

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

ALLEGATO 3 AL CAPITOLATO TECNICO
SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE ALLE TABELLE DELLE
GRAMMATURE

INDICE

PRIMI PIATTI

CANNELLONI DI MAGRO
CREMA D' ASPARAGI
CREMA DI CARCIOFI
CREMA DI PORRO CON CROSTINI
FUSILLI CACIO E PEPE
GNOCCHI ALLA PIEMONTESE
GNOCCHI DI PATATE AL RAGU'
INSALATA DI RISO
INSALATA DI RISO PRIMAVERILE
LASAGNE AL FORNO
LASAGNE AL PESTO
LINGUINE ALL'AMATRICIANA
MACCHERONI ALLA CARRETTIERA
MACCHERONI ALLE MELANZANE
MALTAGLIATI CON CECI
MINESTRA DI ASPARAGI
MINESTRA DI FARRO
MINESTRA DI VERDURE CON MALTAGLIATI
MINESTRA D'ORZO CON RISO
MINESTRONE ALLA GENOVESE
MINESTRONE ALLA NAPOLETANA
MINESTRONE CON RISO
MINESTRONE DI RISO CON PORRI
MINESTRONE DI VERDURE CALDO /FREDDO
MINESTRONE TOSCANO CON CANNELLINI
MOSTACCIOLI ALLA NORCINA
ORECCHIETTE POMODORO E BASILICO
PAELLA VEGETARIANA
PASSATELLI IN BRODO
PASSATO DI VERDURA CON CROSTINI
PASTA AL POMODORO
PASTA AL SALMONE (Formati a rotazione secondo menù)
PASTA ALLA CARBONARA (Formati a rotazione secondo menu')
PASTA CON PATATE E PISELLI
PASTA CORTA CON BROCCOLETTI
PASTA E CECI
PASTA E FAGIOLI
PASTA E FAGIOLI DEL PAPA

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PASTA E PISELLI
PASTA GAMBERI E ZUCCHINE
PASTA IN BIANCO
PASTA IN SALSA DI PEPERONI
PENNE ALL'ARRABBIATA
PENNETTE ALLE ZUCCHINE
PIPE ALLA CIOCIARA
RAVIOLI DI MAGRO AL BURRO E SALVIA
RAVIOLI IN BRODO
RISO AL POMODORO
RISO ALLA RUCOLA
RISO CON FEGATINI
RISO E CECI
RISO IN BIANCO
RISOTTO ALLA CAMPAGNOLA
RISOTTO ALLA PESCATORA
RISOTTO COL POLPO
RISOTTO CON CUORI DI CARCIOFO
RISOTTO DEL FATTORE
SFORMATO DI RISO
SFORMATO DI RISO E PEPERONI
SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO
SPAGHETTI AL TONNO E VONGOLE
SPAGHETTI ALLE VONGOLE
STRACCIATELLE ALLA ROMANA
TAGLIATELLE ALLA PAPALINA
TIMBALLO DI RISO E PESCE
TORTELLINI IN BRODO
VELLUTATA AI FUNGHI
VELLUTATA DI CARCIOFI
VELLUTATA DI VERDURE

BESCIAMELLA
RAGU'

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

SECONDI PIATTI

ARROSTO DI LONZA
ARROSTO DI MANZO
ARROSTO DI TACCHINO
ARROSTO DI VITELLO
ARROTOLATO DI TACCHINO
BOCCONCINI DI VITELLO
BOLLITO DI MANZO IN SALSA VERDE
BOLLITO MISTO IN SALSA VERDE
BRACIOLA DI MAIALE
BRASATO DI MANZO
BRIE IN CROSTA
CARNE O PESCE AI FERR
CERNIA GRATINATA
CONIGLIO ALLA CACCIATORA
COTOLETTA DI LONZA
COTOLETTA DI MELANZANE
COTOLETTA DI POLLO
COTOLETTA DI TACCHINO
CROCCHETTE DI RISO
FETTINA DI VITELLO AL FORNO CON ROSMARINO
FILETTO DI MERLUZZO GRATINATO
FILETTO DI NASELLO AI PEPERONI
FILETTO DI NASELLO ALLE OLIVE
FILETTO DI NASELLO AL POMODORO
FRITTATA ALLE ZUCCHINE
FRITTATA CON ASPARAGI
FRITTATA CON GAMBERETTI
FRITTATA CON GERMOGLI
FRITTATA CON SPINACI
FRITTATA DI PATATE
FRITTATA DI PROSCIUTTO
HAMBURGER AL FORNO
INVOLTINI CON VERDURE
INVOLTINI DI VITELLO E SALSICCIA CON VERDURE
LOMBO DI SUINO ARROSTO
MELANZANE ALLA PARMIGIANA
MOZZARELLA IN CARROZZA
OMELETTE AL FORMAGGIO
OMELETTE AL PROSCIUTTO
PEPERONI RIPIENI

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PETTO DI POLLO AGLI AROMI
PETTO DI TACCHINO AGLI AROMI
PIZZA ALLA ROMANA (TRANCIO)
PIZZA AL PROSCIUTTO (TRANCIO)
PIZZA MARGHERITA (TRANCIO)
PLATESSA DORATA AL FORNO
POLLO AL FORNO
POLLO ALLA CACCIATORA
POLLO ALLA DIAVOLA
POLPETTINE AL FORNO
POLPETTE DI RICOTTA
POLPETTONE RIPIENO
POLPETTONE VEGETARIANO
PUNTA DI VITELLO AL FORNO
ROLLE' DI TACCHINO CON FUNGHI
SALAMELLE IN UMIDO
SALTIMBOCCA ALLA ROMANA
SCALOPPINE AI CARCIOFI
SCALOPPINE AL MARSALA
SCALOPPINE AL VINO BIANCO
SCALOPPINE DI MANZO ALLA PIZZAIOLA
SCALOPPINE DI POLLO ALL'ARANCIA
SEPPIOLINE IN UMIDO
SFORMATO DI CARCIOFI
SPEZZATINO DI VITELLO
SPIEDINI DI PESCE
SPIEDINI DI POLLO
SPIEDINI DI POLLO E SUINO
STRUDEL DI SPINACI E FONTINA
TORTA DI SPINACI
TORTINO ALLE ZUCCHINE
TORTINO DI VERDURA
TRANCIO DI PALOMBO IN UMIDO
TRIPPA ALLA ROMANA
ZUCCHINE RIPIENE
WURSTEL CON CRAUTI

SECONDI PIATTI FREDDI

ARROSTO RIPIENO FREDDO
BRESAOLA
BRESAOLA, RUCOLA E GRANA
CACIOCAVALLO
CACIOTTA
CRESCENZA
CROSTATA DI SPINACI E RICOTTA
EMMENTHAL
FONTINA
GORGONZOLA
INSALATA AL FORMAGGIO
INSALATA ALLA GRECA
INSALATA CON PEPERONI, TOFU E GERMOGLI
INSALATA DI CARNE
INSALATA DI PATATE, FAGIOLI E RUCOLA
INSALATA DI POLLO E SOIA
INSALATA MISTA CON TONNO
INSALATA VIENNESE
INSALATA VIENNESE CON MANZO
INVOLTINI DI PROSCIUTTO COTTO CON INSALATA RUSSA
MORTADELLA
MOZZARELLA
MOZZARELLA ALLA CAPRESE
NASELLO BOLLITO IN SALSA TARTARA
PANCETTA COPPATA
PECORINO
POLPO IN INSALATA CON PATATE
PROSCIUTTO COTTO
PROSCIUTTO CRUDO
PROSCIUTTO E MELONE
PROVOLONE
RICOTTA ROMANA
ROAST BEEF ALL'INGLESE
ROAST BEEF CON RUCOLA E GRANA
SALAME
SALSICCIA PICCANTE
SPECK
TALEGGIO
TONNO CON FAGIOLI
TORTA PASQUALINA
VITELLO TONNATO

CONTORNI

❖ CONTORNI CRUDI

CAROTE GRATTUGIATE
FINOCCHI IN INSALATA
INSALATA DI CICORINO
INSALATA DI POMODORI
INSALATA DI POMODORI E CETRIOLI
INSALATA DI POMODORI E MAIS
INSALATA DI POMODORI E OLIVE NERE
INSALATA DI RADICCHIO, RUCOLA E CICORINO
INSALATA DI VERZA
INSALATA MISTA
INSALATA ROSSA
INSALATA VERDE
INSALATA VERDE E CAROTE FILANGÈ
INSALATA VERDE E GERMOGLI
INSALATA VERDE E OLIVE
INSALATA VERDE E POMODORI
INSALATA VERDE POMODORI E SEDANO
INSALATA VERDE E RAVANELLI

❖ CONTORNI COTTI CALDI

BIETA ERBETTA AL BURRO
CAPONATA DI MELANZANE
CAROTE AL BURRO
CAROTE BRASATE
CATALOGNA AGLIO OLIO E PEPERONCINO
CAVOLFIORI GRATINATI
COSTE AL FORMAGGIO
FAGIOLINI AL POMODORO
FAGIOLINI AL PREZZEMOLO
FAGIOLINI IN INSALATA
FINOCCHI ALLA PARMIGIANA
FINOCCHI AL VINO BIANCO
FUNGHI CHAMPIGNONS TRIFOLATI
INSALATA DI FAGIOLINI E PATATE
LENTICCHIE AL POMODORO
MELANZANE AL FUNGHETTO

