



CITTA' DI VIGEVANO

ALLEGATO 2

**AL CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO PER LA GESTIONE DEL
SERVIZIO DI RISTORAZIONE SCOLASTICA**

**PERIODO DI RIFERIMENTO: 23/12/2024 – 31/08/2027
CON OPZIONE DI PROROGA FINO AL 31/08/2029**

TABELLE DIETETICHE / PROSPETTO GRAMMATURE

PROSPETTO GRAMMATURE PER LA SCUOLA D'INFANZIA, PRIMARIA, SECONDARIA DI 1° GRADO E ADULTI

Le grammature sono relative all'alimento crudo netto degli scarti e della glassatura (nel caso di prodotti surgelati), , tranne quando diversamente indicato:

CEREALI E DERIVATI	3-6 anni	6-10 anni	11-13 anni e adulti
Pasta asciutta	60	70	80
Riso per risotto	60	70	80
Orzo, farro asciutti	60	70	80
Pasta, riso, orzo o farro in minestra	30	40	50
Crostini	20	30	40
Miglio	30	40	50
Fiocchi d'avena	20	30	30
Gnocchi di patate	150	170	200
Tortellini freschi o ravioli di magro freschi	70	80	90
Farina di mais per polenta	60	80	90
Trancio di pizza (peso a cotto)	150	200	250
Pane	30	50	80
CARNI, PESCE, UOVA			
Pollo (petto/coscia)	60	80	100
Tacchino	60	80	100
Pollo/tacchino per polpette	40	50	60
Lonza	60	80	100
Bovino per bistecche, svizzera, arrosto	60	80	100
Bovino per spezzatino	60	80	100
Bovino per bollito	60	80	100
Bovino per polpette	40	50	60
Carne per ragù	30	40	50
Pesce (sogliola, platessa, merluzzo, etc.)	80	100	120
Tonno (1° piatto)	20	30	40
Tonno (2° piatto)	60	70	80
Bastoncini di merluzzo	n. 2	n. 3	n. 4
Uova per frittata e omelette	n.1 (50 g)	n.1 (60 g)	n. 1 e ½ (75 g)
Uova per polpette, ecc. (per 10 utenti)	n.1	n.1	n.1
Uova per tortini, flan, sformati di uova e verdure	n.1	n.1	n.1
FORMAGGI e SALUMI			
Formaggi freschi (mozzarella, primo sale, crescenza, stracchino, formaggino spalmabile, caciotta fresca, ecc.):			
- per 1° piatto	25	35	40
- per 2° piatto	50	70	100
- ricotta (1° piatto)	25	35	40
- ricotta (2° piatto)	60	80	100
Formaggi semi stagionati e stagionati (taleggio, fontina, asiago, grana, parmigiano, emmenthal, taleggio, fontina, provolone, italico, ecc.)			
- per 1° piatto	10	10	20
- per 2° piatto	30	40	50
- per ripieni (polpette, frittate)	15	20	25
Parmigiano reggiano grattugiato	5	5	10
Piatto misto di formaggi	40	50	70
Bresaola, prosciutto cotto o crudo	40	50	60
Affettato di tacchino	50	60	70

ORTAGGI, PATATE e LEGUMI	3-6 anni	6-12 anni	12-15 anni e adulti
Verdure e Legumi per primi piatti: - Pomodori pelati per sugo (per primi/secondi piatti) - Verdure miste per minestrone, passati, creme	50 90	60 120	70 150
Verdure e legumi per risotti e paste: - asparagi, carciofi, zucchine, zucca etc. - radicchio, lattuga - legumi freschi o surgelati - legumi secchi	30 15 20 10	40 20 30 20	50 25 50 25
Verdure per secondi piatti: - Verdure per frittata - Verdure per scaloppine, polpette, crocchette, spezzatino ecc. - Verdure miste per timballi e sformati - Verdure miste per verdure ripiene	40 40 60 120	50 60 80 150	60 80 100 200
Legumi per crocchette, sformati, polpette: - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) secchi - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) freschi/surgelati	25 70	30 90	40 100
Verdure crude per contorni: - Insalata - Pomodori da insalata - Carote e finocchi crudi	30 60 40	40 100 50	50 150 100
Verdure cotte per contorni: - Cavolfiore, peperoni, melanzane, spinaci, biette, zucchine, fagiolini, ecc	120	150	200
Patate: - Patate per minestre - Patate per contorno - Patate per purea - Patate per spezzatino - Patate per spezzatino (con verdure o piselli)	30 120 120 40 20	40 150 150 60 30	60 200 200 80 45
Legumi per contorni: - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) freschi o surgelati - Legumi (piselli, lenticchie, ecc.) secchi	40 20	60 25	90 30
CONDIMENTI			
Olio extra-vergine d'oliva a crudo: - per primi e secondi piatti - per contorno	5 5	6 6	7 7
Pesto	15	20	30
FRUTTA FRESCA (peso al lordo)			
Frutta di stagione	100	150	200
Frutta per torte (mele o pere) per 30	1,5kg	//	//
DESSERT			
Yogurt	125	125	125
Budino	125	125	125
Gelato (dopo pasto)	50	50	50
Dolce (torta, pandoro, colomba, ecc. dopo pasto)	20	30	40

PRODOTTI VARI	3-6 anni	6-12 anni	12-15 anni e adulti
Latte parz. scremato (per polpette, frittate, sughi,ecc.)	5	10	10
Olive per primi e secondi piatti	20	22	30
Noci/pinoli per salse o sughi	2	4	6
Yogurt al naturale (per creme e salse)	15	20	30

MERENDE	3-6 anni	6-12 anni	12-15 anni e adulti
Frutta fresca: intera, spremuta, frullata, in macedonia biscotti secchi	100 + 15 g	100 + 20	150 + 25
Frutta secca (mandorle, nocciole, noci, anacardi e pistacchi non salati) + mezza porzione di frutta	Frutta secca: 20 – 30 g Frutta fresca: 50 – 60 g	Frutta secca: 30 – 40 g Frutta fresca: 60 - 70g	Frutta secca: 40 – 50 g Frutta fresca: 70 – 80 g
Frutta disidratata (albicocche, mele, banane, fichi, uvetta)	30-40 g	40 – 50 g	50 – 60 g
Latte fresco (e cacao) e biscotti secchi, cereali non zuccherati	180 +15	200 + 20	200 + 25
Yogurt + fiocchi di cereali non zuccherati	125 + 15	125 + 20	125 + 25
Yogurt + biscotti secchi	125 + 15	125 + 20	125 + 25
Budino	125	125	125
Gelato	80	80	80
Pane e marmellata / miele	30 + 10	40 + 15	50 + 20
Fette biscottate + marmellata / miele	20 + 10	30 + 15	40 + 20
Pane + cioccolato fondente	30 + 20	40 + 20	50 + 30
Pane pomodoro e origano	30 + 15	40 + 20	50 + 30
Pane + frutta di stagione	30 + 100	40 + 100	50 + 150
Pane + olio EVO	30 + 5	40 + 7	50 + 10
Tè + biscotti secchi	150 + 15	200 + 20	200 + 20
Tè + cracker non salati	150 + 15	200 + 20	200 + 20
Torta casalinga, crostata alla marmellata * + tè	40 + 150	50 + 200	60 + 200
Macedonia di frutta fresca (con almeno 4 diversi frutti di stagione)	120	150	170

* non sono ammessi prodotti confezionati