

TABELLA DELLE GRAMMATURE	Allegato 3)	
	PRIMARIA	ADULTI
PRIMI PIATTI		
Pasta o riso	80g	90g
Pasta o riso in minestra o pastina	50g	50g
Pasta all'uovo secca	50g	60g
Gnocchi di patate	200g	250g
Ravioli asciutti	120g	130g
Ravioli in brodo	60g	70g
Pizza	180g	200g
SECONDI PIATTI		
Carni (senza scarto)	80g	100g
Carni con osso	180g	250g
Pesce	120g	130g
Uovo in frittata	1 e mezzo	2
Formaggio fresco *	60g	100g
Formaggio stagionato *	50g	60g
Prosciutto cotto*/ prosciutto crudo	50g	80g
Bresaola	50g	60g
Bastoncini di pesce	N° 3	N° 4
CONTORNI		
Patate fritte, bollite o in purè	170g	200g
Verdure (quantitativo minimo)	70g	100g
Legumi secchi per minestra	30g	40g
FRUTTA		
Frutta fresca, sciroppata o cotta	150g	150g
Dessert	120g	120g
Yogurt	125g	125g

* la grammatura viene dimezzata se proposti dopo la pizza.