

allegato n. 1 al CAPITOLATO

TABELLA ALIMENTI E GRAMMATURE DEL SERVIZIO DI PREPARAZIONE E CONSEGNA DEI PASTI A DOMICILIO

PRIMI PIATTI ASCIUTTI

Pasta di semola	g 80
Riso	g 80
Pasta all'uovo	g 60
Tortellini o ravioli	g 150
Gnocchi di patate	g 150

PRIMI PIATTI IN BRODO

Pasta o riso	g 40
Pasta all'uovo	g 30
Tortellini o ravioli	g 80
Orzo	g 40
Crostini	g 30
Brodo di carne o vegetale	g 250
Passato/crema di verdura	g 300

SECONDI PIATTI CARNE

Carne magra di tutti i tipi (manzo, pollo, tacchino, vitello, ecc.)	g 100
carne con osso (pollo, gallina, coniglio)	g 150
hamburger, polpette, polpettone di carne	g 150

SECONDI PIATTI PESCE

Pesce magro di tutti i tipi (sogliola, merluzzo, palombo, cernia)	g. 150
Seppie	g. 200
Tonno sott'olio (ben sgocciolato)	g. 80

SECONDI PIATTI UOVA

Uova sode	n. 1 e ½
Frittata al prosciutto	1 uovo + 30 g. prosciutto
Frittata al formaggio	1 uovo + 30 g. formaggio
Frittata alle verdure	1 uovo + 50 g. verdure

SECONDI PIATTI FORMAGGI

Formaggi freschi (stracchino, caciotta e mozzarella)	g 100
Formaggi stagionati (asiago, grana padano, parmigiano, latteria)	g 80
Ricotta	g. 100

SECONDI PIATTI SALUMI

Prosciutto cotto, speck, prosciutto crudo, ecc.	g. 50
---	-------

CONTORNI

Patate	g 150
Purè di patate	g. 120
Verdura cotta (coste di bieta, zucchine, cavolfiori, fagiolini)	g. 200 (a cotto)
Verdura cruda (insalata, carote, cappuccio, pomodoro)	g. 120
Legumi freschi (fagioli, piselli, ceci, lenticchie, fave)	g. 120

Legumi secchi (fagioli, piselli, ceci, lenticchie, fave) g. 50

DESSERT

Frutta fresca di stagione (mela, pera, arancia, mandarino,
kiwi, ciliegie, fragole, albicocche, pesca, melone, prugne) g. 200
Banana, uva, fichi e cachi g. 100
Anguria g. 300
Frutta cotta g. 150
Yogurt alla frutta g. 125
Budino (a cotto) g. 125 /150
Dolce (a cotto) g. 130
Purea di frutta in monoporzione g. 100

Pane comune g 80
Pane integrale g 100
Grissini g 60
grana padano g 5

N.B.: Le grammature degli alimenti si riferiscono a crudo e al netto degli scarti.