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PATATE AL FORNO
PATATE ALLA PIZZAIOLA
PATATE FRITTE
PISELLI AL PROSCIUTTO
PISELLI BRASATI
PISELLI E CAROTE AL BURRO
PURE' DI PATATE
SPINACI AGLIO E OLIO
SPINACI AL BURRO
ZUCCHINE TRIFOLATE
VERDURE COTTE MISTE

❖ CONTORNI COTTI FREDDI

BARBABIETOLE ALL'OLIO
BIETA ERBETTA ALL'AGRO
BIETA ERBETTA ALL'OLIO
BROCCOLI AGLIO E OLIO
CARCIOFI ALLA ROMANA
CATALOGNA AGLIO E OLIO
CATALOGNA LESSATA
CAVOLFIORI AL VAPORE
CECI E SEDANO IN INSALATA
CECI IN INSALATA
CIPOLLINE IN AGRODOLCE
COSTE AGLIO E OLIO
COSTE LESSATE
FAGIOLI ALL'UCCELLETTO
FAGIOLI DI SPAGNA E CIPOLLOTTI
FAGIOLINI ALL'OLIO
FAGIOLINI E PATATE
FAGIOLINI IN INSALATA
MELANZANE AL FUNGHETTO
PATATE AL FORNO
PATATE LESSATE
PATATE PREZZEMOLATE
PEPERONI GRIGLIATI O AL FORNO
SPINACI ALL'AGRO
SPINACI ALL'OLIO E LIMONE
ZUCCHINE GRATINATE
ZUCCHINE GRIGLIATE
VERDURE MISTE GRATINATE
VERDURE MISTE GRIGLIATE

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PIATTI UNICI

BRASATO DI MANZO AL VINO CON POLENTA
GULASH ALL'UNGHERESE CON POLENTA
INSALATA AL FORMAGGIO CON CROSTONI
INSALATA PARMIGIANA AL FORMAGGIO E CROSTONI
PIATTO DI SALUMI MISTI CON VERDURA ALLA PIASTRA
POLENTA CON FORMAGGIO
POLLO AL CURRY CON RISO
POLLO ALLA CACCIATORA CON POLENTA
RISO PILLAFF AL RAGU' E PISELLI
SPEZZATINO CON RISO
TRIS FORMAGGI CON VERDURA ALLA PIASTRA

PANE E GRISSINI

PANE COMUNE O INTEGRALE
CRACKERS
GRISSINI

FRUTTA

FRUTTA FRESCA DI STAGIONE
FRUTTA COTTA
FRUTTA ESOTICA
MACEDONIA DI FRUTTA

DOLCE E DESSERT

DESSERT AL CUCCHIAIO
DOLCE
GELATO
YOGURT

BIBITE

ACQUA MINERALE
BIRRA NAZIONALE
VINO
SOFT DRINK
SUCCO DI FRUTTA

VARIAZIONI IN PESO DEGLI ALIMENTI CON LA COTTURA

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PRIMI PIATTI

Cannelloni di magro		
Pasta secca all'uovo	g	80
Besciamella * (vedi ricetta in fondo ai primi piatti)	g	40
Pomodori pelati	g	25
Grana padano	g	6
Carne trita di b.a.	g	30
Carne trita di lonza di suino	g	15
Uovo intero pastorizzato	g	5
Prezzemolo	g	1
Crema d'asparagi		
Patate	g	50
Punte di asparagi surgelate	g	60
Panna uht	g	20
Olio extravergine di oliva	g	5
Cipolla	g	10
Grana Padano	g	6
Sale	g	0.1
Pepe	g	0.05
Aglio	g	0.5
Crema di carciofi		
Cuori di carciofo surgelati	g	50
Patate	g	40
Bieta erbetta surgelata	g	50
Piselli	g	30
Olio extravergine oliva	g	5
Aglio	g	1
Prezzemolo	g	1
Fecola di patate	g	5
Latte uht	g	40
Sale	g	0.1
Pepe	g	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Crema di porro con crostini		
Porri	50	100
Patate	50	50
Olio extravergine di oliva	50	3
Panna uht	50	20
Prezzemolo	50	1
Aglione	50	1
Pepe bianco	50	0.05
Grana Padano	50	6
Sale	50	0.1
Crostini	50	30
Fusilli cacio e pepe		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Olio extravergine di oliva	50	15
Aglione	50	1
Cacio dolce stagionato	50	20
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Gnocchi alla piemontese		
Gnocchi di patate	50	200
Pomodori pelati	50	60
Carne macinata di b.a.	50	30
Grana padano	50	6
Olio extravergine di oliva	50	3
Funghi champignon secchi	50	30
Sale	50	0.1
Gnocchi di patate al ragù		
Gnocchi di patate	50	200
Grana padano	50	6
Ragù * (vedi ricetta in fondo ai primi piatti)	50	60
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata di riso		
Riso parboiled	80	80
Peperoni sott'olio	13	13
Piselli surgelati	13	13
Cetriolini, cipolline sott'aceto	10	10
Emmenthal	15	15
Uovo sodo	30	30
Olio extravergine di oliva	8	8
Tonno all'olio di oliva sgocciolato	15	15
Olive nere snocciolate	10	10
Prosciutto cotto	30	30
Sale	0.1	0.1
Insalata di riso primaverile		
Riso parboiled	80	80
Ravanelli	15	15
Olive verdi e nere snocciolate	15	15
Sedano di verona	15	15
Carote	15	15
Capperi sottosale	3	3
Basilico	1	1
Olio extravergine di oliva	8	8
Succo di limone	5	5
Sale	0.1	0.1
Lasagne al forno		
Pasta secca per lasagne	80	80
Besciamella	30	30
Ragù di carne*(vedi ricetta in fondo ai primi piatti)	50	50
	10	10
Mozzarella	10	10
Grana padano	5	5
Burro	0.1	0.1
Sale		

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Lasagne al pesto		
Pasta secca per lasagne	80	
Pesto confezionato	20	
Besciamella *(vedi ricetta in fondo ai primi piatti)	60	
Grana padano	20	
Burro	6	
Sale	0.1	
Linguine all'amatriciana		
Pasta di semola di g.d.	100	
Pancetta affumicata	30	
Cipolla	10	
Olio extravergine di oliva	10	
Pomodori pelati	60	
Peperoncino	0.05	
Sale	0.1	

