

**Ricettario – Quantità netta**

**Codice:** RMPRM00000199  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Antipasto di verdure  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	20,000	30,000	40,000	
		<b>Kcal:</b>	6,960	10,440	13,920
		<b>Kjoule:</b>	29,134	43,701	58,269

**Ricettario – Quantità netta**

**Codice:** RMPRM00004379  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Antipasto di verdure  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - FINOCCHIO FR.	g	20,000	30,000	40,000	
		<b>Kcal:</b>	6,960	10,440	13,920
		<b>Kjoule:</b>	29,134	43,701	58,269

**Codice:** RMPRM00000201  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta al pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	243,522	335,868	390,954
		<b>Kjoule:</b>	1.019,383	1.405,943	1.636,533

**Codice:** RMPRM00000202  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Ravioli di carne al pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
RAVIOLI DI CARNE SURG.	g	90,000	110,000	130,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,014	
		<b>Kcal:</b>	324,882	402,188	479,494
		<b>Kjoule:</b>	1.359,956	1.683,558	2.007,161

**Preparazione:**

**Codice:** RMPRM00000203  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Risotto zucchine e pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - RISO	g	50,000	70,000	80,000
ZUCCHINE SURG.	g	30,000	40,000	50,000
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000
BIO - POMODORI, PELATI	g	30,000	30,000	40,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016
		<b>Kcal:</b> 233,092	319,328	371,944
		<b>Kjoule:</b> 975,723	1.336,707	1.556,957

**Codice:** RMPRM00000204  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Passato di verdure con pasta  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	30,000	40,000	50,000
MINISTRONE DI VERDURA SURG.	g	50,000	66,667	83,333
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000
BIO - POMODORI, PELATI	g	15,000	20,000	25,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,333	6,667
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017
		<b>Kcal:</b> 173,717	231,621	289,529
		<b>Kjoule:</b> 727,179	969,567	1.211,970

**Codice:** RMPRM00000206  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta al burro e parmigiano  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000
BURRO	g	5,000	5,000	10,000
LATTE, INTERO UHT	g	0,010	0,012	0,013
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	3,000	3,000	5,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016
		<b>Kcal:</b> 235,448	309,969	392,628
		<b>Kjoule:</b> 985,585	1.297,530	1.643,540

**Codice:** RMPRM00000207  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta ricotta e pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	50,000	60,000	60,000	
FORMAGGIO, RICOTTA VACCINA	g	15,000	20,000	35,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	261,912	358,968	430,314
		<b>Kjoule:</b>	1.096,363	1.502,640	1.801,294

**Codice:** RMPRM00000209  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta con melanzane e pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
MELANZANE, CUBETTO SURG.	g	30,000	42,000	48,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	30,000	42,000	48,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,200	4,800	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,200	4,800	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,200	4,800	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,200	4,800	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,600	6,400	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	241,842	338,578	386,947
		<b>Kjoule:</b>	1.012,350	1.417,290	1.619,760

**Codice:** RMPRM00000210  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Gnocchi al pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
GNOCCHI DI PATATE, SURG.	g	100,000	120,000	130,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,013	
		<b>Kcal:</b>	203,022	250,008	282,414
		<b>Kjoule:</b>	849,850	1.046,533	1.182,185

**Codice:** RMPRM00000212  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Risotto al burro e parmigiano  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - RISO	g	50,000	70,000	80,000
BURRO	g	5,000	8,000	10,000
LATTE, INTERO UHT	g	0,010	0,012	0,016
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016
		<b>Kcal:</b> 231,642	329,633	384,293
		<b>Kjoule:</b> 969,654	1.379,845	1.608,654

**Codice:** RMPRM00000215  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta e fagioli  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	30,000	40,000	50,000
BIO - FAGIOLI BORLOTTI ADCHI	g	20,000	20,000	30,000
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
ROSMARINO, ADco	g	0,010	0,013	0,017
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017
		<b>Kcal:</b> 160,260	207,352	263,938
		<b>Kjoule:</b> 670,849	867,977	1.104,845

**Codice:** RMPRM00000218  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Risotto con zucca  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - RISO	g	50,000	70,000	80,000
BIO - ZUCCA	g	20,000	24,000	32,000
BIO - SEDANO	g	3,000	3,600	4,800
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	3,600	4,800
BIO - CIPOLLA	g	3,000	3,600	4,800
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,600	4,800
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	4,800	6,400
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016
		<b>Kcal:</b> 227,052	308,212	363,283
		<b>Kjoule:</b> 950,439	1.290,177	1.520,703

