

COMUNE DI CALUSO  
CAPITOLATO SPECIALE DI APPALTO  
DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE SCOLASTICA

## **TABELLE DIETETICHE**

**TABELLA** allegata al parere del Servizio igiene alimenti e nutrizione  
dell'A.S.L. n. 9 prot. n. 67/19155/99

<b>ALIMENTI</b>	<b>Scuola materna Q.ta in g/porzione</b>	<b>Scuola elementare Q.ta in g/porzione</b>	<b>Scuola media Q.ta in g/porzione</b>
Pasta o riso (asciutta)	50	70	90
Pasta o riso (minestra)	20 – 30	30 - 40	50
Carne in generale*	50 – 60	70	80 - 90
Pesce**	80	100	120
Prosciutto (pietanza)	40	50	60
Uova	40	40	50 – 60
Tonno (sgocciolato)	50	70	80 – 90
Formaggi (pietanza)	40	50	60
Prosciutto/formaggio (merenda)	20	30	40
Pane per il pasto	40	50	60
Frutta di stagione	100	150	150
Legumi (contorno)	60 (freschi) 20 (secchi)	90 (freschi) 30 (secchi)	90 (freschi) 30 (secchi)
Legumi (minestra)	20 (secchi)	30 (secchi)	30 (secchi)
Verdure miste (minestra)	90	150	150 – 200
Patate (contorno)***	120	120	150
Gnocchi	100	150	180 – 200
Pasta ripiena (asciutta)	60	90	120
Pasta ripiena (in brodo)	40	70	70
Lasagne	80	100	120 – 150
Olio d'oliva	5	5	5
Besciamella (per lasagne)	30	30	30

*N.B.: il peso degli alimenti si riferisce a crudo ed al netto degli scarti.*

*\*carne di vitello, sanato, tacchino, maiale, pollo (senza osso).*

*\*\*pesce: merluzzo, sogliola, platessa, sgombro.*

*\*\*\* la stessa quantità va bene per fare la purea.*

*Non utilizzare i fritti come modalità di cottura.*