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Maccheroni alla carrettiera		
Pasta di semola di g.d.	kg	100
Pomodori pelati	kg	50
Olive nere snocciolate	kg	15
Origano secco	kg	0.05
Capperi sotto sale	kg	2
Grana padano	kg	6
Sale	kg	0.1
Maccheroni alle melanzane		
Pasta di semola di g.d.	kg	100
Melanzane	kg	50
Pomodori pelati	kg	60
Grana padano	kg	6
Olio extravergine di oliva	kg	5
Basilico	kg	1
Sale	kg	0.1
Maltagliati con ceci		
Pasta di semola di g.d.	kg	35
Ceci lessati al naturale	kg	40
Cipolla	kg	5
Olio extravergine di oliva	kg	6
Sale	kg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Minestra di asparagi		
Patate	g	50
Punte di Asparagi surgelate	g	60
Olio extravergine di oliva	g	5
Cipolla	g	10
Brodo vegetale	CC	150
Sale	g	0.1
Minestra di farro		
Fagioli borlotti lessati al naturale	g	40
Cipolla	g	10
Carote	g	20
Coste di sedano	g	10
Patate	g	40
Prezzemolo	g	10
Farro	g	60
Olio extravergine di oliva	g	10
Brodo vegetale	CC	150
Sale	g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Minestra alle verdure con maltagliati		
Pasta di semola di g.d.	sg	40
Lardo	sg	10
Zucca	sg	50
Bieta erbetta surgelata	sg	25
Pomodori pelati	sg	70
Piselli surgelati	sg	120
Grana padano	sg	6
Basilico	sg	1
Brodo vegetale	CC	150
Prezzemolo	sg	1
Cipolla	sg	10
Patate	sg	40
Zucchine fresche	sg	50
Carote	sg	25
Sedano	sg	25
Olio extravergine di oliva	sg	6
Sale	sg	0.1
Minestra d'orzo con riso		
Riso parboiled	sg	40
Orzo perlato	sg	30
Pomodori pelati	sg	30
Cipolla	sg	10
Olio extravergine di oliva	sg	10
Brodo vegetale	CC	150
Aglione	sg	1
Sale	sg	0.1
Minestrone alla genovese		
Pasta di semola di g.d.	sg	40
Verdura mista di stagione fresca	sg	80
Patate	sg	45
Pesto confezionato	sg	10
Olio extravergine di oliva	sg	6
Pecorino stagionato	sg	6
Grana padano	sg	6
Aglione	sg	1
Sale	sg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Minestrone alla napoletana		
Riso parboiled	50	30
Pomodori pelati	50	30
Prosciutto crudo	50	17
Carote	50	20
Patate	50	20
Zucchine fresche	50	30
Sedano	50	15
Peperoni rossi e gialli	50	40
Cipolla	50	6
Aglione	50	1
Prezzemolo	50	1
Basilico	50	1
Sale	50	0.1
Minestrone con riso		
Riso parboiled	50	40
Verdura surgelata	50	80
Patate	50	50
Olio extravergine di oliva	50	6
Pomodori pelati	50	10
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1
Minestrone di riso con porri		
Riso parboiled	50	80
Verdure miste di stagione	50	50
Porri	50	30
Patate	50	30
Olio extravergine oliva	50	6
Aglione	50	1
Prezzemolo	50	1
Grana padano	50	7
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Minestrone di verdure		
Pasta di semola di g.d. o riso parboiled	50	40
Verdura fresca	50	80
Patate	50	80
Pomodori	50	20
Olio extravergine di oliva	50	15
Grana padano	50	6
Aglione	50	1
Basilico	50	1
Sale	50	0.1
Minestrone toscano con cannellini		
Pasta di semola di g.d.	50	40
Cannellini secchi	50	50
Verza	50	110
Pomodori pelati	50	40
Carote	50	20
Sedano	50	15
Pancetta	50	12
Olio extravergine di oliva	50	10
Cipolla	50	6
Aglione	50	1
Prezzemolo	50	1
Basilico	50	1
Sale	50	0.1
Mostaccioli alla norcina		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Carne di vitellone	50	20
Crema di tartufo	50	2
Funghi champignons freschi	50	10
Olio extravergine di oliva	50	7
Aglione	50	1
Prezzemolo	50	1
Pomodori pelati	50	10
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Orecchiette pomodoro e basilico		
Pasta di semola di g.d.	kg	100
Olio extravergine di oliva	kg	10
Pomodori pelati	kg	50
Basilico	kg	2
Cipolla o aglio	kg	5 – 1
Sale	kg	0.1
Paella vegetariana		
Riso parboiled	kg	80
Cuori di carciofo surgelati	kg	30
Peperoni	kg	25
Zucchine fresche	kg	25
Pomodori	kg	40
Melanzane	kg	25
Carote	kg	20
Olio extravergine di oliva	kg	10
Sale	kg	7
		0.1
Passatelli in brodo		
Passatelli	kg	80
Brodo vegetale	CC	150
Grana padano	kg	6
Sale	kg	0.1
Passato di verdura con crostini		
Verdure miste di stagione	kg	150
Patate	kg	50
Cipolla	kg	10
Burro	kg	10
Olio extravergine di oliva	kg	6
Grana Padano	kg	6
Brodo vegetale	CC	150
Crostini	kg	30
Sale	kg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pasta al pomodoro		
Pasta di semola g.d.	50	100
Pomodori pelati	50	80
Carota	50	10
Sedano	50	5
Olio extravergine oliva	50	6
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1
Pasta al salmone (Formati a rotazione secondo menù)		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Salmone affumicato	50	30
Panna da cucina uht	50	30
Latt uht	50	10
Vino bianco secco	CC	20
Burro	50	5
Prezzemolo (a crudo)	50	3
Sale	50	0.1
Pasta alla carbonara (formati a rotazione secondo menù)		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Uovo intero pastorizzato	50	15
Pancetta tesa affumicata	50	15
Grana padano	50	10
Olio extravergine di oliva	50	5
Sale	50	0.1
Pasta con patate e piselli		
Pasta di semola di g.d.	50	40
Patate	50	50
Piselli surgelati	50	40
Cipolla	50	6
Olio extravergine di oliva	50	5
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pasta corta con broccoletti		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Broccoletti	50	60
Olio extravergine di oliva	50	10
Aglio	50	2
Sale	50	0.1
Peperoncino	50	0.05
Pasta e ceci		
Pasta di semola di g.d.	50	40
Ceci lessati al naturale	50	40
Cipolla	50	6
Olio extravergine di oliva	50	6
Sale	50	0.1
Pasta e fagioli		
Pasta di semola di g.d.	50	40
Cipolla	50	5
Olio extravergine di oliva	50	6
Lardo o pancetta	50	5
Fagioli borlotti lessati al naturale	50	60
Patate	50	60
Sedano	50	5
Aglio	50	1
Pepe	50	0.05
Rosmarino	50	0.1
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pasta e fagioli del papa		
Pasta di semola di g.d.	50	40
Fagioli del papa	50	60
Cipolla	50	5
Olio extravergine di oliva	50	6
Lardo o pancetta	50	5
Patate	50	40
Pomodori pelati	50	10
Sedano	50	5
Aglione	50	1
Pepe	50	0.05
Sale	50	0.1
Pasta e piselli		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Pomodori pelati	50	30
Piselli surgelati	50	30
Olio extravergine di oliva	50	5
Sale	50	0.1
Pasta gamberi e zucchine		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Code di gambero surgelate	50	90
Zucchine fresche	50	70
Scalogno	50	25
Olio extravergine di oliva	50	8
Sale	50	0.1
Peperoncino	50	0.05
Pasta in Bianco		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Burro	50	10
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pasta in salsa di peperoni		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Peperoni rossi e gialli	50	60
Acciughe in filetti	n	1
Olio extravergine di oliva	50	6
Pomodori pelati	50	30
Sale	50	0.1
Penne all'arrabbiata		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Pomodori pelati	50	60
Olio extravergine oliva	50	7
Aglio	50	2
Grana padano	50	6
Peperoncino	50	0.05
Sale	50	0.1
Pennette alle zucchini		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Zucchini fresche	50	50
Olio extravergine di oliva	50	5
Aglio	50	1
Prezzemolo	50	1
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1
Pipe alla ciociara		
Pasta di semola di g.d.	50	100
Salsiccia piccante	50	20
Ricotta fresca	50	20
Cipolla	50	10
Olio Extravergine di oliva	50	6
Salvia	50	2
Rosmarino	50	2
Pecorino Stagionato	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Ravioli di magro burro e salvia		
Ravioli di magro freschi	50	180
Grana padano	50	6
Burro	50	6
Salvia	50	1
Sale	50	0.1
Ravioli in brodo		
Ravioli di carne freschi	50	80
Brodo	CC	150
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1
Riso al pomodoro		
Riso parboiled	50	80
Pomodori pelati	50	60
Carota	50	10
Sedano	50	5
Olio extravergine di oliva	50	6
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1
Riso alla rucola		
Riso parboiled	50	80
Rucola	50	50
Cipolla	50	25
Vino bianco secco	CC	5
Olio extravergine di oliva	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Riso con fegatini		
Riso parboiled	g	80
Fegatini di pollo	g	25
Olio extravergine di oliva	g	6
Brodo vegetale	CC	150
Sale	g	0.1
Pepe	g	0.05
Riso e ceci		
Riso parboiled	g	50
Ceci lessati al naturale	g	30
Cipolla	g	6
Alloro	g	1
Aromi	g	1
Prezzemolo	g	1
Olio extravergine di oliva	g	6
Sale	g	0.1
Riso in bianco		
Riso parboiled	g	80
Burro	g	10
Grana padano	g	6
Sale	g	1
Risotto alla campagnola		
Riso parboiled	g	80
Carota	g	20
Vino bianco secco	CC	10
Fagioli borlotti secchi	g	15
Zucchine fresche	g	10
Piselli surgelati	g	10
Cipolla	g	10
Grana padano	g	6
Sedano	g	5
Olio extravergine di oliva	g	6
Sale	g	0.1
Brodo vegetale	CC	150