**Codice:** RMPRM00000220  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta con tonno e pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
PESCE, TONNO ALL'OLIO DI OLIVA	g	20,000	30,000	30,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,014	0,016	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	264,397	371,339	421,851
		<b>Kjoule:</b>	1.106,766	1.554,429	1.765,871

**Codice:** RMPRM00000222  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta e patate  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	30,000	40,000	50,000	
PATATE	g	20,000	30,000	40,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	15,000	20,000	25,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017	
		<b>Kcal:</b>	177,297	238,128	298,959
		<b>Kjoule:</b>	742,165	996,803	1.251,442

**Codice:** RMPRM00000225  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Minestrone con pasta  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	30,000	40,000	50,000	
MINISTRONE DI VERDURA SURG.	g	50,000	70,000	70,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	30,000	30,000	40,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017	
		<b>Kcal:</b>	176,912	233,458	286,414
		<b>Kjoule:</b>	740,553	977,255	1.198,929

**Codice:** RMPRM00000229  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta aglio olio e pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,014	0,016	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	226,057	313,829	364,341
		<b>Kjoule:</b>	946,275	1.313,692	1.525,134

**Codice:** RMPRM00000231  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta al ragù  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
VITELLONE, CARNE PER MACINATO CONG	g	30,000	40,000	50,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	283,272	388,868	457,204
		<b>Kjoule:</b>	1.185,776	1.627,801	1.913,855

**Codice:** RMPRM00000232  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta con zucchine  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
BIO - ZUCCHINE FRESCHE	g	30,000	40,000	50,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,600	6,400	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	234,252	325,754	377,001
		<b>Kjoule:</b>	980,578	1.363,607	1.578,128

**Codice:** RMPRM00000233  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta al pomodoro e basilico  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - BASILICO FR.	g	0,010	0,014	0,016	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	243,526	335,873	390,960
		<b>Kjoule:</b>	1.019,399	1.405,966	1.636,560

**Codice:** RMPRM00000234  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Minestra di lenticchie  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	30,000	40,000	50,000	
BIO - LENTICCHIE, ADche	g	20,000	20,000	33,333	
BIO - POMODORI, PELATI	g	15,000	30,000	25,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017	
		<b>Kcal:</b>	212,141	262,418	353,567
		<b>Kjoule:</b>	888,022	1.098,481	1.480,032

**Preparazione:**

**Codice:** RMPRM00000235  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta al pesto  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
PESTO ALLA GENOVESE	g	10,000	15,000	20,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	306,249	432,504	521,499
		<b>Kjoule:</b>	1.281,958	1.810,461	2.182,994

**Codice:** RMPRM00004362  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta fredda  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
FORMAGGIO, MOZZARELLA	g	15,000	21,000	24,000	
BIO - POMODORI	g	30,000	42,000	48,000	
BIO - BASILICO FR.	g	0,010	0,014	0,016	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,200	4,800	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	255,832	358,164	409,331
		<b>Kjoule:</b>	1.070,912	1.499,277	1.713,460

**Codice:** RMPRM00004367  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pizza al pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BASE PER PIZZA POMODORO	g	100,000	120,000	150,000	
		<b>Kcal:</b>	243,100	291,720	364,650
		<b>Kjoule:</b>	1.017,616	1.221,139	1.526,424

**Preparazione:**

**Codice:** RMPRM00004369  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Insalata di riso  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - RISO	g	50,000	70,000	80,000	
FORMAGGIO, MOZZARELLA	g	10,000	14,000	16,000	
BIO - POMODORI	g	20,000	28,000	32,000	
PESCE, TONNO ALL'OLIO DI OLIVA	g	10,000	14,000	16,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,200	4,800	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	253,263	354,568	405,220
		<b>Kjoule:</b>	1.060,158	1.484,222	1.696,254



**Codice:** RMPRM00004377  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pasta zucchine e pomodoro  
**Categoria:** Primo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PASTA DI SEMOLA	g	50,000	70,000	80,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	30,000	42,000	48,000	
BIO - RISO	g	50,000	70,000	80,000	
ZUCCHINE SURG.	g	30,000	42,000	48,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,200	4,800	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,200	4,800	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,200	4,800	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,200	4,800	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,600	6,400	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,016	
		<b>Kcal:</b>	240,642	336,899	385,027
		<b>Kjoule:</b>	1.007,327	1.410,258	1.611,724

