

ALLEGATO A) AL CAPITOLATO**GRAMMATURE**

PIATTO	MATERNA	ELEMENTARI	MEDIE
Carne o pesce	80 gr	90 gr	100 gr
Verdura	80 gr	120 gr	150 gr
Uova	n. 1	n. 1	n. 1
Amidi: patate	80 gr	100 gr	120 gr
Riso	60 gr	80 gr	100 gr
Pasta	60 gr	80 gr	100 gr
Yogurt	n. 1	n. 1	n. 1
Frutta cruda (1 mela = 150 gr circa)	150 gr	150 gr	150 gr
Pane (un panino = 20 gr)	20 gr	40 gr	50 gr
Formaggio	50 gr	60 gr	100 gr
Prosciutto	40 gr	60 gr	80 gr
Pasta o crostini per minestra di verdure	20 gr	30 gr	40 gr
Verdure	a volontà	a volontà	a volontà