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Risotto alla pescatora		
Riso parboiled	sg	80
Gamberetti surgelati	sg	20
Calamari surgelati	sg	15
Cozze surgelate	sg	15
Olio extravergine di oliva	sg	10
Brodo	cc	150
Aglione	sg	1
Prezzemolo	sg	2
Sale	sg	0.1
Risotto col polpo		
Riso parboiled	sg	80
Polpo cong.	sg	60
Funghi secchi	sg	8
Pomodoro	sg	50
Cipolla	sg	3
Carota	sg	5
Sedano	sg	3
Olio extravergine di oliva	sg	10
Prezzemolo	sg	1
Brodo vegetale	sg	150
Sale	sg	0.1
Pepe	sg	0.05
Risotto con cuori di carciofo		
Riso Parboiled	sg	80
Cuori di carciofo surgelati	sg	30
Olio extravergine oliva	sg	7
Vino bianco secco	cc	10
Aglione	sg	1
Prezzemolo	sg	1
Brodo vegetale	cc	150
Sale	sg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Risotto del fattore		
Riso parboiled	80	80
Fesa di pollo refrigerata	40	40
Peperoni	15	15
Zucchine fresche	15	15
Cipolla	7	7
Vino rosso	10	10
Brodo vegetale	150	150
Olio extravergine di oliva	10	10
Aglione	1	1
Alloro	1	1
Prezzemolo	1	1
Sale	0.1	0.1
Pepe	0.05	0.05
Sformato di riso		
Riso parboiled	80	80
Piselli surgelati	30	30
Punte di asparagi surgelate	30	30
Cuori di carciofo surgelati	20	20
Cipolla	8	8
Grana padano	10	10
Caciotta	25	25
Panna da cucina uht	60	60
Uovo intero pastorizzato	15	15
Olio extravergine di oliva	10	10
Sale	0.1	0.1
Sformato di riso e peperoni		
Riso parboiled	80	80
Peperoni	80	80
Pomodoro	70	70
Grana padano	25	25
Pinoli	2	2
Basilico	1	1
Olio extravergine di oliva	10	10
Sale	0.1	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Spaghetti aglio, olio e peperoncino		
Pasta di semola di g.d.	kg	100
Olio extravergine di oliva	kg	10
Aglione	kg	2
Sale	kg	0.1
Peperoncino	kg	0.1
Spaghetti al tonno e vongole		
Pasta di semola di g.d.	kg	100
Vongole surgelate	kg	30
Tonno all'olio di oliva sgocciolato	kg	40
Olio extravergine di oliva	kg	6
Aglione	kg	1
Prezzemolo	kg	1
Vino bianco secco	CC	6
Sale	kg	0.1
Pepe	kg	0.05
Spaghetti alle vongole		
Pasta di semola di g.d.	kg	100
Vongole surgelate	kg	40
Olio extravergine di oliva	kg	6
Aglione	kg	1
Prezzemolo	kg	1
Vino bianco secco	kg	6
Sale	CC	0.1
Pepe	kg	0.05
Stracciatelle alla romana		
Brodo vegetale	CC	250
Uovo intero pastorizzato	kg	80
Grana padano	kg	15
Prezzemolo	kg	3
Sale	kg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Tagliatelle alla papalina		
Pasta all'uovo secca	50	100
Prosciutto cotto a fettine	50	25
Piselli surgelati	50	50
Uovo intero pastorizzato	50	30
Grana padano	50	8
Cipolla	50	6
Olio extravergine di oliva	50	10
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Timballo di riso e pesce		
Riso parboiled	50	80
Filetto di merluzzo cong.	50	20
Filetto di sogliola cong.	50	20
Filetto di nasello cong.	50	20
Funghi champignons	50	40
Piselli surgelati	50	35
Uovo intero pastorizzato	50	15
Grana padano	50	8
Olio extravergine di oliva	50	10
Pane grattugiato	50	10
Burro	50	6
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Tortellini in brodo		
Tortellini freschi	50	80
Brodo di carne	CC	150
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Vellutata ai funghi		
Funghi champignons freschi	sg	50
Funghi porcini secchi	sg	2
Patata	sg	40
Aglio	sg	1
Prezzemolo	sg	1
Olio extravergine oliva	sg	6
Panna da cucina uht	sg	20
Brodo di carne	CC	160
Grana padano	sg	6
Vellutata di carciofi		
Cuori di carciofi surgelati	sg	150
Cipolla	sg	20
Latte uht	sg	20
Grana padano	sg	6
Farina bianca 00	sg	5
Brodo vegetale	CC	150
Sale	sg	0.1
Vellutata di verdure		
Verdure miste di stagione	sg	100
Cipolla	sg	10
Panna da cucina uht	sg	20
Olio extravergine di oliva	sg	5
Brodo vegetale	CC	150
Grana padano	sg	6
Sale	sg	0.1
Besciamella		
Latte uht	sg	50
Farina bianca 00	sg	4
Olio extravergine di oliva	sg	4
Noce moscata	sg	0.05
Sale	sg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Ragù		
Reale di b.a. macinato	5g	30
Pomodori pelati	5g	60
Carote, sedano, cipolla	5g	30
Farina bianca 00	5g	10
Olio extravergine di oliva	5g	14
Sale	5g	0.1
Noce moscata	5g	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

SECONDI PIATTI

Arrosto di lonza		
Lonza suina refrigerata	kg	150
Olio di arachide	kg	10
Aglione	kg	1
Rosmarino	kg	1
Sale	kg	0.1
Arrosto di manzo		
Scamone o fesa di B.A.	kg	170
Olio di arachide	kg	10
Verdure	kg	20
Odori	kg	2
Sale	kg	0.1
Arrosto di tacchino		
Petto di tacchino refrigerato	kg	130
Olio di arachide	kg	10
Verdure	kg	20
Odori	kg	2
Sale	kg	0.1
Arrosto di vitello		
Punta di vitello refrigerata	kg	130
Olio di arachide	kg	10
Verdure	kg	20
Odori	kg	2
Sale	kg	0.1
Arrotolato di tacchino		
Petto di tacchino refrigerato	kg	130
Olio di arachide	kg	10
Aglione	kg	1
Rosmarino	kg	1
Sale	kg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Bocconcini di vitello		
Spalla o reale di vitello refrig.	kg	170
Olio di arachide	kg	6
Cipolla	kg	6
Salvia	kg	4
Farina bianca 00	kg	6
Succo di limone	kg	5
Sale	kg	0.1
Bollito di manzo in salsa verde		
Reale di bovino adulto	kg	170
Verdure miste	kg	40
Sale	kg	0.1
Salsa verde	kg	20
Bollito misto in salsa verde		
Reale di bovino adulto	kg	85
Pollo refrigerato	kg	120
Verdure miste	kg	40
Sale	kg	0.1
Salsa verde	kg	20
Braciola di maiale		
Braciola di maiale	kg	160
Olio di arachide	kg	10
Sale	kg	0.1
Vino	CC	5
Brasato di manzo		
Sottofesa o scamone di B.A.	kg	170
Pomodori pelati	kg	40
Verdure miste (carote, sedano, cipolla)	kg	25
Olio di arachide	kg	5
Sale	kg	0.5
Vino rosso	kg	10

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Brie in crosta		
Pasta sfoglia surgelata	sg	80
Brie	sg	120
Uovo intero pastorizzato	sg	10
Carne o pesce ai ferri		
Fettina di Scamone o controfiletto di B.A.	sg	120
o Lombratina di vitello	sg	120
o Entrecote	sg	120
o Petto di pollo refrig.	sg	130
o Trancio di salmone	sg	150
o Trancio di pesce spada	sg	150
o Filetto di sogliola	sg	120
Cernia Gratinata		
Filetto di cernia surg.	sg	120
Pane grattugiato	sg	40
Aglione	sg	1
Prezzemolo	sg	1
Olio di arachide	sg	10
Vino bianco secco	CC	6
Sale	sg	0.1
Pepe	sg	0.05
Coniglio alla cacciatora		
Coniglio refrigerato	sg	230
Pomodori pelati	sg	20
Funghi porcini secchi	sg	5
Funghi champignons freshi	sg	25
Carote	sg	10
Cipolle	sg	10
Sedano	sg	5
Olio di arachide	sg	4
Prezzemolo	sg	1
Sale	sg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Cotoletta di lonza		
Lonza di suino refrigerato	50	150
Pane grattugiato	50	40
Olio di arachide	50	10
Uovo intero pastorizzato	50	7
Farina bianca 00	50	5
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Cotoletta di melanzane		
Melanzane	50	200
Olio di arachide	50	6
Prezzemolo	50	2
Pane grattugiato	50	40
Sale	50	0.1
Aglione	50	1
Uovo intero pastorizzato	50	7
Cotoletta di pollo		
Petto di pollo refrig.	50	130
Pane grattugiato	50	40
Olio di arachide	50	10
Uovo intero pastorizzato	50	7
Farina bianca 00	50	5
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Cotoletta di tacchino		
Petto di tacchino refrigerato	50	130
Pane grattugiato	50	40
Olio di arachide	50	10
Uovo intero pastorizzato	50	7
Farina bianca 00	50	5
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Crocchette di riso		
Riso parboiled	50	80
Fontina	50	10
Uovo pastorizzato	50	10
Grana padano	50	6
Olio di arachide	50	2
Pane grattugiato	50	5
Sale	50	0.1
Fettine di vitello al forno con rosmarino		
Fesa di vitello refrig.	50	120
Olio di arachide	50	5
Rosmarino	50	1
Sale	50	0.1
Filetto di merluzzo gratinato		
Filetto di merluzzo cong.	50	120
Pane grattugiato	50	20
Olio di arachide	50	6
Prezzemolo	50	1
Aglio	50	1
Sale	50	0.1
Filetto di nasello ai peperoni		
Filetto di nasello cong.	50	120
Olio di arachide	50	6
Peperoni rossi/gialli	50	15
Sale	50	0.1
Origano	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Filetto di nasello alle olive		
Filetto di nasello cong.	50	120
Olio di arachide	50	6
Olive nere snocciolate	50	15
Pomodori pelati	50	15
Sale	50	0.1
Origano	50	0.1
Filetto di nasello al pomodoro		
Filetto di nasello cong.	50	120
Olio di arachide	50	6
Pomodori pelati	50	15
Sale	50	0.1
origano	50	0.1
Frittata alle zucchini		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Grana padano	50	6
Zucchini fresche	50	60
Sale	50	0.1
Olio di arachide	50	10
Prezzemolo	50	1
Frittata con asparagi		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Punte di asparagi surg.	50	40
Burro	50	15
Olio di arachide	50	5
Grana padano	50	10
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Frittata con gamberetti		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Gamberetti sgusciati surgelati	50	30
Cipolla	50	10
Latte uht	50	10
Grana padano	50	6
Olio extravergine di oliva	50	3
Farina bianca 00	50	1
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Frittata con germogli		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Germogli di soia	50	20
Burro	50	15
Olio di arachide	50	5
Grana padano	50	10
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Frittata con spinaci		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Spinaci	50	100
Burro	50	5
Grana padano	50	5
Olio di arachide	50	5
Sale	50	0.1
Frittata di patate		
Patate	50	60
Uovo intero pastorizzato	50	110
Grana padano	50	6
Sale	50	0.1
Olio di arachide	50	10
Prezzemolo	50	1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Frittata di prosciutto		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Prosciutto cotto	50	40
Prezzemolo	50	3
Panna da cucina uht	50	10
Olio di arachide	50	10
Sale	50	0.1
Hamburger al forno		
Reale di manzo	50	150
Olio di arachide	50	10
Sale	50	0.1
Involtini con verdure		
Fettina di fesa di vitello	50	170
Reale di manzo tritato	50	25
Brodo vegetale	CC	25
Burro	50	20
Carota	50	15
Sedano	50	7
Cipolla	50	5
Uovo intero pastorizzato	50	8
Prezzemolo	50	2
Sale	50	0.1
Involtini di vitello e salsiccia con verdure		
Fettina di fesa di vitello	50	85
Salsiccia di suino	50	120
Brodo vegetale	50	25
Burro	50	20
Carota	50	15
Sedano	50	7
Cipolla	50	5
Uovo intero pastorizzato	50	8
Prezzemolo	50	2
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Lombo di suino arrosto		
Lombo di maiale	50	150
Olio di arachide	50	10
Verdure	50	10
Odori	50	2
Sale	50	0.1
Melanzane alla parmigiana		
Melanzane	50	200
Mozzarella	50	60
Pomodori pelati	50	20
Olio di arachide	50	10
Grana padano	50	5
Basilico	50	1
Sale	50	0.1
Mozzarella in carrozza		
Fette di pancarrè	n.	4
Mozzarella filoni	50	100
Uovo intero pastorizzato	50	40
Farina bianca 00	50	20
Sale	50	0.1
Olio di arachide	50	10
Omelette al formaggio		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Emmenthal	50	20
Latte uht	50	10
Farina bianca 00	50	5
Olio di arachide	50	10
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Omelette al prosciutto		
Uovo intero pastorizzato	50	110
Prosciutto cotto	50	20
Latte uht	50	10
Farina bianca 00	50	5
Olio di arachide	50	10
Sale	50	0.1
Peperoni ripieni		
Peperoni	50	180
Ripieno di carne	50	70
Uovo intero pastorizzato	50	6
Grana padano	50	5
Olio di arachide	50	10
Pomodori pelati	50	10
Prezzemolo	50	1
Brodo	CC	25
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Petto di pollo agli aromi		
Petto di pollo refrigerato	50	130
Olio di arachide	50	5
Farina bianca 00	50	4
Vino bianco secco	CC	4
Aceto balsamico	50	4
Sale	50	0.1
Aromi per arrosti	50	2
Petto di tacchino agli aromi		
Petto di tacchino refrigerato	50	130
Olio di arachide	50	5
Farina bianca 00	50	4
Vino bianco secco	CC	4
Aceto balsamico	50	4
Sale	50	0.1
Aromi per arrosti	50	2