**Codice:** RMAD00000236  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Petto di pollo al limone  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
POLLO, PETTO FR.	g	70,000	80,000	100,000	
BIO - LIMONE	g	5,000	5,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,014	0,016	0,020	
		<b>Kcal:</b>	95,383	114,064	142,435
		<b>Kjoule:</b>	399,273	477,471	596,232

**Codice:** RMAD00000237  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Frittata con zucchine  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	60,000	60,000	120,000	
BIO - ZUCCHINE FRESCHE	g	40,000	40,000	50,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,010	0,020	
		<b>Kcal:</b>	112,953	121,944	213,405
		<b>Kjoule:</b>	472,821	510,457	893,313

**Codice:** RMAD00000239  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Polpette di carne al forno  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
VITELLONE, CARNE PER MACINATO FR	g	50,000	80,000	100,000	
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	10,000	10,000	15,000	
BIO - PANE	g	0,010	0,013	0,017	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	4,000	5,000	6,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020	
		<b>Kcal:</b>	121,777	174,270	220,291
		<b>Kjoule:</b>	509,759	729,497	922,142

**Codice:** RMAD00000240  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Mozzarella  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
FORMAGGIO, MOZZARELLA	g	50,000	70,000	100,000	
		<b>Kcal:</b>	122,050	170,870	244,100
		<b>Kjoule:</b>	510,901	715,261	1.021,802

**Preparazione:**

**Codice:** RMAD00000241  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Coscio di pollo arrosto  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
POLLO, COSCIA FR	g	50,000	80,000	100,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,600	3,900	
ROSMARINO, ADco	g	0,010	0,016	0,020	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020	
		<b>Kcal:</b>	92,057	136,502	165,233
		<b>Kjoule:</b>	385,351	571,398	691,666

**Codice:** RMAD00000242  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Prosciutto crudo  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PROSCIUTTO CRUDO DI PARMA	g	40,000	50,000	60,000
		<b>Kcal:</b> 87,160	108,950	130,740
		<b>Kjoule:</b> 364,851	456,064	547,277

**Preparazione:**

**Codice:** RMAD00000243  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Prosciutto cotto  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PROSCIUTTO COTTO	g	40,000	50,000	60,000
		<b>Kcal:</b> 86,040	107,550	129,060
		<b>Kjoule:</b> 360,163	450,204	540,245

**Preparazione:**

**Codice:** RMAD00000244  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Arista al forno  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
SUINO, ARISTA FR	g	50,000	80,000	100,000
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,011	0,014
ROSMARINO, ADco	g	0,010	0,011	0,014
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
VINO BIANCO	g	0,010	0,016	0,020
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020
		<b>Kcal:</b> 102,411	155,981	194,978
		<b>Kjoule:</b> 428,694	652,939	816,177

**Codice:** RMAD00000245  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Frittata con patate  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	60,000	60,000	120,000
PATATE	g	40,000	40,000	50,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,010	0,020
		<b>Kcal:</b> 144,033	153,024	252,255
		<b>Kjoule:</b> 602,922	640,558	1.055,939

**Codice:** RMAD00000246  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Carne alla pizzaiola  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
VITELLONE, FETTINA FR.	g	50,000	80,000	100,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	30,000	30,000	40,000	
ORIGANO, ADco macinato	g	0,010	0,016	0,020	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,016	0,020	
VINO BIANCO	g	0,010	0,016	0,020	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020	
		<b>Kcal:</b>	85,107	125,145	156,964
		<b>Kjoule:</b>	356,261	523,859	657,053

**Codice:** RMAD00000247  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Galbanino  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
FORMAGGIO, GALBANINO	g	40,000	50,000	60,000	
		<b>Kcal:</b>	172,280	215,350	258,420
		<b>Kjoule:</b>	721,164	901,455	1.081,746

**Preparazione:**

**Codice:** RMAD00000248  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Petto di pollo panato  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
POLLO, PETTO FR.	g	50,000	80,000	100,000	
BIO - PANE GRATTUGIATO	g	5,000	7,000	10,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020	
		<b>Kcal:</b>	90,068	133,987	171,145
		<b>Kjoule:</b>	377,024	560,869	716,412

