COMUNE DI RUBIERA
PROVINCIA DI REGGIO EMILIA

SETTORE ISTRUZIONE, CULTURA, SPORT E POLITICHE GIOVANILI

PROCEDURA APERTA PER L'AFFIDAMENTO DELLA GESTIONE DELLA CUCINA DI PROPRIETA' COMUNALE PRESSO IL NIDO E SCUOLA DELL'INFANZIA "ALBERO AZZURRO" PER L'ANNO SCOLASTICO 2022/2023

TABELLA PESI

GRAMMATURE MEDIE DI RIFERIMENTO PER FASCE DI ETA'

PRIMI IN BRODO	**1 – 3 anni**	**3 – 6 anni**	**11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per determinare i pasti adulti)**
Pastina di semola o all'uovo per brodi vegetali/carne	20/25	25/30	40/50
Pastina di semola o all'uovo passati vegetali/legumi	15/20	20/25	35/40
Riso, farro, orzo e altri cereali	15/20	20/25	35/40
Cous-cous e miglio	10/15	15/20	25/30
Condimenti: Verdura fresca per passati	120	150	250
Condimenti: Legumi secchi per passati / sughi	20/25	25/30	35/40

PRIMI ASCIUTTI	**1 – 3 anni**	**3 – 6 anni**	**11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per determinare i pasti adulti)**
Pasta di semola, riso, mais, orzo e altri cereali	40/50	50/60	80/100
Pasta all'uovo secca	35/45	45/55	65/75
Pasta all'uovo ripiena	/	120	160
Condimenti			
Sughi vegetali	50/70	65/90	90/130
Carne/pesce per ragù	15/20	20/25	30/35
Parmigiano Reggiano per primi piatti	5/6	6/7	8/9

COMUNE DI RUBIERA
PROVINCIA DI REGGIO EMILIA

SETTORE ISTRUZIONE, CULTURA, SPORT E POLITICHE GIOVANILI

SECONDI	1 – 3 anni	3 – 6 anni	11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per determinare i pasti adulti)
Carne	40/50	50/60	70/80
Prosciutto o bresaola	20/25	25/30	35/40
Pesce	50/60	60/70	100/150
Uova (unità)	1	1	1
Formaggi freschi molli	40	50/60	80/100
Mozzarella fiordilatte)/caciotta	30/40	40/50	80
Formaggio media stagionatura	20	40	60
Formaggio ad alta stagionatura	15/20	30	50

CONTORNI	1 – 3 anni	3 – 6 anni	11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per determinare i pasti adulti)
Ortaggi freschi	80	100	200/250
Verdura cruda a foglia	30	40	60
Patate	60/80	100/120	160/200

OLIO	1 – 3 anni	3 – 6 anni	11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per determinare i pasti adulti)
Olio extravergine d'oliva per primi piatti, secondi piatti e per contorni: quantità totale	12/15	12/15	18/20

VARIE	1 – 3 anni	3 – 6 anni	11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per determinare i pasti adulti)
Pane	30	40	60
Frutta fresca intera, spremuta o frullata	100/150	150	200
Frutta secca oleosa	10	15	25/30

COLAZIONE E MERENDE	1 – 3 anni	3 – 6 anni	11- 14 anni (da utilizzare come riferimento per

COMUNE DI RUBIERA
PROVINCIA DI REGGIO EMILIA

SETTORE ISTRUZIONE, CULTURA, SPORT E POLITICHE GIOVANILI

			determinare i pasti adulti)
Latte per colazione	200/250	250	250
Latte per merenda	100/150	150	200
Yogurt (unità da g 125)	1	1	1
Miele per dolcificare	5	5	10
Miele da spalmare	10	15	20
Marmellata/confettura	10	15	25
Cereali in fiocchi	15	20	30
Biscotti secchi, fette biscottate, grissini, crackers	25	30	40
Torta	30/40	50/60	90/100

NOTE: Le quantità sopracitate si riferiscono al peso dell'alimento a crudo e al netto degli scarti.
In riferimento al pesce congelato/surgelato il peso si riferisce al prodotto scongelato e privato della pelle.
Per la voce carne è possibile aumentare la quantità fino a circa il 10% in funzione della tipologia di preparazione e di prodotto, esempio carne bianca.
In caso di pasti veicolati, le grammature fornite possono essere incrementate (valore indicativo suggerito +10%) a garanzia di miglior qualità del servizio, esempio per far fronte a perdita pasti per caduta di contenitori.