

## TABELLA DELLE GRAMMATURE DELLE PRINCIPALI DERRATE ALIMENTARI

(peso in grammi a crudo al netto degli scarti)

derrate	grammature			osservazioni
	Infanzia	primaria	media/adulti	
Riso per primi piatti asciutti	60	80	90	
Riso per minestre in brodo	25	30	40	
Pasta di semola per primi piatti asciutti	50	70	90	
Pastina all'uovo per minestre in brodo	30	40	40	
Polenta	40	60	80	
Tortellini	70	90	110	
Ravioli	100	120	150	
Lasagne	50	60	70	
Basi per pizza	80	120	140	grammatura a cotto
Petto di pollo - Fesa di tacchino	70	90	110	
Fesa di tacchino per fritto	70	90	120	
Pollo	120	150	150	coscia per infanzia e quarto per primaria e adulti
Vitella - Vitellone - Arista	70	90	90	
Vitellone per ragù	30	30	30	
Cuori di filetto di merluzzo/nasello	70	110	130	
Filetti di platessa	70	110	130	
Prosciutto cotto	40	60	70	
Tonno per sugo	15	20	25	
Legumi per minestre(secchi)	25	30	50	
Formaggi	40	60	70	
Uova	1	1.5	2	
Parmigiano Reggiano	5	6	7	
Parmigiano Reggiano per lasagne e pesto	10	10	10	
Basilico per pesto	15	15	15	
Pinoli per pesto	15	15	15	
Verdure crude	80	100	120	
Verdure cotte	80	120	140	
Insalate	40	40	40	
Verdure fresche per minestrone	80	90	100	
Pomodori pelati per condimento pasta	70	90	100	
Carote	60	80	100	
Patate	120	180	200	
Burro per condimento	5	6	8	
Olio per condimento primi e secondi	5	5	5	
Olio per condimento contorni crudi	5	5	5	
Olio per condimento contorni cotti	5	6	7	
Latte per purè/besciamella	50	70	70	
Pane	50	60	80	
Frutta	150/200	150/200	150/200	
Yogurt (1 vasetto)	125	125	125	
Gelato	70	70	70	
Origano, Capperi, Odori, Pangrattato, Farina, Uova, Limone, etc.	q.b.	q.b.	q.b.	