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pizza alla romana (Trancio)		
Pasta lievitata per pizza	50	100
Pomodori pelati	50	35
Salame piccante	50	40
Origano	50	0.5
Olio extravergine di oliva	50	10
Sale	50	1
Pizza al prosciutto cotto (Trancio)		
Pasta lievitata per pizza	50	100
Pomodori pelati	50	35
Mozzarella filone	50	30
Prosciutto cotto	50	25
Olio extravergine di oliva	50	6
Sale	50	1
Origano	50	0.5
Pizza margherita (Trancio)		
Pasta lievitata per pizza	50	100
Pomodori pelati	50	50
Mozzarella filone	50	45
Basilico	50	1
Olio extravergine di oliva	50	6
Sale	50	1
Platessa dorata al forno		
Filetti di platessa congelati	50	120
Olio di arachide	50	6
Uovo pastorizzato	50	7
Farina bianca 00	50	10
Sale	50	0.1
Pane grattugiato	50	40

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pollo al forno		
Cosce di pollo refrig.	50	250
Olio di arachide	50	10
Odori	50	2
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Pollo alla cacciatora		
Pollo refrigerato	50	250
Pomodori pelati	50	20
Funghi porcini secchi	50	5
Funghi champignons freshi	50	25
Carote	50	10
Cipolle	50	10
Sedano	50	5
Olio di arachide	50	4
Prezzemolo	50	1
Sale	50	0.1
Pollo alla diavola		
Pollo refrigerato	50	250
Olio di arachide	50	10
Pane grattugiato	50	5
Prezzemolo	50	1
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Polpettine al forno		
Reale di manzo tritato	50	170
Prosciutto cotto	50	30
Uovo intero pastorizzato	50	8
Grana padano	50	6
Olio di arachide	50	5
Pane grattugiato	50	5
Farina bianca 00	50	4
Prezzemolo	50	1
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Polpette di ricotta		
Ricotta romana	50	50
Prosciutto cotto	50	50
Pistacchi sgusciati	12	12
Uovo intero pastorizzato	12	12
Noce moscata	0.05	0.05
Farina bianca 00	6	6
Pangrattato	10	10
Sale	0.1	0.1
Polpettone ripieno		
Reale di b.a. tritato	90	90
Uovo intero pastorizzato	7	7
Frittata	20	20
Cipolla	10	10
Olio di arachide	3	3
Grana padano	3	3
Carota	10	10
Prezzemolo	2	2
Sale	0.1	0.1
Noce moscata	0.05	0.05
Pane grattugiato	10	10
Latte uht	7	7
Polpettone vegetariano		
Patate	100	100
Spinaci surg.	80	80
Piselli surg.	25	25
Grana padano	25	25
Burro	15	15
Uovo intero pastorizzato	30	30
Cipolla	5	5
Carote	10	10
Pane grattugiato	10	10
Sale	0.1	0.1
Pepe	0.05	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Punta di vitello al forno		
Punta di vitello refrigerato	50	170
Olio di arachide	50	5
Aromi per arrosti	50	2
Sale	50	0.1
Rollè di tacchino con funghi		
Petto di tacchino refrig.	50	130
Prosciutto cotto	50	20
Olio di arachide	50	7
Rosmarino	50	1
Aglione	50	1
Sale	50	0.1
Funghi champignons secchi	50	40
Cipolla	50	7
Prezzemolo	50	2
Panna da cucina uht		10
Salamelle in umido		
Salamelle di puro suino refrigerate	50	150
Pomodori pelati	50	40
Aromi	50	3
Farina di mais	50	60
Sale	50	0.1
Saltimbocca alla romana		
Lonza di suino refrig.	50	150
Pancetta	50	20
Vino	50	10
Farina bianca 00	50	5
Olio di arachide	50	7
Salvia	50	2
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Scaloppine ai carciofi		
Fesa di vitello refrigerata	50	120
Cuori di carciofo surg.	50	25
Olio di arachide	50	5
Farina bianca 00	50	4
Sale	50	0.1
Scaloppine al marsala		
Fesa di vitello refrigerata	50	120
Marsala secco	CC	7
Olio di arachide	50	5
Farina bianca 00	50	4
Sale	50	0.1
Scaloppine al vino bianco		
Fesa di tacchino refrig.	50	120
Olio di arachide	50	5
Farina bianca 00	50	5
Vino bianco	CC	4
Sale	50	0.1
Scaloppine di manzo alla pizzaiola		
Scamone di B.A.	50	120
Pomodori pelati	50	30
Olio di arachide	50	5
Farina bianca 00	50	4
Prezzemolo	50	1
Aglione	50	1
Sale	50	0.1
Scaloppine di pollo all'arancia		
Petto di pollo refrig.	50	120
Farina bianca 00	50	4
Olio di arachide	50	5
Succo di Arancia	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Seppioline in umido		
Seppioline pulite congelate	sg	150
Piselli surgelati	sg	80
Pomodori pelati	sg	50
Cipolla	sg	10
Olio di arachide	sg	10
Vino bianco secco	CC	10
Prezzemolo	sg	2
Aglione	sg	1
Sale	sg	0.1
Pepe	sg	0.05
Sformato di carciofi		
Cuori di carciofi surg.	sg	180
Latte uht	sg	15
Grana padano	sg	6
Olio di arachide	sg	3
Uovo intero pastorizzato	sg	40
Pane grattugiato	sg	5
Aglione	sg	0.5
Sale	sg	0.1
Spezzatino di vitello		
Spalla o reale di vitello	sg	170
Patate	sg	100
Carote, sedano, cipolla	sg	50
Olio di arachide	sg	6
Farina bianca 00	sg	4
Vino bianco secco	CC	4
Prezzemolo	sg	1
Sale	sg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Spiedini di pesce		
Seppie surg.	sg	70
Gamberi sgusciati surg.	sg	50
Calamari surg.	sg	50
Vino bianco	CC	5
Sale	sg	0.1
Pepe	sg	0.05
Olio di arachide	sg	6
Spiedini di pollo		
Petto di pollo refrigerato	sg	130
Pancetta tesa	sg	10
Salsiccia di tacchino	sg	20
Olio extravergine di oliva	sg	2
Sale	sg	0.1
Salvia	sg	1
Spiedini di pollo e suino		
Petto di pollo refrigerato	sg	50
Lonza di suino refrigerata	sg	70
Peperone	sg	40
Salsiccia di tacchino	sg	50
Erbe aromatiche	sg	3
Sale	sg	0.1
pepe	sg	0.1
Strudel di spinaci e fontina		
Pasta sfoglia surgelata	sg	80
Spinaci surgelati	sg	100
Fontina	sg	40
Burro	sg	7
Uovo sodo	sg	60
Aglio	sg	0.5
Sale	sg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Torta di spinaci		
Pasta sfoglia surgelata	80	
Foglie di spinaci surgelate	85	
Ricotta	40	
Uovo intero pastorizzato	20	
Cipolla	20	
Grana padano	8	
Olio di arachide	2	
Aglione	0.5	
Noce moscata	0.05	
Sale	0.1	
Pepe	0.05	
Tortino alle zucchine		
Pasta sfoglia surgelata	80	
Zucchine fresche	85	
Ricotta	40	
Uovo intero pastorizzato	20	
Cipolla	20	
Grana padano	8	
Olio di arachide	2	
Sale	0.1	
Pepe	0.05	
Tortino di verdura		
Pasta sfoglia surgelata	80	
Carote	40	
Piselli surgelati	20	
Bieta erbetta surgelata	20	
Cipolla	10	
Uova pastorizzate	15	
Grana padano	6	
Sale	0.1	
Olio di arachide	3	
Farina bianca 00	5	

