



GRAMMATURE PORZIONI

Scuola dell' Infanzia e. Primaria Loro Piceno

Pasta asciutta, risotto, pasta all'uovo secca	gr. 60-70
Minestra in brodo, riso in brodo o con legumi	gr. 30-40
Legumi (ceci, fagioli, lenticchie) a cui aggiungere la pasta o il riso	gr. 30-40
Tortellini secchi	gr. 60-70
Gnocchi	gr. 120-150
Pizza	gr. 60-70
Tortellini freschi o ravioli	gr. 80-100
Lasagne (come piatto unico)	gr. 120-150
Carne (manzo, vitello, pollo, petto di tacchino)	gr. 60-70
Pesce (sogliola, merluzzo, bastoncini)	gr. 80-100
Tonno sott'olio sgocciolato	gr. 40-50
Prosciutto crudo o cotto	gr. 40-50
Formaggio	gr. 40-50
Uova	N. 1-1,5
Pane	gr. 40-50
Verdure crude	gr. 50
Verdure cotte, patate	gr. 100-150
Legumi come contorno	gr. 60-80
Frutta fresca	gr. 150-200

CONDIMENTI

Olio extravergine di oliva	gr. 9-12
Parmigiano	gr. 6-7

