

GRAMMATURE DI RIFERIMENTO

1	PRIMI / INGREDIENTI SUGHI, PASSATI, BRODI	NIDI 6 -12 m	NIDI 12 - 24 m	SEZ. PRIMAV. 24 - 36 m	INFANZIA 3 - 6 a.	PRIMARIA 6 - 11 a.	SECONDARIA 12 - 14 a.	ADULTI
	PASTA SECCA / SECCA ALL'UOVO / RISO / ALTRI CEREALI per primi asciutti	g. 25	25	40	50	70-80	100	80
	PASTA SECCA / SECCA ALL'UOVO / RISO / ALTRI CEREALI per passati verdura / passati di legumi / brodo vegetale	g. 15	15	25	30	30-40	50	40
	FARINA DI MAIS PER POLENTA se abbinata a minestrina in brodo	g. 15	15	25	30	30-40	50	40
	CROSTINI DI PANE TOSTATO al forno per minestre	g. 20	15	25	30	30-40	50	40
	GNOCCHI DI PATATE FRESCHI / SURGELATI	g. no	100	100	130	130-160	180	180
	SFOGLIA PER LASAGNE	g. 15	25	25	35	40-45	50	50
	TAGLIATELLE / STROZZAPRETI FRESCHI / SURGELATI	g. 30	50	50	70	80-90	100	100
	PASTA RIPIENA FRESCA / SURGELATA	g. 50	80	80	80	100-120	160	160
	PASSATELLI / SALAME MATTO: pesi di uovo, pangrattato, parmigiano	g. 25,10,15	25,10,15	50,20,30	50,20,30	60,40,40	60,40,40	60,40,40
	PESCE per salsa primi	g. 15	15	25	30	40	40	40
	TONNO SOTT'OLIO per salsa primi	g. no	no	no	25	30	35	35
	LEGUMI SECCHI per passati	g. 10	10	15	25	40	40	40
	LEGUMI SECCHI per salsa primi	g. 10	10	15	15	18	20	20
	VERDURE per passato	g. 100	120	120	120	150	200	200
	VERDURE per salsa per primi asciutti	g. 50	50	50	50	80	100	100
	PATATE per minestra di patate	g. 50	80	100	100	120	150	150
	FRUTTA SECCA A GUSCIO	g. 5	5	5	5	10	15	15
	PARMIGIANO stagionato >24 mesi, da condimento per primi	g. 3	5	5	5	5	10	10
2	SECONDI	NIDI 6 -12 m	NIDI 12 - 24 m	SEZ. PRIMAV. 24 - 36 m	INFANZIA 3 - 6 a.	PRIMARIA 6 - 11 a.	SECONDARIA 12 - 14 a.	ADULTI
	CARNI BIANCHE / ROSSE	g. 25	40	40	50	80	100	100
	CARNI BIANCHE / ROSSE per polpette	g. 20	30	30	40	70	80	80
	PESCE	g. 30	50	50	70	80-100	150	150
	TONNO SOTT'OLIO / AL NATURALE (solo pasto d'emergenza)	g. no	no	no	no	50	60	60
	LEGUMI SECCHI come secondo piatto	g. 10	20	20	30	40	50	50
	UOVO	g. 25	25	25	50	60	60	60
	FORMAGGIO FRESCO o RICOTTA per secondo / per ingrediente altre preparazioni	g. 25	5	30	5	10	15	15
3	CONTORNI / FRUTTA / PANE / OLIO	NIDI 6 -12 m	NIDI 12 - 24 m	SEZ. PRIMAV. 24 - 36 m	INFANZIA 3 - 6 a.	PRIMARIA 6 - 11 a.	SECONDARIA 12 - 14 a.	ADULTI
	ORTAGGI (pomodori, cetrioli, carote, zucchine, broccoli, finocchi, ...)CRUDI / COTTI	g. 50	50	50	80	100	200	200
	VERDURA a foglia da cuocere (spinaci, bietta, erbette, ...)	100	100	100	150	200	300	300
	INSALATA a foglia (nido tagliata finemente)	g. 20	20	20	40	50	50	50
	PISELI SURGELATI o FRESCHI	g. 15	15	15	45	60	90	90
	PATATE SE ABBINATE A VERDURA	g. 30	30	30	60	70	80	80
	PATATE / PATATE se abbinare ai passati	g. 60	80	60	120	140	160	160
	FRUTTA FRESCA DI STAGIONE per spuntino / pranzo / merenda	g. 80	100	100	100	150	150	150
	PANE	g. 10	15	20	40	50	50	50
	FORNARINA / PIADINA / BASE PER PIZZA	g. no	20	25	40	50	50	50
	OLIO OLIVA EXTRA VERGINE come totale per pasto	g. 10	10	15	15	10	15	15
4	MERENDE	NIDI 6 -12 m	NIDI 12 - 24 m	SEZ. PRIMAV. 24 - 36 m	INFANZIA 3 - 6 a.	PRIMARIA 6 - 11 a.	SECONDARIA 12 - 14 a.	ADULTI
	LATTE INTERO	no	150	150	200	200		
	YOGURT INTERO / ALLA FRUTTA	g. 125	125	125	125	125		
	PANE COMUNE / FORNARINA	g. no	15	15	40	50		
	FETTE BISCOTTATE / CRACKERS / BISCOTTI SECCHI / CEREALI	g. no	10	10	30	35		
	CIAMBELLA / TORTE	g. no	20	20	40	60		
	FRUTTA SECCA	g. no	no	no	20	30		
	GELATI	g. no	no	no	50	50		