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Trancio di palombo in umido		
Trancio di palombo surg.	50	150
Pomodori pelati	50	30
Farina bianca 00	50	5
Limone	50	15
Sale	50	0.1
Olio extravergine di oliva	50	10
Prezzemolo	50	1
Trippa alla romana		
Trippa mista di vitello	50	250
Sedano	50	10
Carote	50	10
Cipolla	50	10
Alloro	50	2
Pancetta tesa	50	20
Prezzemolo	50	2
Aglione	50	1
Pomodori pelati	50	60
Pecorino	50	10
Olio extravergine di oliva	50	5
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Zucchine ripiene		
Zucchine fresche	50	190
Ripieno per verdure	50	70
Grana padano	50	6
Olio di arachide	50	10
Noce moscata	50	0.05
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Wurstel con crauti		
Wurstel	50	15
Crauti	50	120
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.1
<i>Allegato 3 al capitolato tecnico</i>	<i>Capitolato Tecnico</i>	<i>Pagina 50 di 83</i>

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

SECONDI PIATTI FREDDI

Arrosto ripieno freddo		
Scamone o fesa di B.A. refrigerati	kg	150
Wurstel	kg	20
Prosciutto cotto	kg	20
Lingua salmistrata	kg	10
Panna uht	kg	5
Burro	kg	5
Sale	kg	0.1
Bresaola		
Bresaola	kg	80
Olio extravergine di oliva	kg	5
Succo di limone	kg	5
Sale	kg	0.1
Pepe	kg	0.05
Bresaola, rucola e grana		
Bresaola	kg	40
Rucola	kg	10
Grana padano	kg	20
Caciocavallo		
Caciocavallo	kg	100
Caciotta		
Caciotta	kg	100
Crescenza		
Crescenza	kg	100

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Crostata di spinaci o erbe e ricotta		
Pasta sfoglia surgelata	80	80
Foglie di spinaci o erbe surgelate	80	80
Ricotta	40	40
Burro	10	10
Grana padano	10	10
Olio di arachide	6	6
Uovo intero pastorizzato	15	15
Noce moscata	0.05	0.05
Sale	0.1	0.1
Emmenthal		
Emmenthal	100	100
Fontina		
Fontina	100	100
Gorgonzola		
Gorgonzola	100	100
Insalata al formaggio		
Songino (Valeriana)	15	15
Insalata riccia	15	15
Finocchio	15	15
Scamorza	25	25
Mozzarella	30	30
Gorgonzola	15	15
Gherigli di noce	5	5
Olio extravergine di oliva	6	6
Aceto	2	2
Pepe	0.05	0.05
Sale	0.1	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata alla greca		
Pomodori	80	
Cetrioli piccoli	30	
Cipolla	20	
Olive nere	10	
Pecorino a tocchetti	10	
Olio extravergine di oliva	7	
Origano	1	
Sale	0.1	
Pepe	0.05	
Insalata con peperoni, tofu e germogli		
Peperoni gialli o rossi	40	
Tofu a tocchetti o pecorino fresco	100	
Germogli di soia	20	
Olio extravergine di oliva	7	
Sale	0.1	
Pepe	0.05	
Insalata di carne		
Reale o spalla di B.A. refrigerata	100	
Cipolla	20	
Sedano	30	
Carote	40	
Prezzemolo	1	
Aglio	1	
Uovo	30	
Peperoni rosso	40	
Peperoni giallo	40	
Olio extravergine di oliva	10	
Pepe	0.05	
Sale	0.1	

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata di patate, fagioli e rucola		
Patate	50	100
Fagioli di spagna al naturale	50	60
Rucola	50	15
Olio extravergine di oliva	50	7
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05
Insalata di pollo e soia		
Petto di pollo refrigerato	50	40
Piselli surg.	50	40
Fontina	50	25
Ravanelli	50	20
Germogli di soia bianchi	50	20
Sedano	50	20
Olio extravergine di oliva	50	10
Capperi	50	5
Sale	50	0.1
Insalata mista con tonno		
Insalata verde	50	60
Peperoni	50	30
Sedano	50	10
Ravanelli	50	10
Groviera	50	30
Tonno sott'olio di oliva sgocciolato	50	50
Olio extravergine di oliva	50	5
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata viennese		
Verdure sott'olio	g	20
Insalata Scarola	g	10
Carote Primizia	g	40
Cipolla bianca	g	10
Prosciutto cotto	g	40
Emmenthal	g	40
Olio extravergine di oliva	g	6
Succo di limone	g	5
Sale	g	0.1
Insalata viennese con manzo		
Reale di b.a.	g	60
Insalata capricciosa sott'aceto	g	30
Sedano	g	7
Peperoni sott'aceto a falde	g	7
Emmenthal	g	10
Prezzemolo	g	1
Olio extravergine di oliva	g	6
Sale	g	0.1
Involtoni di prosciutto cotto con insalata russa		
Prosciutto cotto	g	100
Verdure miste (carote, patate, piselli, sedano)	g	50
Maionese pastorizzata	g	20
Sale	g	0.1
Mortadella		
Mortadella	g	80
Mozzarella		
Mozzarella	g	100

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Mozzarella alla caprese		
Mozzarella	kg	120
Pomodori	kg	100
Olive nere snocciolate	kg	2
Foglie di basilico	kg	1
Olio extravergine di oliva	kg	5
Origano	kg	0.5
Sale	kg	0.1
Nasello bollito in salsa tartara		
Filetto di nasello cong.	kg	120
Verdure fresche	kg	20
Salsa tartara:		
Maionese pronta	kg	40
Capperi sott'aceto	kg	5
Cetrioli sott'aceto	kg	5
Prezzemolo	kg	2
Sale	kg	0.1
Pancetta coppata		
Pancetta coppata	kg	80
Pecorino		
Pecorino	kg	100

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Polpo in insalata con patate		
Polpo congelato	kg	180
Sedano	kg	20
Patate	kg	50
Olio extravergine di oliva	kg	6
Succo di limone	kg	5
Prezzemolo	kg	2
Sale	kg	0.1
Prosciutto cotto		
Prosciutto cotto	kg	80
Prosciutto crudo		
Prosciutto crudo	kg	70
Prosciutto e melone		
Prosciutto crudo	kg	70
Melone	kg	200
Provolone		
Provolone	kg	100
Ricotta romana		
Ricotta romana	kg	100

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Roast Beef all'inglese		
Roast beef	kg	120
Odori	kg	5
Sale	kg	0.1
Pepe	kg	0.05
Roast Beef con rucola e grana		
Roast beef B.A. refrig.	kg	90
Rucola	kg	30
Grana padano	kg	20
Spezie confezionate	kg	0.5
Sale	kg	0.1
Pepe	kg	0.05
Olio extravergine di oliva	kg	10
Salame		
Salame	kg	80
Salsiccia piccante		
Salsiccia piccante	kg	80
Speck		
Speck	kg	80
Taleggio		
Taleggio	kg	100
Tonno con fagioli		
Tonno sott'olio sgocciolato	kg	70
Fagioli cannellini o spagna al naturale	kg	50
Cipolla	kg	10

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Torta Pasqualina		
Pasta sfoglia surgelata	kg	80
Bietole surgelate	kg	100
Ricotta fresca	kg	50
Farina bianca 00	kg	20
Panna uht	kg	20
Grana padano	kg	20
Uovo intero pastorizzato	kg	20
Uovo (sodo)	kg	30
Burro	kg	5
Pepe	kg	0.05
Sale	kg	0.1
Vitello tonnato		
Fesa di vitello refrig.	kg	120
Salsa tonnata	kg	30
Capperi	kg	3

