

## ALLEGATO B

### TABELLE MERCEOLOGICHE E DIETETICHE MINIMALI

#### PRIMI PIATTI

Pietanza	Grammi
Pasta o riso	250
Minestrone	Piatto colmo
Pasta in brodo	Piatto colmo
Tortellini in brodo	Piatto colmo
Ravioli	250
Tortellini	250
Pasta al forno	250
Gnocchi di patate	250
Gnocchetti sardi	250

La porzione si intende a cotto e con l'aggiunta del condimento.

La porzione di formaggio grattugiato, da aggiungere a richiesta, è di 10 g corrispondente a circa un cucchiaino

#### SECONDI PIATTI

Pietanze a base di carne	Grammi
Fettina ai ferri	120
Bistecca o braciola con osso	170
Arrostato	100/120
Hamburger	100/120
Carne in umido	120
Carne lessa	100/120
Cotoletta alla milanese	120
Scaloppe	120
Rollata	120/140
Spezzatino (escluse patate o piselli)	120
Bocconcini	120
Pollo ¼	200/250
Coniglio	200
Salsiccia	150

Pietanze a base di pesce	Grammi
Trancio al forno (lordo)	200
Calamari o seppie fritti	150
Seppie, polpi, calamari in umido / con piselli	150
Seppie o calamari arrosto	150
Filetti di pesce (parm. / marin. / impanati)	150
Orate e spigole fresche al forno	1 pesce da circa 250 g a crudo
Cozze e arselle in zuppa / marinata	Piatto colmo

**N.B. Le grammature da somministrare all'utenza sono da intendersi a COTTO al netto di: intingoli, impanature, contorni o altri condimenti la pietanza oltre il costituente principale**

## ALLEGATO B TABELLE MERCEOLOGICHE E DIETETICHE MINIMALI

### VERDURE COTTE

Pietanza	Grammi
Frittate diverse	200
Ortaggi ripieni o al forno	200/250
Verdure cotte	150/200
Patate lesse	150/200
Patate fritte o al forno	150

### VERDURE CRUDE

Pietanza	Grammi
Insalata verde	60/70
Insalata mista	120
Pomodori	150

### PIATTI FREDDI

Pietanza	Grammi
Affettati misti	100
Prosciutto crudo	80
Formaggi	100
Vitello tonnato	75 g di carne + 60 g di salsa tonnata
Insalata russa	150/200
Insalata di mare	150

### FRUTTA

Pietanza	Grammi
Frutta mista	150/200
Fragole	100
Ciliegie	100
Anguria	300