

## ALLEGATO 6 - GRAMMATURE

Le grammature sono da intendersi a crudo ed al netto degli scarti di lavorazione e del calo peso dovuto all'eventuale scongelamento.

### 1. PRIMI PIATTI

**Primi piatti asciutti:** le porzioni saranno di minimo 100 gr di pasta più il relativo condimento. Di seguito sono fornite, a titolo esemplificativo, le grammature minime pro-capite di alcune preparazioni gastronomiche:

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>PASTA AL RAGU</b> Pasta di semola di grano duro 100,00 g Reale di bovino adulto 40,00 g Pomodori pelati 45,00 g Cipolla, carota, sedano 20,00 g Olio extravergine di oliva 3,00 ml Parmigiano Reggiano 5,00 g Sale 1,00 g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>PASTA ALL'AMATRICIANA</b> Pasta di semola di grano duro 100,00 g Pancetta tesa 30,00 g Cipolla 30,00 g Pomodori pelati 60,00 g Olio extravergine di oliva 10,00 ml Peperoncino rosso in polvere 1,00 g Sale 1,00 g</li></ul>
--	---

**Minestre:** le porzioni saranno di minimo 70 gr di pasta o riso più il relativo condimento. Di seguito sono fornite, a titolo esemplificativo, le grammature minime pro-capite di alcune preparazioni gastronomiche:

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>MINESTRA DI LENTICCHIE</b> Pasta di semola di grano duro 70,00 g Lenticchie secche 40,00 g Cipolla 10,00 g Olio extravergine di oliva 5,00 ml Sale 1,00 g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>MINISTRONE CON PASTA</b> Pasta di semola di grano duro 70,00 g Verdure miste per minestrone 80,00 g Patate 50,00 g Olio extravergine di oliva 5,00 ml Pomodori pelati 10,00 g Parmigiano Reggiano 5,00 g Sale 1,00 g</li></ul>
--	---

**Risotti:** le porzioni saranno di minimo 90 gr di riso più il relativo condimento. Di seguito sono fornite, a titolo esemplificativo, le grammature minime pro-capite di alcune preparazioni gastronomiche:

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>RISOTTO ALLO ZAFFERANO</b> Riso parboiled 90,00 g Olio extravergine di oliva 10,00 ml Parmigiano Reggiano 5,00 g Cipolla 2,00 g Brodo 1,00 ml Zafferano 0,01 g Burro 5,00 g Sale 1,00 g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <b>RISOTTO COI FUNGHI</b> Riso parboiled 90,00 g Burro 10,00 g Cipolla 10,00 g Funghi Porcini secchi 3,00 g Parmigiano Reggiano 5,00 g Brodo 1,00 ml Sale 1,00 g</li></ul>
--	--

### 2. SECONDI PIATTI

**Carne o pesce alla piastra:** le porzioni saranno di minimo 150 g

**Scamorza alla piastra:** le porzioni saranno di minimo 100 g

**Affettati:** le porzioni saranno di minimo 100 g

**Formaggi:** le porzioni saranno di minimo 125 g per i formaggi molli (ad esempio mozzarella, ricotta, stracchino) e di minimo 100 g per i formaggi stagionati (ad esempio asiago, fontina).

**Tonno:** le porzioni saranno di minimo 100 g

**Insalatone:** le porzioni saranno di minimo 250 g

Secondi piatti di carne: le porzioni saranno di minimo 130 g di carne in caso di spezzatini, roast-beef, arrosti, polpettone, hamburger, scaloppine ecc., e di minimo 250 g di carne in caso di agnello, coniglio intero, pollo a busto etc. Di seguito sono fornite, a titolo esemplificativo, le grammature minime pro-capite di alcune preparazioni gastronomiche:

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ SCALOPPINE DI VITELLO AL VINO BIANCO</li> <li>Fesa di vitello refrigerata 130,00 g</li> <li>Vino bianco secco 80,00 ml</li> <li>Farina bianca Tipo 00 10,00 g</li> <li>Olio di arachide 10,00 ml</li> <li>Aglione 1,00 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ POLLO ALLA CACCIATORA</li> <li>Pollo a busto refrigerato 250,00 g</li> <li>Pomodori pelati 20,00 g</li> <li>Carote 10,00 g</li> <li>Sedano 10,00 g</li> <li>Cipolla bianca 10,00 g</li> <li>Funghi porcini freschi 30,00 g</li> <li>Olio di arachide 10,00 ml</li> <li>Prezzemolo 1,00 g</li> <li>Sale 1,00 g</li> </ul>
--	---

Secondi piatti di pesce: le porzioni saranno di minimo 130 g di pesce. Di seguito sono fornite, a titolo esemplificativo, le grammature minime pro-capite di alcune preparazioni gastronomiche:

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ PESCE ALLA MUGNAIA</li> <li>Filetti di pesce freschi o congelati 130,00 g</li> <li>Burro 5,00 g</li> <li>Acciughe salate 3,00 g</li> <li>Farina bianca Tipo 00 5,00 g</li> <li>Prezzemolo 1,00 g</li> <li>Succo di limone 5,00 ml</li> <li>Olio extravergine di oliva 10,00 ml</li> <li>Sale 1,00 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ FRITTURA DI CALAMARI</li> <li>Calamari anelli surg. 130,00 g</li> <li>Farina bianca Tipo 00 10,00 g</li> <li>Olio di arachide 10,00 ml</li> <li>Sale 1,00 g</li> </ul>
---	---

Secondi piatti vegetariani: le porzioni saranno di minimo 150 g. Di seguito sono fornite, a titolo esemplificativo, le grammature minime pro-capite di alcune preparazioni gastronomiche:

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ TORTA RUSTICA</li> <li>Pastasfogliata surgelata 100,00 g</li> <li>Spinaci surgelati 85,00 g</li> <li>Ricotta fresca di vacca 40,00 g</li> <li>Uova pastorizzate 20,00 g</li> <li>Cipolla 20,00 g</li> <li>Parmigiano Reggiano 8,00 g</li> <li>Aglione 1,00 g</li> <li>Olio di arachide 10,00 ml</li> <li>Noce moscata 1,00 g</li> <li>Sale 1,00 g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ FRITTATA CON VERDURE</li> <li>Uova pastorizzate 90,00 g</li> <li>Patate 15,00 g</li> <li>Carote 15,00 g</li> <li>Cipolle 10,00 g</li> <li>Piselli 20,00 g</li> <li>Parmigiano Reggiano 6,00 g</li> <li>Olio di arachide 10,00 ml</li> <li>Sale 1,00 g</li> </ul>
---	---

3. PIZZA: le porzioni saranno di minimo 250 g.

4. CONTORNI: porzioni di minimo 150 g.