

Allegato sub C) al capitolato

GRAMMATURE DI RIFERIMENTO

N.B. Le seguenti grammature sono indicative per alcuni piatti e sono da considerarsi a crudo ed al netto degli scarti.

PRIMI PIATTI	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
PASTA O RISO ASCIUTTI	70/80 g	80/90 g
PASTA O RISO IN BRODO VEGETALE	30 g	40 g
PASTA RIPIENA	110 g	130 g
GNOCCHI	150 g	200 g

CONDIMENTI		
SUGO CON BASE DI POMODORO	30 g	50 g
PARMIGIANO GRATTUGIATO	5 g	10 g
OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA	5 g	7 g

MINESTRE E PASSATI	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
CEREALI (pasta, riso, orzo, farro, semolino)	30/40 g	40/50 g
PATATE	30 g	40 g
LEGUMI SECCHI	30 g	40 g
LEGUMI FRESCHI	60 g	80 g

SECONDI PIATTI	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
CARNI	60 g	80 g

SALUMI		
PROSCIUTTO COTTO	40g	60 g
PROSCIUTTO CRUDO E BRESAOLA	40 g	60 g
PESCE	100 g	120 g
UOVA	1 PEZZO	1,5 PEZZI
FORMAGGI		
A PASTA MOLLE O FILATA	50 g	60 g
A PASTA DURA	30 g	50 g

LASAGNE AL RAGU'	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
PASTA DI SEMOLA DI GRANO DURO	70/80 g	80/90 g
RAGU' DI CARNE	40 g	40 g
BESCIAMELLA	50 g	50 g

CARNE O PESCE CON POLENTA E PATATE	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
CARNE	60 g	80 g
PESCE	100 g	120 g
POLENTA	60 g	80 g
PATATE	200 g	250 g

PIZZA MARGHERITA		
PASTA PER PIZZA	150 g	200 g
MOZZARELLA FIOR DI LATTE	30 g	40 g

VERDURE E FRUTTA FRESCA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
VERDURA FRESCA, INSALATA, RADICCHIO	50 g	50 g
VERZE, CAPPUCCI, FINOCCHI TAGLIATI A FILETTO, CAROTE GRATTUGIATE	50 g	60 g
POMODORI	100 g	150 g
VERDURA COTTA	130 g	150 g
FRUTTA CRUDA	150 g	200 g
FRUTTA COTTA	180 g	200 g
OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA PER CONDIMENTO VERDURE	5 g	8 g
PANE		
PANE COMUNE	50 g	60 g
PANE INTEGRALE	60 g	70 g

I pesi si riferiscono a crudo e al netto degli scarti