

TABELLA GRAMMATURE ALIMENTI MENSA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO (GIÀ SCUOLA MEDIA)  
BELFORTE DEL CHIANTI

ORIENTATIVA

ALIMENTI	GR.
<b>Minestre:</b>	
Pasta, Riso	40
Verdure miste	70
Patate	50
<b>Pasta asciutta:</b>	
Pasta o Riso	90
Pomodori Pelati	125
Verdure miste	70
Gnocchi	200
<b>Pasta e Legumi:</b>	
Legumi	40
Pasta o Riso	40
<b>Legumi</b>	80
<b>Parmigiano</b>	10
<b>Olio extra vergine di oliva</b>	15
<b>Pane tipo 0</b>	70
<b>Secondi Piatti:</b>	
Carni varie	100
Pesce	120
Tonno all'olio	70
Mozzarella	100
Formaggi	60
Prosciutto cotto	70
Prosciutto crudo	70
Uovo	N° 2
<b>Contorno crudo, cotto</b>	80-100
<b>Patate</b>	150
<b>Purè di patate:</b>	
Patate	130
Olio e Parmigiano	5+5
Latte p.scremato	40
<b>Frutta fresca</b>	150