

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE ALLE TABELLE DELLE GRAMMATURE DEGLI INGREDIENTI

Aggiornato al 07/04/2025

GRAMMATURE SCUOLA DELL'INFANZIA, PRIMARIA E SECONDARIA

Note: le grammature sono al crudo e al netto degli scarti di lavorazione e del calo di peso dovuto allo scongelamento.

Preparazioni gastronomiche di base			Su 100g
COD.	RICETTE	ALIMENTI	g
1	Brodo vegetale (100 ml)	Verdure fresche di stagione	30
		Patate fresche	8
		Carote fresche	5
		Sedano fresco	5
		Cipolla fresca	5
		Olio extravergine di oliva	4
		Sale	q.b.
2	Besciamella (100 gr)	Latte intero UHT	300
		Farina bianca	30
		Burro	30
		Noce moscata	q.b.
		Sale	q.b.
4	Pesto alla genovese (100 gr)	Basilico fresco	30
		Aglio	5
		Olio extravergine	35
		Parmigiano Reggiano	35
		Sale	q.b.

PRIMI PIATTI			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
Aggior	RICETTE	ALIMENTI	G	g	g
6	Pasta al pomodoro e basilico	Pasta di semola	60	70	80
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Carote e cipolla freschi	q.b.	q.b.	q.b.
		Basilico fresco	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
7	Pasta al pesto fresco	Pasta di semola	60	70	80
		Basilico fresco	9	9	10
		Pinoli	1	1	1
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Olio extravergine di oliva	12	12	15
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
8	Pasta al ragù di tonno	Pasta di semola	60	70	80
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Tonno all'olio di oliva	40	45	50
		Sedano, carota, cipolla freschi	q.b.	q.b.	q.b.
		Prezzemolo fresco	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
9	Pasta al pomodoro	Pasta di semola	60	70	80
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Carote e cipolla freschi	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
10	Pasta al ragù di manzo	Pasta di semola	60	70	80
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Vitellone	35	40	45
		Sedano, carota, cipolla freschi	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
11	Pasta alla norma	Pasta di semola	60	70	80
		Polpa pomodoro	40	50	60
		Melanzane	30	35	40
		Carota e cipolla freschi	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
12	Pasta al pesto fresco con fagiolini	Pasta di semola	60	70	80
		Basilico fresco	9	9	10
		Pinoli	1	1	1
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Fagiolini*	12	12	15
		Olio extravergine di oliva	12	12	15
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
13	Pasta al ragù di merluzzo*	Pasta di semola	60	70	80
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Merluzzo*	35	40	45
		Sedano, carota, cipolla freschi	q.b.	q.b.	q.b.
		Prezzemolo fresco	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
14	Insalata di pasta con tonno, mozzarella e pomodori	Pasta di semola	60	70	80
		Tonno all'olio di oliva	25	30	35
		Mozzarella	12	15	18
		Pomodoro fresco	20	25	30
		Olio extravergine di oliva	10	12	15
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.

PRIMI PIATTI			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
15	Risotto allo zafferano	Riso parboiled	60	70	80
		Cipolla fresca	10	10	10
		Zafferano	0,03	0,04	0,05
		Brodo vegetale	175	200	225
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Burro	8	10	12
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
16	Risotto con crema di formaggi	Riso parboiled	60	70	80
		Cipolla fresca	10	10	10
		Brodo vegetale	165	190	220
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Burro	8	10	12
		Parmigiano reggiano	6	7	8
		Emmenthal	4	5	7
		Latte UHT parzialmente scremato	10	12	14
		Farina di grano tenero 0	3	3	3
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.

