

COMUNE DI FOGLIZZO

CITTA' METROPOLITANA DI TORINO



CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO PER L'AFFIDAMENTO DEL SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA

PERIODO: 1 SETTEMBRE 2019 – 30 GIUGNO 2022

ALLEGATO D

TABELLA DELLE GRAMMATURE PER CIASCUNA CATEGORIA DI UTENTI

**N.B. LE TABELLE SONO STATE VERIFICATE DALL'ASL;
ALLA DITTA VINCITRICE IN SEDE DI PRESENTAZIONE DEI MENU' VERRA' CHIESTO
ELENCO DELLE RICETTE E RELATIVE GRAMMATURE DA SOTTOPORRE
ALL'APPROVAZIONE DA PARTE DELLE'A.S.L. COMPETENTE**

PRIMI PIATTI	MATERNE	ELEMENTARI	MEDIE
Pasta, riso asciutti, farina polenta	40-50	60-80	80-90
Pasta, riso, orzo, crostini in brodo	20-25	30-35	35-40
Gnocchi	100-130	130-160	160-200
Pasta ripiena asciutta/all'uovo fresca	60-80	80-100	100-130
Pasta ripiena in brodo	30-40	40-60	60-90
Pizza (da valutare ricetta o piatto unico) al pomodoro o bianca	120-150	160-190	200-230
Farinata	30-40	40-50	50-70
Lasagne (da valutare ricetta o piatto unico)	120-150	150-180	180-210
Legumi secchi (in passati o l'asciutti)	10-15	20-30	30-40
Legumi freschi (in passati o l'asciutti)	30-50	60-100	100-130
Olio	5	5	5
SECONDI PIATTI			
Carne	50-60	70-90	100-120
Carne con osso +30%	65-80	90-120	130-155
Pesce	70-80	80-100	120-150
Pesce in scatola	50-60	60-70	80-90
Prosciutto	40-50	60-70	70-80
Formaggio fresco	50-60	60-80	90-110
Formaggio stagionato	40-50	50-60	60-80
Uova	1	1	1.5
Olio	5	5	5
VERDURE			
Verdura cruda a foglia	20-30	30-40	40-60
Verdura cruda (julienne, a pezzi) carote (gr. min) finocchi (gr. Max)	50-100	70-120	90-150
Verdure cotte (gr min per verdure a pezzi, gr max per spinaci, erbe...))	80-100	100-150	150-200
Pomodori	80-100	100-130	120-150
Legumi freschi (come l' o contorno)	60-80	80-100	100-130
Legumi secchi (come l' o contorno)	20-25	25-30	30-40
Patate contorno (gr min per purea)	100-130	130-150	150-180
Olio	5	7	10
PANE			
	40-50	50-60	60-70
FRUTTA			
	Min. 100	Min. 120	Min. 150

Le grammature sono orientative e potrebbero essere modificate in base alla valutazione dei consumi e degli avanzi

MERENDE	MATERNE	ELEMENTARI	MEDIE
Frutta	100	150	200
Pane e prosciutto	30 + 20	35 + 25	40 + 25
Pane e cioccolato	30 + 10	35 + 15	40 + 15
Pane e marmellata	30 + 15	35 + 20	40 + 20
Fette biscottate e marmellata	15 + 15	20 + 20	20 + 25
Pane e miele	30 + 10	35 + 15	40 + 20
Fette biscottate e miele	15 + 10	20 + 15	20 + 20
Pane e olio	30 + 5	35 + 7	40 + 10
Pane e pomodoro	30	35	40
Focaccia/Pizza rossa	40-50	80	100
Cracker/Grissini	20	25	30
Biscotti	25	30	35
Torte/Crostate casalinghe	50	60	70
Latte e biscotti	125 + 10	125 + 15	125 + 20
Latte e fette biscottate	125 + 1	125 + 2	125 + 3
Latte e cereali	125 + 10	125 + 15	125 + 20
Purea di frutta	100	100	100
Gelato	50	80	80
Yogurt	125	125	125
Budino	100-110	100-110	100-110

- Frutta
- Pane e prosciutto (non più di 2 volte al mese)
- Pane e cioccolato (evitare creme a favore di cioccolato a pezzi)
- Pane/fette biscottate e marmellata
- Pane/fette biscottate e miele (no sotto l'anno di età)
- Pane e olio
- Pane e pomodoro
- Torte o crostate fatte in casa massimo 1 volta alla settimana. Se confezionate meglio di no, eventualmente non più di 2 volte al mese (mai a fine pasto!)
- Latte e biscotti secchi a ridotto contenuto in grassi
- Purea di frutta (100% frutta)
- Gelato
- Yogurt
- Budino