

<i>TABELLA DELLE GRAMMATURE</i>			Allegato 3)
	<i>SCUOLA INFANZIA</i>	<i>PRIMARIA</i>	<i>SECONDARIA E ADULTI</i>
PRIMI PIATTI			
Pasta o riso	60g	80g	90g
Pasta o riso in minestra o pastina	40g	50g	50g
Pasta all'uovo secca	40g	50g	60g
Gnocchi di patate	150g	200g	250g
Ravioli asciutti	100g	120g	130g
Ravioli in brodo	50g	60g	70g
Pizza	150g	180g	200g
SECONDI PIATTI			
Carni (senza scarto)	70g	80g	100g
Carni con osso	180g	180g	250g
Pesce	100g	120g	130g
Uovo in frittata	1	1 e mezzo	2
Formaggio fresco*	50g	60g	100g
Formaggio stagionato*	40g	50g	60g
Prosciutto cotto*/ prosciutto crudo	40g	50g	80g
Bresaola	40g	50g	60g
Bastoncini di pesce	N° 2	N° 3	N° 4
CONTORNI			
Patate fritte, bollite o in purè	150g	170g	200g
Verdure (quantitativo minimo)	50g	70g	100g
Legumi secchi per minestra	20g	30g	40g
FRUTTA			
Frutta fresca, sciroppata o cotta	150g	150g	150g
Dessert	120g	120g	120g
Yogurt	125g	125g	125g

* la grammatura viene dimezzata se proposti dopo la pizza.