo	5	6	7	8
patate	70	110	150	190
Olio evo	5	6	7	8



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Dolce sardo Arborea Dolce sardo Arborea	50	60	70	80

Bocconcini di pollo/tacchino con patate Pollo/tacchino	80	100	120	180
Pomodori pelati	10	10	20	20
Zucchine/carote/sedano	30	40	50	60
patate	70	110	150	190
Olio evo	5	6	7	8

Platessa* panata al forno Platessa	100	100	110	130
Pane grattugiato	5	7	10	12
Uova	3	4	5	6
Limone	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.

Cotoletta di pollo/tacchino al forno Pollo/tacchino	80	100	120	180
Pane grattugiato	5	7	10	12
Uovo	3	4	5	6
Olio evo	5	6	7	8

Mozzarella Mozzarella	60	70	80	100
---------------------------------	----	----	----	-----

Prosciutto cotto Prosciutto cotto	40	50	60	70
---	----	----	----	----

Petto di pollo al limone Pollo, petto	80	100	120	180
Limone	2	3	4	5
Olio evo	5	6	7	8

Vitello alla pizzaiola Vitello	80	100	120	180
Pomodori pelati	20	20	30	30
Capperi, origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	6	7	8



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Merluzzo al pomodoro				
Merluzzo*	80	100	120	180
Pomodori pelati	20	20	30	30
Origano	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	6	7	8

Omelette al formaggio				
Uovo	55	55	82,5	110
Parmigiano	8	10	10	15
Olio evo	5	6	7	8

Bocconcini di vitello in umido				
Vitello	80	100	120	180
Pomodori pelati	10	10	20	20
Zucchine/carote/sedano	30	40	50	60
Olio evo	5	6	7	8

Tacchino/pollo ai ferri				
Fesa di tacchino/petto di pollo	80	100	120	180



RISTORAZIONE SCOLASTICA
COMUNE DI MARACALAGONIS

	inf.	1 [^] /3 [^]	4 [^] /5 [^]	sec./ adu
Insalata verde				
Insalata verde	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10
Fagiolini* al vapore				
Fagiolini	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10
Carote* al vapore				
Carote	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10
Pomodori o finocchi				
Pomodori o finocchi	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10
Verdure grigliate/vapore				
Verdure	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10
Bietole* saltate				
Bietole	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10
Patate al forno				
Patate	70	110	150	190
Olio evo	5	6	8	10
Patate al prezzemolo				
Patate	70	110	150	190
Prezzemolo	q.b.	q.b.	q.b.	q.b.
Olio evo	5	6	8	10
Carote julienne				
Carote	70	100	150	200
Olio evo	5	6	8	10