

**GRAMMATURE**  
**GLI ALIMENTI SI INTENDONO A CRUDO E AL**  
**NETTO DEGLI SCARTI**



AGGIORNATO 2015

<b>ALIMENTI</b>	<b>SCUOLA INFANZIA</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA</b>	<b>SCUOLA MEDIA/ADULTI</b>
	<b>g.</b>	<b>g.</b>	<b>g.</b>
<b>PASSATO DI VERDURA:</b>			
Pasta/riso/orzo/farro	25	30	50
Verdure	80	90	120
Patate	50	60	90
Crostini	30	40	50
<b>CREMA DI LEGUMI:</b>			
Legumi freschi/secchi	50/20	70/30	100/50
Orzo/farro/pasta/riso	25	30	50
<b>PASTE O RISO (FARRO, ORZO, ECC.) ASCIUTTI ALLA VERDURE O POMODORO</b>			
Pasta	60	70	90
Pelati	40	50	70
Verdura	50	60	80
<b>TORTELLI DI RICOTTA E SPINACI</b>	<b>100</b>	<b>150</b>	<b>220</b>
<b>*PIATTO UNICO</b>	<b>*150</b>	<b>*200</b>	<b>*250</b>
<b>GNOCCHI DI PATATE</b>	<b>150</b>	<b>180</b>	<b>250</b>
<b>GRANA per condire il primo piatto</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>10</b>
<b>PIZZA (impasto lievitato)</b>	<b>120</b>	<b>150</b>	<b>200</b>
<b>PESCE</b>	<b>80</b>	<b>100</b>	<b>120</b>
<b>CARNE: Pollo – tacchino – bovino – maiale magro</b>	<b>60</b>	<b>80</b>	<b>100</b>
<b>Prosciutto crudo/cotto/bresaola</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>50</b>
<b>COSCE DI POLLO CON OSSO</b>	<b>180</b>	<b>200</b>	<b>220</b>
<b>CARNE MACINATA</b>	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>90</b>
<b>UOVA</b>	<b>N° 1</b>	<b>N° 1</b>	<b>N° 1 e mezzo</b>
<b>FORMAGGIO FRESCO</b>	<b>60</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
<b>FORMAGGIO STAGIONATO</b>	<b>40</b>	<b>60</b>	<b>80</b>

<b>VERDURA COTTA</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>130</b>
<b>PATATE</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>150</b>
<b>CAROTE CRUDE</b>	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>100</b>
<b>POMODORI</b>	<b>80/150</b>	<b>100</b>	<b>120</b>
<b>MAIS PER INSALATA MISTA</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>40</b>
<b>POLENTA (farina di mais)</b>	<b>70</b>	<b>80</b>	<b>100</b>
<b>PANE Comune/integrale</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>60</b>
<b>FRUTTA</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>150</b>
<b>OLIO OLIVA EXTRA VERGINE per l'intero pasto</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>20</b>

## ESEMPI PIATTI UNICI CON GRAMMATURE

### PASTA AL RAGU'

<b>ALIMENTI</b>	<b>SCUOLA INFANZIA g.</b>	<b>SCUOLA PRIMARIA g.</b>	<b>SCUOLA MEDIA/ADULTI g.</b>
PASTA	60	70	90
MACINATO DI CARNE BOVINA	70	60	90
POMODORI PELATI	80	90	100

### PASTA AL FORNO

PASTA	60	70	90
LATTE PARZ. SCREMATO (BESCIAMELLA)	50 cc	60 cc	80 cc
FARINA (BESCIAMELLA)	5	7	10
OLIO (BESCIAMELLA)	5	6	10
POMODORI PELATI	40	50	70
FORMAGGIO FONTINA	20	30	40
FORMAGGIO GRANA	5	7	10

Per la preparazione dei piatti, le grammature possono essere modificate sulla base delle associazioni con gli altri ingredienti.