

	1-6 mesi	6-12 mesi	12-24 mesi	24-36 mesi
<b>PRIMI PIATTI</b>				
Pasta/riso (per primi piatti asciutti)	-	-	40-50	50
Pastina/riso (per primi piatti in brodo)	-	20-30	20-30	30
Crema di riso/mais e tapioca	25	30	30	-
Semolino di grano/riso, farine multigrain	-	30	30	30
Farina di mais per polenta	-	-	-	40
<b>CONDIMENTI PER PRIMI PIATTI</b>				
Olio extra-vergine di oliva	-	5	5	5
Formaggio grattugiato	-	3	3	3
Pomodori pelati	-	20	20	20-40
Legumi secchi	-	-	10-15	10-15
Verdure+patate (per minestre e passati)	-	100	130-150	130-150
Verdure (per sughi)	-	-	15-20	15-20
Ricotta	-	10	10	10-15
Carne per ragù	-	-	10	10-15
<b>PIATTI UNICI</b>				
Pizza Margherita°	-	-	80-100	80-120
<b>SECONDI PIATTI</b>				
Omogeneizzato di carne/pesce	40	40-80	-	-
Carni avicole e lonza		-	40-50	50-60
Carne di vitello/vitellone/ bovino adulto		-	50-60	60-70
Uova		-	1/2 (30-40)	1/2 (30-40)
Legumi secchi		-	20	20-30
Pesce pulito in filetti o tranci (al netto della glassatura)		-	60	70
Prosciutto cotto		-	30	40
Ricotta		40	40-50	50-60
Formaggi freschi (mozzarella, crescenza, primo sale)		30	30-40	40-50
Semistagionati (Asiago, italico, caciotta)		-	30	30-40
Stagionati (Parmigiano, Grana Padano)		-	20	20-30
<b>CONTORNI</b>				
Verdura cruda in foglia	-	-	20	20-30
Verdura cruda	-	-	30	30-40
Verdura cotta	-	-	60	60-80
Pomodori	-	-	60	60-80
Patate	-	-	40-70	60-100
Olio per condimento contorni	-	-	5	5

	1-6 mesi	6-12 mesi	12-24 mesi	24-36 mesi
<b>FRUTTA, DESSERT, MERENDE</b>				
Frutta fresca di stagione (metà mattina - merenda)	50-100	50-100	70-120	70-120
Omogeneizzato di frutta	80*	80**	-	-
Latte	200 ml	200 ml	200 ml	250 ml
Yogurt	-	70-100	125	125
Succo e polpa di frutta/the deteinato	-	-	qb	250 ml
Confettura extra di frutta	-	-	-	15-20
Fette biscottate	-	-	2	2
Biscotti	-	15	20	25
<b>PANE E PRODOTTI SOSTITUTIVI</b>				
Pane	-	-	30	30
Pane o grissini nella giornata della pizza	-	-	15	15

° peso a cotto

\* mela, pera

\*\* mela, pera, banana

	Infanzia	Primaria	Secondaria
<b>PRIMI PIATTI</b>			
Pasta e riso (per primi piatti asciutti)	50-60	70-80	80-90
Gnocchi	140-150	170-180	210-220
Ravioli	90	110	130
Farina di mais per polenta	40-50	50-60	70-80
<b>CONDIMENTI PER PRIMI PIATTI ASCIUTTI</b>			
Olio extra-vergine di oliva	4	5	6
Formaggio grattugiato	3-4	4-5	5-6
Formaggio grattugiato (primo alla parmigiana, pasta olio e grana ecc)	5-10	10-15	15-20
Verdure (per sughi)	20-30	30-40	40-50
Pomodori pelati	40-50	50-60	60-70
Pesto alla genovese	10-15	15-20	20-25
Ricotta	10-15	15-20	20-25
Salumi (speck, pancetta, salsiccia)	15-20	20-25	25-30
Tonno	10-15	15-20	20-25
Legumi secchi (con 1/2 porzione di secondo)	10-15	15-20	20-25
Carne per ragù leggero (con 1/2 porzione di secondo)	30	40	50
<b>PRIMI PIATTI IN BRODO</b>			
Pasta/riso/orzo/farro/crostini	25-30	35-40	40-45
Tortellini per piatti in brodo	50	60	80
Patate (per minestrone e passati)	30-40	40-50	50-60
Verdure (per minestrone e passati)	40-50	60-70	70-80
<b>PIATTI UNICI</b>			
Lasagne °	200-210	230-250	270-300
Pizza Margherita°	140-170	180-210	220-250
<b>SECONDI PIATTI</b>			
Carni avicole e lonza*	60	80	100
Carne di vitello, vitellone, bovino adulto*	70	80	100
Uova per frittate semplici	50	60	80
Uova per frittate con altri ingredienti	40	50	70
Uova sode	50-60 n.ro 1	50-60 n.ro 1	100-120 n.ro 1,5-2
Legumi secchi	30	40	50
Pesce in filetti o tranci (al netto della glassatura)	80	100	120
Striscioline di totano	110	140	170
Bastoncini di pesce	60-70 n.ro 2-3	90-100 n.ro 3-4	120-130 n.ro 4-5
Tonno all'olio di oliva o al naturale	40	50	60

	Infanzia	Primaria	Secondaria
Prosciutto cotto, affettato di tacchino	50	60	70
Prosciutto crudo e Bresaola	40	50	60
Ricotta	60	80	100
Formaggi freschi (mozzarella, crescenza, primo sale)	50-60	60-70	70-80
Semistagionati (Asiago, italico, caciotta)	40	50	60
Stagionati (Parmigiano, Grana Padano)	30	40	50
<b>CONTORNI</b>			
Insalata in foglia	30-40	40-50	50-60
Insalate miste (insalata verde, carote, pomodori, mais)	40-60	60-80	80-100
Finocchi in insalata, carote julienne	40-50	50-60	60-70
Pomodori	60-80	80-100	100-120
Carote, fagiolini, piselli, cavolfiori (surgelati)	60-80	80-100	100-120
Zucchine, spinaci, erbe (surgelati)	70-90	90-110	110-130
Patate (se in sostituzione del primo piatto prevedere doppia grammatura)	80-100	100-120	120-140
Olio per condimento contorni	5	6	7
<b>FRUTTA, DESSERT, MERENDE</b>			
Frutta fresca di stagione	100-120	130-150	150-180
Budino, yogurt	100-125	100-125	100-125
Gelato confezionato	50-60	50-60	50-60
Succo e polpa di frutta, the freddo	200 ml	200 ml	200 ml
Torta preparata presso il Centro Cottura	40	50	60
Cracker	35	35	35
Biscotti	20-30	20-30	20-30
<b>PANE E PRODOTTI SOSTITUTIVI</b>			
Pane	30	50	60
Pane/grissini nella giornata della pizza	15	25	30

\*Le grammature dei piatti con carne sono indicative in quanto possono variare in funzione del taglio e della tecnica di cottura impiegata; le relative grammature a cotto devono essere pari a : 40/50g - 50/60g - 60/70g

° peso a cotto