**Codice:** RMAD00000249  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Frittata al formaggio  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	60,000	60,000	120,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	15,000	15,000	15,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,010	0,020	
		<b>Kcal:</b>	164,433	173,424	263,715
		<b>Kjoule:</b>	688,316	725,952	1.103,910

**Codice:** RMAD00000250  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Stracchino  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
FORMAGGIO, STRACCHINO	g	60,000	70,000	80,000	
		<b>Kcal:</b>	179,940	209,930	239,920
		<b>Kjoule:</b>	753,228	878,766	1.004,305

**Preparazione:**

**Codice:** RMAD00000252  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Caciotta toscana  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
FORMAGGIO, CACIOTTA VACCINA FRESCA	g	30,000	50,000	60,000	
		<b>Kcal:</b>	78,270	130,450	156,540
		<b>Kjoule:</b>	327,638	546,063	655,276

**Preparazione:**

**Codice:** RMAD00000254  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Frittata semplice  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	60,000	60,000	120,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,010	0,020	
		<b>Kcal:</b>	108,273	117,264	207,555
		<b>Kjoule:</b>	453,230	490,867	868,825

**Codice:** RMAD00004360  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Sformato di pesce  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
PESCE, MERLUZZO FILETTI SURG.	g	70,000	100,000	120,000	
PATATE	g	40,000	57,143	68,571	
BIO - PANE GRATTUGIATO	g	5,000	7,143	8,571	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,000	8,571	10,286	
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	6,000	9,000	10,286	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,015	0,017	
		<b>Kcal:</b>	164,701	235,864	282,345
		<b>Kjoule:</b>	689,438	987,329	1.181,899

**Codice:** RMAD00004361  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Merluzzo alla pizzaiola  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
PESCE, MERLUZZO FILETTI SURG.	g	70,000	100,000	120,000	
BIO - POMODORI, PELATI	g	20,000	28,571	34,286	
ORIGANO, ADco macinato	g	0,010	0,014	0,017	
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,014	0,017	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,000	9,000	10,286	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,015	0,017	
		<b>Kcal:</b>	110,463	161,657	189,368
		<b>Kjoule:</b>	462,401	676,698	792,696

**Codice:** RMAD00004363  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Merluzzo al pomodoro fresco  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PESCE, MERLUZZO FILETTI SURG.	g	70,000	100,000	120,000
BIO - POMODORI	g	20,000	28,571	34,286
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,014	0,017
BIO - PREZZEMOLO	g	0,010	0,014	0,017
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,000	8,571	10,286
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,017
		<b>Kcal:</b> 110,132	157,327	188,800
		<b>Kjoule:</b> 461,013	658,573	790,319

**Codice:** RMAD00004364  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Bastoncini di pesce  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BASTONCINI DI PESCE CONG.	g	60,000	90,000	120,000
		<b>Kcal:</b> 116,940	175,410	233,880
		<b>Kjoule:</b> 489,510	734,266	979,021

**Preparazione:**  
Disporre i bastoncini su una teglia, informare e portare a cottura

**Codice:** RMAD00004368  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Pollo al forno  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
POLLO, PETTO FR.	g	50,000	80,000	100,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,800	6,000
ROSMARINO, ADco	g	0,010	0,016	0,020
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020
		<b>Kcal:</b> 75,457	120,731	150,914
		<b>Kjoule:</b> 315,863	505,382	631,727

**Codice:** RMAD00004370  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Filetto di passera gratinato  
**Categoria:** Secondo piatto

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PESCE, PASSERA FILETTI SURG./CONG.	g	70,000	100,000	120,000
BIO - PANE GRATTUGIATO	g	5,000	7,143	8,571
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,286	5,143
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,017
		<b>Kcal:</b> 90,198	128,857	154,625
		<b>Kjoule:</b> 377,568	539,396	647,260

**Codice:** RMAD00004371  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Tortino di verdure  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
BIO - SPINACI SURG.	g	50,000	60,000	80,000	
PATATE	g	40,000	48,000	64,000	
UOVA , MISTO PASTORIZZATO	g	10,000	12,000	16,000	
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	10,000	12,000	16,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,000	6,000	
BIO - PANE GRATTUGIATO	g	0,010	0,012	0,016	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,016	
		<b>Kcal:</b>	129,702	150,248	218,312
		<b>Kjoule:</b>	542,933	628,938	913,857

