



Composizione del pasto e relative grammature

codice
M01 I06 P03

Revisione 01

Tabella 1 – Composizione del pasto e relative grammature

COMPOSIZIONE DEL PASTO	GRAMMI CRUDO	GRAMMI COTTO	COMPOSIZIONE DEL PASTO	GRAMMI CRUDO	GRAMMI COTTO	COMPOSIZIONE DEL PASTO	GRAMMI CRUDO	GRAMMI COTTO
PASTO COMPLETO TRADIZIONALE/ASPORTO			PIZZERIA/PANINERIA			INSALATONA		
Primo piatto			Primo piatto					
pasta/riso	100	200	pizza farcita	350				
condimento	-	50						
minestra/zuppa*	-	300						
Secondo piatto			Secondo piatto			Secondo piatto + contorno		
carne	150	120	pizza farcita	350	-	base insalatona****		
pesce	180	150	piadina farcita	350	*	insalata a foglia	50	-
formaggi**	70	-	2 Panini	100	-			
legumi secchi	60	-				patate	150	
salumi**	80	-	***farcitura	80		cereali	100	
uova	100	100				carne	150	120
Contorno						pesce	180	150
verdure fresche	200	200				uovo	100	-
verdure cotte	200	150				salumi	60	-
patate	150	-				formaggi	70	-
legumi freschi cotti	-	150				legumi	50	-
verdura a foglia	50	50				Pane	80	-
Pane	80	-				Bibita*****	200-500 ml	-
Bibita*****	200-500 ml	-	Bibita*****	200-500 ml	-	Frutta	150	-
Frutta	150	-	Frutta	150	-			

* minestra/zuppa: accompagnata con 40 g di pasta o crostini o patate o legumi

** formaggi o salumi: composti in piatto freddo con 30 g di guarnizione a base di verdura cruda, cotta, sott'aceto o sott'olio

*** farcitura panini: 80 g di salumi oppure 60 g salumi + 30 g formaggi

****base insalatona: composta da insalata o cereali o patate con carne o pesce o uovo o salumi a cubi/strisce o legumi

*****Bibita: acqua naturale o gassata (n/g) o altra bevanda sfusa self-service oppure acqua n/g in bottiglia da 500 ml (erogata in caso di asporto/emergenza)