PRIMI PIATTI			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
17	Gnocchi al pomodoro e basilico	Gnocchi di patate	150	180	200
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Cipolla fresca	5	5	5
		Basilico fresco	q.b.	q.b.	q.b.
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
18	Ravioli ricotta e spinaci al burro e salvia	Ravioli di magro	100	110	120
		Salvia fresca	q.b.	q.b.	q.b.
		Burro	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
19	Passato di ceci con ditalini	Pasta di semola (ditalini)	30	40	50
		Ceci secchi	40	50	60
		Patate fresche	80	90	100
		Carote, sedano, cipolle freschi	15	20	25
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
20	Passato di verdure con cannellini e pasta	Pasta di semola (ditalini)	30	40	50
		Fagioli cannellini secchi	40	50	60
		Patate fresche	80	90	100
		Verdure fresche di stagione	35	45	55
		Carote, sedano, cipolle freschi	15	20	25
		Olio extravergine di oliva	6	8	10
		Parmigiano reggiano	4	5	7
		Aromi	q.b.	q.b.	q.b.
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
21	Pizza margherita	Base per pizza	130	150	180
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Mozzarella	30	40	50
		Olio extravergine di oliva	10	12	15
		Basilico fresco	q.b.	q.b.	q.b.
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
22	Pizza con parmigiano	Base per pizza	130	150	180
		Polpa pomodoro	50	60	70
		Parmigiano reggiano	20	25	30
		Olio extravergine di oliva	10	12	15
		Basilico fresco	q.b.	q.b.	q.b.
		Sale	q.b.	q.b.	q.b.
23	Piadina con prosciutto cotto e formaggio	Piadina	100	100	150
		Prosciutto cotto	40	50	60
		Edamer	40	50	60

SECONDI PIATTI			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
24	Pollo al forno	Fusi/Sovracosce di pollo Salvia, rosmarino freschi Sale	170 q.b. q.b.	200 q.b. q.b.	240 q.b. q.b.
25	Cotoletta di pollo	Petto di pollo refrigerato Uova pastorizzate Pane grattugiato Olio extravergine di oliva Sale	70 10 10 4 q.b.	80 10 10 5 q.b.	90 10 10 7 q.b.
26	Bocconcini di pollo al forno dorati/gratinati	Petto di pollo refrigerato Pane grattugiato Salvia e rosmarino freschi Olio extravergine di oliva Sale	70 10 q.b. 4 q.b.	80 10 q.b. 5 q.b.	90 10 q.b. 7 q.b.
27	Cotoletta di lonza/Straccetti lonza impanati	Lonza suino refrigerata Uova pastorizzate Pane grattugiato Olio extravergine di oliva Sale	70 10 10 4 q.b.	80 10 10 5 q.b.	90 10 10 7 q.b.
28	Arrosto di tacchino	Tacchino refrigerato Brodo vegetale Salvia e rosmarino freschi Farina di riso Olio extravergine di oliva Sale	80 q.b. q.b. q.b. 4 q.b.	100 q.b. q.b. q.b. 5 q.b.	120 q.b. q.b. q.b. 7 q.b.
29	Platessa impanata	Platessa surgelata Uova pastorizzate Pane grattugiato Olio extravergine di oliva Sale	80 10 10 4 q.b.	100 10 10 5 q.b.	120 10 10 7 q.b.
30	Hamburger di tonno	Tonno all'olio di oliva Patate fresche Uova pastorizzate Pane grattugiato Olio extravergine di oliva Prezzemolo Sale	40 35 10 12 4 q.b. q.b.	50 40 10 15 5 q.b. q.b.	60 45 10 20 7 q.b. q.b.
31	Hamburger/polpette di patate e formaggio	Patate fresche Uova pastorizzate Parmigiano reggiano Provola Pane grattugiato Sale	60 10 10 15 q.b. q.b.	70 15 10 20 q.b. q.b.	80 20 10 25 q.b. q.b.
32	Tonno, uova e maionese	Uovo sodo Tonno all'olio di oliva Maionese Sale	20 20 5 q.b.	30 30 5 q.b.	45 45 10 q.b.

SALUMI E FORMAGGI			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
33	Prosciutto cotto	Prosciutto cotto	50	60	70
34	Affettato ti tacchino mezza razione	Affettato ti tacchino mezza razione	25	30	35
35	Formaggio spalmabile	Formaggio spalmabile	50	70	100
36	Mozzarella	Mozzarella	50	60	70
37	Crescenza	Crescenza	50	60	70
38	Ricotta	Ricotta	50	60	70
39	Primosale	Primosale	50	60	70
40	Grana padano	Grana padano	40	50	60
41	Parmigiano reggiano	Parmigiano reggiano	40	50	60

CONTORNI			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
42	Insalata verde	Insalata Iceberg Olio extravergine di oliva Aceto Sale	30 6 q.b. q.b.	40 8 q.b. q.b.	50 10 q.b. q.b.
43	Insalata mista con carote	Insalata Iceberg Carote Olio extravergine di oliva Aceto/Succo limone Sale	15 20 6 q.b. q.b.	20 25 8 q.b. q.b.	25 30 10 q.b. q.b.
44	Insalata mista con pomodori	Insalata Iceberg Pomodori Olio extravergine di oliva Aceto Sale	15 30 6 q.b. q.b.	20 40 8 q.b. q.b.	25 50 10 q.b. q.b.
45	Insalata fagiolini e carote julienne	Insalata Iceberg Carote Fagiolini surgelati Olio extravergine di oliva Aceto/Succo limone Sale	15 15 15 6 q.b. q.b.	20 20 20 8 q.b. q.b.	25 25 25 10 q.b. q.b.
46	Pomodori in insalata	Pomodori Olio extravergine di oliva Sale	50 6 q.b.	60 8 q.b.	70 10 q.b.
47	Carote julienne	Carote Olio extravergine di oliva Aceto/Succo limone Sale	50 6 q.b. q.b.	60 8 q.b. q.b.	70 10 q.b. q.b.
48	Spinaci gratinati	Spinaci cubetti surgelati Parmigiano reggiano Olio extravergine di oliva Sale	100 6 6 q.b.	120 8 8 q.b.	140 10 10 q.b.
49	Fagiolini all'olio	Fagiolini surgelati Prezzemolo Olio extravergine di oliva Sale	80 q.b. 6 q.b.	100 q.b. 8 q.b.	120 q.b. 10 q.b.
50	Patate al forno	Patate fresche Rosmarino fresco Olio extravergine di oliva Sale	120 q.b. 6 q.b.	150 q.b. 8 q.b.	180 q.b. 10 q.b.

FRUTTA			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
COD.	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
51	Frutta fresca	Frutta fresca	150	150	200

La porzione di frutta per ciascun utente non può essere ottenuta frazionando un frutto di peso superiore (es. ½ banana, ½ mela), mentre può essere ottenuta sommando più frutti di peso inferiore (es. 3 albicocche, 2 kiwi).

PANE			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
COD.	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
52	Pane comune	Pane di semola di grano duro	30	30	30

BEVANDE			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
COD.	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
53	Acqua dal rubinetto	Acqua potabile di rete	0,5 l.	0,5 l.	0,5 l.

MERENDE			Infanzia	Primaria	Secondaria Adulti
	RICETTE	ALIMENTI	g/ml	g/ml	g/ml
54	Yogurt	Yogurt intero alla frutta	125	125	125
55	Pane e confettura	Pane tipo semolino mignon	30	30	30
		Confettura	30	35	40
56	Pane e miele	Pane tipo semolino mignon	30	30	30
		Miele	20	25	30
57	Pane e cioccolato	Pane tipo semolino mignon	30	30	30
		Cioccolato al latte barretta	20	20	20
57	Crostatina	Crostatina confezionata	40	40	40
59	Focaccia salata	Focaccia salata	50	50	50
60	Gelato	Gelato fior di latte o cioccolato o fragola	50	50	50
61	Gelato biscotto	Gelato biscotto	40	40	40
62	Budino	Budino confezionato	125	125	125
63	Succo di frutta	Succo di frutta	200	200	200
64	Succo di frutta e biscotti	Succo di frutta	200	200	200
		Biscotti	25	25	25