



**ALLEGATO "D"**

## **APPALTO DEL SERVIZIO DI MENSA SCOLASTICA**

### **TABELLA DIETETICA**

# COMUNE DI CORTONA

## SCUOLE DELL'INFANZIA – PRIMARIE – SECONDARIE

### GRAMMATURE ALIMENTI

	Materna	Elementare	Media/Adulti
Pasta o riso a crudo	50	70	90
Gnocchi – ravioli - tortellini	120	160	180
Pasta a crudo e legumi	40+30	40+60	40+80
Minestrone di verdure + Pasta e riso	40	50	50
Parmigiano reggiano per condimento	5	5	5
Formaggi per condimento -fontina + groviera-	5+5	5+5	5+5
Legumi secchi	70	100	120/150
Carne al netto degli scarti: vitellone, pollo, coniglio, tacchino, suino	60	90	120
Pesce: bastoncini di merluzzo	n. 3	n. 4	n. 5
Pesce al netto degli scarti: sogliola, platessa, alibut, merluzzo, nasello, seppie	80	120	130
Prosciutto crudo magro	40	60	80
Prosciutto cotto magro	40	60	80
Uova	n. 1	n. 2	n. 2
Formaggi: mozzarella – fontina – groviera - ricotta	80	100	120
Verdura di stagione	150	150	150
Insalata	50	70	100
Patate	150	200	240
Piselli	100	100	100
Olio extra vergine di oliva	15	20	20
Frutta fresca di stagione	130	150	150
Pane	40	60	80

(Tutti i valori sono espressi in grammi e al netto degli scarti)