**Codice:** RMAD00004374  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Nasello alle erbe  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
PESCE, NASELLO, FILETTO SURG.	g	70,000	100,000	120,000	
BIO - PREZZEMOLO	g	0,010	0,014	0,017	
BIO - AGLIO, FR.	g	0,010	0,014	0,017	
BIO - LIMONE	g	0,010	0,014	0,017	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	6,000	8,571	10,286	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,014	0,017	
		<b>Kcal:</b>	103,443	147,772	177,334
		<b>Kjoule:</b>	433,014	618,574	742,320

**Codice:** RMAD00004376  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Tacchino panato  
**Categoria:** Secondo piatto

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
TACCHINO, FESA/PETTO FRESCA	g	50,000	80,000	100,000	
BIO - PANE GRATTUGIATO	g	5,000	8,000	10,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,800	6,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,016	0,020	
		<b>Kcal:</b>	89,918	143,869	179,836
		<b>Kjoule:</b>	376,396	602,235	752,793



**Codice:** RMC0N00000256  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Carote Julienne  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - CAROTE FRESCHE	g	80,000	100,000	120,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,750	4,500
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,015
		<b>Kcal:</b> 54,813	68,516	82,219
		<b>Kjoule:</b> 229,447	286,809	344,170

**Codice:** RMC0N00000257  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Patate all'olio  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PATATE	g	100,000	120,000	150,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015
		<b>Kcal:</b> 116,373	143,244	179,055
		<b>Kjoule:</b> 487,137	599,619	749,524

**Codice:** RMC0N00000258  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Fagiolini all'olio  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - FAGIOLINI FINI SURG.	g	100,000	120,000	150,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015
		<b>Kcal:</b> 50,273	63,924	79,905
		<b>Kjoule:</b> 210,442	267,585	334,482

**Codice:** RMC0N00000259  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Purè di patate  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PATATE	g	100,000	120,000	150,000
LATTE, INTERO UHT	g	15,000	20,000	30,000
BURRO	g	5,000	7,000	10,000
FORMAGGIO, PARMIGIANO REGGIANO, DISTRIBUZIONE	g	3,000	4,000	5,000
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015
		<b>Kcal:</b> 174,845	223,734	292,255
		<b>Kjoule:</b> 731,901	936,550	1.223,379

**Codice:** RMC0N00000260  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Insalata mista  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - INSALATA	g	20,000	25,000	30,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	20,000	30,000	40,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,015	
		<b>Kcal:</b>	37,353	50,679	64,005
		<b>Kjoule:</b>	156,359	212,142	267,924

**Codice:** RMC0N00000261  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Insalata verde  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - INSALATA	g	40,000	50,000	60,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,015	
		<b>Kcal:</b>	33,813	44,514	55,215
		<b>Kjoule:</b>	141,541	186,335	231,129

**Codice:** RMC0N00000262  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Piselli brasati  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti	U.M.	Quantità netta			
		INF	PR	AD	
BIO - PISELLI, SURG.	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - SEDANO	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CIPOLLA	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	3,000	4,000	5,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017	
		<b>Kcal:</b>	63,306	84,408	105,510
		<b>Kjoule:</b>	264,998	353,331	441,664

**Codice:** RMC0N00000263  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Patate al forno  
**Categoria:** Contorno

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
PATATE	g	100,000	120,000	150,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
ROSMARINO, ADco	g	0,010	0,012	0,015	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	116,407	143,285	179,106
		<b>Kjoule:</b>	487,280	599,791	749,738

**Codice:** RMC0N00000264  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Carote al forno  
**Categoria:** Contorno

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
BIO - CAROTE FRESCHE	g	100,000	120,000	150,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	61,773	77,724	97,155
		<b>Kjoule:</b>	258,581	325,352	406,690

**Codice:** RMC0N00000265  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Bieta al limone  
**Categoria:** Contorno

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
BIETOLE/ERBETTE SURG.	g	130,000	150,000	180,000	
BIO - LIMONE	g	0,010	0,012	0,014	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,014	
		<b>Kcal:</b>	61,424	75,715	92,656
		<b>Kjoule:</b>	257,121	316,944	387,860

**Codice:** RMC0N00000266  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Insalata di carote e patate  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti		U.M.	Quantità netta		
			INF	PR	AD
PATATE	g	60,000	70,000	90,000	
BIO - CAROTE FRESCHE	g	40,000	50,000	60,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	94,533	115,944	146,295
		<b>Kjoule:</b>	395,715	485,341	612,390

