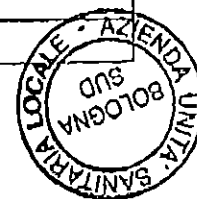


ALLEGATO 2)

GRAMMATURE ALIMENTI

ALIMENTI	NIDO	MATERNA	ELEMENTARI	MEDIE
Primi piatti				
Pasta di semola/riso asciutti	50	60	70	80
Pasta o riso in brodo	30	30	40	40
Secondi piatti				
Carne di: pollo, maiale magro, Manzo, tacchino	50/60	70/80	90/100	100/120
Prosciutto magro cotto/crudo	30	40	50	60/70
Formaggi tipo: mozzarella, stracchino, fontina	30/40	50	70	100
Pesce tipo: nasello, sogliola, merluzzo	60/70	60/100	80/120	100/160
Bastoncini di pesce	50	70	100	120
uova		1	2	2
Contorni				
Zucchini, fagiolini	100	100	120	150
patate	100	100	120	150
insalata	40	50	60	80
Carote, finocchi	80	100	150	180
pomodori	80	100	150	200
piselli	40	50/60	80	120
Legumi secchi	20	25	40	40



GRAMMATURE ALIMENTI				
ALIMENTI	NIDO	MATERNA	ELEMENTARI	MEDIE
Primi piatti				
Pasta di semola/riso asciutti	50	60	70	80
Pasta o riso in brodo	30	30	40	50
Gnocchi	150	150	200	220
Secondi piatti				
Carne di pollo, maiale magro, manzo, tacchino	50/60	70/80	90/100	100/120
Prosciutto magro cotto/crudo	30	40	50	60/70
Formaggi tipo: mozzarella, stracchino, fontina	30/40	50	70	100
Pesce tipo: nasello, sogliola, merluzzo	60/70	80/100	90/120	100/160
Bastoncini di pesce	50	70	100	120
Uova		1	1.5	2
Pizza piatto unico		180	280	310
Contorni				
Zucchine, fagiolini,	100	100	120	150
Verdura a foglia	140	160	200	240
Insalata	40	50	60	80
Carote, finocchi	80	100	150	180
Pomodori	80	100	150	200
Patate	100	100	120	150
Piselli	40	50/60	80	120
Legumi secchi	20	25	40	40
Frutta	150	150	150	150
Pane	30	30	50	80/100
Condimento				
Olio	6	6	7	8
Burro	3	3	4	5
Latte (merend.)	250 cc	200 cc	200 cc	200 cc
Zucchero	10	15	20	25/30

Le grammature degli alimenti indicate nella tabella, si riferiscono al prodotto crudo.