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PIATTI UNICI

Brasato di manzo al vino con polenta		
Sottofesa o scamone di b.a. refrigerato	g	150
Verdure fresche miste	g	40
Pomodori pelati	g	20
Farina bianca 00	g	5
Vino rosso	g	5
Olio extravergine di oliva	g	2
Aromi	g	10
Sale	g	0.05
Pepe	g	0.1
Farina di mais	g	60
Goulash all'ungherese con polenta		
Spezzatino di b.a. refrigerato	g	170
Pomodori pelati	g	20
Vino rosso	g	1
Olio extravergine di oliva	g	10
Paprika	g	0.03
Cipolla	g	15
Farina bianca 00	g	5
Sale	g	0.1
Farina di mais	g	60
Insalata al formaggio con crostoni		
Songino (valeriana)	g	25
Insalata riccia	g	25
Finocchio	g	25
Scamorza	g	40
Mozzarella	g	50
Gorgonzola	g	20
Gherigli di noce	g	10
Olio extravergine di oliva	g	10
Aceto	g	4
Pepe	g	0.1
Sale	g	0.1
Crostoni di pane	g	60

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata parmigiana al formaggio e crostoni		
Emmenthal	50	60
Pomodori	50	100
Lattuga	50	50
Tonno all'olio di oliva sgocciolato	50	30
Olive nere snocciolate	50	15
Olio extravergine di oliva	50	10
Sedano bianco	50	3
Prezzemolo	50	1
Pepe	50	0.1
Sale	50	0.1
Pane casereccio	50	60
Piatto di salumi misti con verdura alla piastra		
Salumi misti	50	80
Zucchine alla piastra	50	180
Olio extravergine di oliva	50	10
Polenta con formaggio		
Farina brasata di mais	50	50
Sale	50	0.1
Gorgonzola o taleggio	50	80
Pollo al curry con riso		
Riso parboiled	50	90
Petto di pollo refrigerato	50	150
Curry	50	1
Carote	50	40
Farina bianca 00	50	5
Cipolla	50	4
Prep. per brodo vegetale	50	2
Olio extravergine di oliva	50	3
Pepe	50	0.1
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Pollo alla cacciatora con polenta		
Pollo intero refrigerato	50	250
Pomodori pelati	50	20
Verdure fresche	50	10
Olio extravergine di oliva	50	10
Funghi freschi	50	30
Prezzemolo	50	0.2
Sale	50	0.1
Farina di mais	50	60
Riso pilaff al ragù e piselli		
Riso parboiled	50	100
Prep. per brodo vegetale	50	2
Piselli surgelati	50	40
Uovo sodo	50	30
Burro	50	10
Grana padano	50	10
Pomodori pelati	50	10
Reale di b.a. macinato	50	5
Carote, sedano, cipolla	50	5
Farina bianca 00	50	1.5
Vino bianco secco	50	0.2
Olio extravergine di oliva	50	3
Sale	50	0.03
Noce moscata	50	0.02
Spezzatino con riso		
Reale o spalla di b.a. refrigerato	50	160
Pomodori pelati	50	60
Olio extravergine di oliva	50	7
Verdure fresche miste	50	40
Farina bianca 00	50	4
Vino bianco secco	50	0.4
Riso parboiled	50	80
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Tris formaggi con verdure alla piastra		
Mozzarella	5g	60
Brie	5g	40
Grana padano	5g	30
Zucchine alla piastra	5g	200
Olio extravergine di oliva	5g	10
Pepe	5g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

CONTORNI CRUDI

Carote grattugiate		
Carote	g	80
Olio extravergine di oliva	g	10
Limone	g	5
Sale	g	0.1
Finocchi in insalata		
Finocchi	g	80
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Insalata di cicorino		
Cicorino	g	80
Olio extravergine di oliva	g	10
Aceto	g	6
Sale	g	0.1
Insalata di pomodori		
Pomodori	g	150
Olio extravergine di oliva	g	10
Cipolla	g	5
Prezzemolo	g	2
Aceto	g	6
Sale	g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata di pomodori e cetrioli		
Pomodori	50	100
Cetrioli	50	40
Olio extravergine di oliva	50	10
Cipolla	50	5
Prezzemolo	50	1
Aceto	50	6
Sale	50	0.1
Insalata di pomodori e mais		
Pomodori	50	130
Mais	50	10
Olio extravergine di oliva	50	10
Cipolla	50	5
Prezzemolo	50	1
Aceto	50	6
Sale	50	0.1
Insalata di pomodori e olive nere		
Pomodori	50	130
Olive nere snocciolate	50	15
Olio extravergine di oliva	50	10
Cipolla	50	5
Prezzemolo	50	1
Aceto	50	6
Sale	50	0.1
Insalata di radicchio rucola e cicorino		
Radicchio	50	30
Rucola	50	25
Cicorino	50	25
Olio Extravergine Oliva	50	10
Aceto	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata di verza		
Cavolo verza	50	80
Olio extravergine di oliva	50	10
Aceto	50	6
Sale	50	0.1
Aromi	50	1
Insalata mista		
Pomodori	50	100
Insalata verde	50	30
Carote	50	30
Sedano	50	5
Olio extravergine di oliva	50	10
Cipolla	50	5
Prezzemolo	50	1
Aceto	CC	6
Sale	50	0.1
Insalata rossa		
Insalata rossa	50	80
Olio extravergine di oliva	50	10
Aceto	CC	6
Sale	50	0.1
Insalata verde		
Insalata verde	50	80
Olio extravergine di oliva	50	10
Aceto	CC	6
Sale	50	0.1
Insalata verde e carote filangè		
Insalata verde	50	40
Carote	50	40
Olio extravergine di oliva	50	6
Aceto	50	6
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Insalata verde e germogli		
Insalata verde	50	
Germogli di soia	30	
Olio extravergine di oliva	6	
Sale	0.1	
Insalata verde e olive		
Insalata verde	60	
Olive nere snocciolate	20	
Olio extravergine di oliva	6	
Aceto	6	
Sale	0.1	
Insalata verde e pomodori		
Insalata verde	40	
Pomodori	40	
Olio extravergine di oliva	6	
Aceto	6	
Sale	0.1	
Insalata verde pomodori e sedano		
Insalata verde	30	
Pomodori	50	
Sedano	10	
Olio extravergine di oliva	10	
Aceto	6	
Sale	0.1	
Insalata verde e ravanelli		
Insalata verde	40	
Rapanelli	40	
Olio extravergine di oliva	6	
Aceto	6	
Sale	0.1	

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

CONTORNI COTTI CALDI

<u>CONTORNI COTTI CALDI</u>		
Bieta erbetta al burro		
Bieta erbetta surgelata	g	180
Burro	g	6
Aglione	g	1
Sale	g	0.1
Caponata di melanzane		
Melanzane	g	180
Carote	g	10
Cipolline	g	20
Pomodori pelati	g	50
Aglione	g	1
Prezzemolo	g	1
Olio extravergine di oliva	g	5
Peperoncino	g	0.05
Zucchero	g	2
Sale	g	0.1
Carote al burro		
Carote	g	180
Burro	g	8
Grana padano	g	5
Aglione	g	1
Sale	g	0.1
Carote brasate		
Carote	g	180
Olio extravergine di oliva	g	6
Prezzemolo	g	1
Aglione	g	1
Sale	g	0.1
Brodo vegetale	cc	qb

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Catalogna aglio olio e peperoncino		
Catalogna	gg	180
Olio extravergine di oliva	gg	10
Peperoncino	gg	0.05
Aglio	gg	0.5
Sale	gg	0.1
Cavolfiori gratinati		
Cavolfiori	gg	180
Olio extravergine di oliva	gg	10
Latte uht	gg	10
Uovo intero pastorizzato	gg	8
Farina bianca 00	gg	5
Sale	gg	0.1
Coste al formaggio		
Bieta da costa surg.	gg	180
Olio extravergine di oliva	gg	10
Grana padano	gg	6
Sale	gg	0.1
Fagiolini al pomodoro		
Fagiolini surgelati	gg	180
Pomodori pelati	gg	20
Olio extravergine di oliva	gg	10
Sale	gg	0.1
Fagiolini al prezzemolo		
Fagiolini surgelati	gg	180
Cipolla	gg	15
Prezzemolo	gg	10
Olio extravergine di oliva	gg	5
Succo di limone	gg	5
Sale	gg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Fagiolini all'olio/in insalata		
Fagiolini surgelati	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Finocchi alla parmigiana		
Finocchi	g	180
Grana padano	g	20
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Finocchi al vino bianco		
Finocchi	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Vino bianco	g	5
Sale	g	0.1
Funghi champignons trifolati		
Funghi champignons	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Prezzemolo	g	2
Aglione	g	1
Succo di limone	g	5
Sale	g	0.1
Insalata di fagiolini e patate		
Fagiolini surgelati	g	80
Patate	g	100
Olio extravergine di oliva	g	10
Aceto	g	6
Sale	g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Lenticchie al pomodoro		
Lenticchie	sg	150
Cipolla	sg	10
Pomodori pelati	sg	20
Olio extravergine di oliva	sg	8
Sale	sg	0.1
Alloro	sg	1
Melanzane al funghetto		
Melanzane	sg	180
Olio extravergine di oliva	sg	10
Prezzemolo	sg	3
Aglione	sg	1
Sale	sg	0.1
Pepe	sg	0.05
Patate al forno		
Patate	sg	200
Olio di arachide	sg	10
Sale	sg	0.1
aromi	sg	1
Patate alla pizzaiola		
patate	sg	200
Olio extravergine di oliva	sg	30
capperi	sg	3
origano	sg	1
sale	sg	0.1
Patate fritte		
Patate prefritte surg.	sg	120
Olio di arachide	sg	qb
Sale	sg	0.5