**Codice:** RMC0N00000269  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Zucchine gratinate  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti		U.M.	Quantità netta		
			INF	PR	AD
BIO - ZUCCHINE FRESCHE	g	130,000	150,000	200,000	
BIO - PANE GRATTUGIATO	g	5,000	7,000	7,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	4,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	56,828	74,017	79,867
		<b>Kjoule:</b>	237,882	309,835	334,323

**Codice:** RMC0N00000270  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Insalata di pomodori  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti		U.M.	Quantità netta		
			INF	PR	AD
BIO - POMODORI	g	100,000	120,000	150,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	46,773	59,724	74,655
		<b>Kjoule:</b>	195,791	250,004	312,505

**Codice:** RMC0N00004365  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Piselli all'olio  
**Categoria:** Contorno

Ingredienti		U.M.	Quantità netta		
			INF	PR	AD
BIO - PISELLI, SURG.	g	60,000	80,000	100,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	4,000	5,000	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,013	0,017	
		<b>Kcal:</b>	60,813	81,084	101,355
		<b>Kjoule:</b>	254,563	339,417	424,272

**Codice:** RMC0N00004366  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Fagiolini al limone  
**Categoria:** Contorno

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
BIO - FAGIOLINI FINI SURG.	g	100,000	120,000	150,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,600	4,500	
BIO - LIMONE	g	0,010	0,012	0,015	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	50,274	60,328	75,411
		<b>Kjoule:</b>	210,447	252,537	315,671

**Codice:** RMC0N00004372  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Spinaci all'olio  
**Categoria:** Contorno

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
BIO - SPINACI SURG.	g	130,000	150,000	180,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,462	4,154	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,014	
		<b>Kcal:</b>	68,443	78,976	94,768
		<b>Kjoule:</b>	286,502	330,597	396,701

**Codice:** RMC0N00004373  
**Versione:** Sc. Germanica  
**Descrizione:** Carote all'olio  
**Categoria:** Contorno

		Quantità netta			
		INF	PR	AD	
Ingredienti	U.M.				
BIO - CAROTE FRESCHE	g	100,000	120,000	150,000	
BIO - OLIO DI OLIVA EXTRAVERGINE	g	3,000	3,600	4,500	
SALE IODURATO FINE	g	0,010	0,012	0,015	
		<b>Kcal:</b>	61,773	74,127	92,659
		<b>Kjoule:</b>	258,581	310,298	387,872

Codice: RMFRD00001848  
Versione: Sc. Germanica  
Descrizione: Frutta di stagione  
Categoria: Frutta/Dessert

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - MELA	g	130,000	150,000	150,000
		<b>Kcal:</b> 58,890	67,950	67,950
		<b>Kjoule:</b> 246,513	284,438	284,438

Preparazione:

Codice: RMFRD00001849  
Versione: Sc. Germanica  
Descrizione: Yogurt  
Categoria: Frutta/Dessert

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BIO - YOGURT ALLA FRUTTA	g	125,000	125,000	125,000
		<b>Kcal:</b> 106,125	106,125	106,125
		<b>Kjoule:</b> 444,239	444,239	444,239

Preparazione:

Codice: RMFRD00001850  
Versione: Sc. Germanica  
Descrizione: Gelato  
Categoria: Frutta/Dessert

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
GELATO, COPPA VANIGLIA/CACAO SURG.	g	50,000	50,000	50,000
		<b>Kcal:</b> 111,100	111,100	111,100
		<b>Kjoule:</b> 465,064	465,064	465,064

Preparazione:

Codice: RMFRD00004375  
Versione: Sc. Germanica  
Descrizione: Budino  
Categoria: Frutta/Dessert

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
BUDINO	g	100,000	100,000	100,000
		<b>Kcal:</b> 134,000	134,000	134,000
		<b>Kjoule:</b> 560,923	560,923	560,923

Preparazione:

Codice: RMPAN00001855  
Versione: Sc. Germanica  
Descrizione: Pane  
Categoria: Pane

Ingredienti	U.M.	Quantità netta		
		INF	PR	AD
PANE	g	30,000	40,000	50,000
		<b>Kcal:</b> 87,270	116,360	145,450
		<b>Kjoule:</b> 365,312	487,082	608,853

Preparazione: