

ALLEGATO 3 - 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">▪ PASTA AL RAGU 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	<ul style="list-style-type: none">▪ PASTA ALL'AMATRICIANA 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
--	---

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">▪ MINISTRA DI LENTICCHIE 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	<ul style="list-style-type: none">▪ MINISTRONE CON PASTA 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
--	---

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">▪ RISOTTO ALLO ZAFFERANO 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	<ul style="list-style-type: none">▪ RISOTTO COI FUNGHI 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
--	--

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 (come da ingredienti previsti dall'art.16 del Capitolato)

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

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

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

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

4. **CONTORNI:** porzioni di minimo 150 g.