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Piselli al prosciutto		
Piselli surgelati	50	180
Olio extravergine di oliva	50	6
Prosciutto cotto	50	10
Sale	50	0.1
Piselli brasati		
Piselli surgelati	50	165
Pomodori pelati	50	15
Olio extravergine di oliva	50	10
Sale	50	0.1
Cipolla	50	6
Piselli e carote al burro		
Piselli surgelati	50	90
Carote	50	90
Burro	50	10
Sale	50	0.1
Pure' di patate		
Patate	50	200
Latte uht	50	30
Burro	50	10
Noce moscata	50	0.05
Sale	50	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Spinaci aglio e olio		
Spinaci surgelati	50	180
Olio extravergine di oliva	50	6
Sale	50	0.1
Aglio	50	1
Spinaci al burro		
Carote	50	180
Burro	50	8
Grana padano	50	5
Aglio	50	1
Sale	50	0.1
Zucchine trifolate		
Zucchine fresche	50	180
olio extravergine di oliva	50	10
cipolla	50	10
aglio	50	1
prezzemolo	50	1
sale	50	0.1
Verdure cotte miste		
Patate	50	100
Cipolle	50	40
Piselli surgelati	50	40
Olio extravergine di oliva	50	10
Sale	50	0.1
Pepe	50	0.05

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

CONTORNI COTTI FREDDI

Barbabietole all'olio		
Barbabietole a cubetti	g	180
Cipolla	g	10
Olio extravergine di oliva	g	10
Aceto	g	6
Sale	g	0.1
Prezzemolo	g	2
Bieta erbetta all'agro		
Bieta erbetta surgelata	g	180
Aceto	g	10
Olio extravergine di oliva	g	5
Zucchero	g	5
Sale	g	0.1
Bieta erbetta all'olio		
Bieta erbetta surgelata	g	180
Olio extravergine di oliva	g	5
Sale	g	0.1
Broccoli aglio e olio		
Broccoli	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Aglio	g	0.5
Sale	g	0.1
Carciofi alla romana		
Cuori di carciofo surg.	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Aglio	g	0.5
Prezzemolo	g	0.5
Sale	g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Catalogna aglio e olio		
Catalogna	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Aglione	g	0.5
Sale	g	0.1
Catalogna lessata		
Catalogna	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Cavolfiori al vapore		
Cavolfiore	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Ceci e sedano in insalata		
Ceci lessati al naturale	g	160
Sedano	g	20
Olio extravergine di oliva	g	10
sale	g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Ceci in insalata		
Ceci lessati al naturale	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Cipolline in agrodolce		
Cipolline	g	180
Aceto	cc	10
Olio extravergine di oliva	g	5
Zucchero	g	5
Sale	g	0.1
Brodo vegetale	g	qb

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Coste aglio e olio		
Bieta da costa surg.	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Alio	g	0.5
Sale	g	0.1
Coste lessate		
Biete da costa surg.	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Fagioli all'ucelletto		
Cannellini lessati al naturale	g	100
Olio extravergine di oliva	g	10
Pomodori pelati	g	40
Salvia	g	1
Sale	g	0.1
Fagioli di spagna e cipollotti		
Fagioli di spagna al naturale	g	100
Cipollotti	g	20
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1
Pepe	g	0.05
Fagiolini all'olio/in insalata		
Fagiolini surgelati	g	180
Olio extravergine di oliva	g	10
Sale	g	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Fagiolini e patate		
Fagiolini surgelati	kg	100
Patate	kg	100
Olio extravergine di oliva	kg	10
Aceto	kg	6
Sale	kg	0.1
Melanzane al funghetto		
Melanzane	kg	180
Olio extravergine di oliva	kg	10
Prezzemolo	kg	3
Aglione	kg	1
Sale	kg	0.1
Pepe	kg	0.05
Patate al forno		
Patate	kg	200
Olio di arachide	kg	10
Sale	kg	0.1
aromi	kg	1
Patate lessate		
Patate	kg	200
Olio extravergine di oliva	kg	10
Prezzemolo	kg	1
Sale	kg	0.1
Patate prezzemolate		
Patate	kg	200
Olio extravergine di oliva	kg	10
Prezzemolo	kg	1
Sale	kg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Peperoni grigliati o pomodori al forno		
Pomodori	80	
Peperoni	60	
Sale	0.1	
Spinaci all'agro		
Spinaci surgelati	180	
Aceto	10	
Olio extravergine di oliva	5	
Zucchero	5	
Sale	0.1	
Spinaci all'olio e limone		
Spinaci surgelati	180	
Olio extravergine di oliva	10	
Limone	5	
Sale	0.1	
Zucchine gratinate		
Zucchine	180	
Olio di arachide	6	
Prezzemolo	5	
Pane grattugiato	qb	
Aglione	qb	
Sale	qb	
Zucchine grigliate		
Zucchine	180	
Olio extravergine di oliva	10	
Pinoli	5	
Basilico	1	
Aglione	1	
Sale	0.1	

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Verdure miste gratinate		
Zucchine, pomodori e melanzane	gg	180
Olio di arachide	gg	10
Prezzemolo	gg	5
Pane grattugiato	gg	10
Aglione	gg	1
Sale	gg	0.1
Verdure miste grigliate		
Zucchine, pomodori e melanzane	gg	180
Sale	gg	0.1

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

PANE e GRISSINI

Pane Comune o integrale confezionato	g	100
Grissini	g	30
Crackers	g	40

FRUTTA

Frutta fresca di stagione	g	180/200
Frutta esotica (Ananas, banane)		
Frutta esotica	g	180/200
Macedonia di frutta fresca di stagione (a scelta: mele, pere, arance, clementini/mandarini, uva bianca/nera, banane, kiwi, pesche, albicocche, fragole, ciliegie):		
Frutta	g	150
Acqua	cc	20
Limone	cc	5
Zucchero	g	3
Frutta cotta	g	180
Mele o pere	g	0,2
Cannella		

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

DOLCE e DESSERT

Dolce al cucchiaino	g	120
Dolce al piatto	g	120
Gelato	g	80
Yogurt intero o alla frutta	g	125

BIBITE

Acqua minerale naturale o addizionata di anidride carbonica (bottiglie PET)	cl	50
Birra nazionale (Vetro a perdere)	cl	20
Vino bianco o rosso (Vetro a perdere)	cl	20
Soft drink (lattina)	cl	33
Succhi di frutta	cl	20

CONSIP S.p.A.

Gara per l'affidamento del Servizio di Ristorazione erogato attraverso Mensa Aziendale, Bar e Distributori Automatici
presso la struttura di Via Soldati, 80 – Località La Rustica - Roma

Tabella Variazione peso crudo /peso cotto
(Peso cotto corrispondente a 100 g di alimento crudo, parte edibile)

BOLLITURA	ALIMENTO	PESO COTTO (g) <i>(per 100 g di alimento crudo)</i>
<i>Cereali e derivati</i>	Pasta di semola corta	200
	Pasta all'uovo secca	300
	Riso parboiled	235
	Tortellini freschi	190
<i>Legumi freschi</i>	Fagiolini	95
	Piselli	90
<i>Legumi secchi</i>	Ceci	290
	Fagioli	240
	Lenticchie	250
<i>Verdure ortaggi</i>	Bieta	85
	Carciofi	75
	Carote	90
	Cavolo verza	100
	Cipolle	70
	Finocchi	85
	Patate con buccia	100
	Patate pelate	90
	Spinaci	85
	Zucchine	90
<i>Carni</i>	Bovino adulto, carne magra	65
	Pollo (petto)	90
	Tacchino (petto)	98
<i>Pesci surgelati</i>	Merluzzo	80

FRITTURA	ALIMENTO	PESO COTTO (g) <i>(per 100 g di alimento crudo)</i>
<i>Carni</i>	Bovino adulto, fettina panata	90
	Pollo, petto impanato	80
<i>Varie</i>	Frittata con verdure: zucchine, spinaci ecc.	75

ARROSTIMENTO	ALIMENTO	PESO COTTO (g) <i>(per 100 g di alimento crudo)</i>
<i>Carni</i>	Bovino adulto, carne magra	55
	Pollo, petto	70
	Tacchino, petto	70
<i>Pesci surgelati</i>	Merluzzo, nasello, platessa	70
<i>Varie</i>	Melanzane	40
	Peperoni	95