

COMUNE DI VALLE MOSSO

PROSPETTO DELLE GRAMMATURE A CRUDO PER PASTI

MENSA SCOLASTICA

<i>PRODOTTI</i>	<i>3-6 ANNI</i>	<i>6-12 ANNI</i>	<i>GIOVANI/ ADULTI</i>
CEREALI E DERIVATI:			
riso per risotto	50	70	100
pasta asciutta	50	70	100
riso o pasta in brodo	20	30	50
pasta ripiena fresca	70	130	200
orzo o farro in brodo	20	30	50
Orzo per orzotto	50	70	100
farro asciutto	50	70	100
gnocchi di patate	100	150	250
farina di mais per polenta	30	50	70
patate per contorno	120	150	200
patate per purea	120	150	200
pane	30	50	80
crostini per passato di verdura	20	30	30

<i>PRODOTTI</i>	<i>3-6 ANNI</i>	<i>6-12 ANNI</i>	<i>GIOVANI/ ADULTI</i>
CARNI PESCI UOVA:			
pollo (petto-coscia)	50	100	150
tacchino (petto)/scaloppine	50	100	150
lonza	50	100	150
Vitello/vitellone per arrosto	50	100	150
vitellone per bistecche, svizzera, milanese	50	100	150
vitellone per spezzatino	50	100	150
tonno	40	50	70
sogliola (filetti)-platessa (filetti)-nasello- merluzzo o cotoletta di mare	80	100	150
Bastoncini di merluzzo	N° 2	N° 4	N° 6
uova per frittata e omelette	n° 1	n° 1	n°1 e ½
uova per tortini, flan, sformati con verdure	N° ½	N° ½	N° 1
uova per altre preparazioni (per 10 persone)	n° 1	n° 1	n°1
VERDURE E LEGUMI PER PRIMI PIATTI:			
Pomodori pelati per sugo	50	60	80
Misto per minestrone, passato, crema e sugo	90	120	150
Asparagi, carciofi, funghi, zucchine, zucca etc. per risotti e paste	50	70	100

<i>PRODOTTI</i>	<i>3-6 ANNI</i>	<i>6-12 ANNI</i>	<i>GIOVANI/ ADULTI</i>
Legumi freschi o surgelati per risotti e paste	20	30	50
Legumi secchi per risotti e paste	10	20	25
VERDURE -LEGUMI PER SECONDI PIATTI:			
Per frittata	40	50	60
Per scaloppine, polpette, crocchette, spezzatino etc..	40	60	80
Miste per timballi e sformati	60	80	100
Miste per verdura ripiene	120	150	200
Verdure per ratatuie e burger	60	80	100
carote e finocchi crudi	40	40	100
VERDURE CRUDE PER CONTORNI:			
Finocchi, carote	40	40	100
pomodori da insalata	60	100	150
insalata	20	40	50
VERDURE COTTE PER CONTORNI:			
Cavolfiore, peperoni, melanzane, spinaci, biette, zucchine, fagiolini, cavoli, cuori di carciofo, broccoli, carote ect...	120	150	200
Patate per spezzatino (con verdure o piselli)	20	30	45
LEGUMI PER SFORMATI:			

<i>PRODOTTI</i>	<i>3-6 ANNI</i>	<i>6-12 ANNI</i>	<i>GIOVANI/ ADULTI</i>
Piselli, lenticchie,etc.. secchi	25	30	40
Piselli, lenticchie,etc.. freschi/surgelati	70	90	100
LEGUMI PER CONTORNI:			
Piselli, lenticchie,etc.. freschi/surgelati	80	100	150
Piselli, lenticchie,etc.. secchi	20	25	30
FORMAGGI – SALUMI:			
Mozzarella, crescenza (1° piatto)	25	35	40
Mozzarella, crescenza (2° piatto)	60	100	120
Ricotta (1°piatto)	15	20	30
Ricotta (2° piatto)	50	70	100
Taleggio, fontina, asiago, grana, primo sale (1° piatto)	10	10	20
Stracchino, fontina, primo sale (2° piatto)	50	80	120
Taleggio, fontina, asiago, grana (per frittate)	15	20	25
Parmigiano grattugiato	5	5	10
Bresaola, prosciutto cotto	20	40	60
FRUTTA FRESCA:			
frutta fresca di stagione	100	150	200
DESSERT:			

<i>PRODOTTI</i>	<i>3-6 ANNI</i>	<i>6-12 ANNI</i>	<i>GIOVANI/ ADULTI</i>
yogurt con frutta confezionato	1 vasetto	1 vasetto	1 vasetto
Budino confezionato	1 vasetto	1 vasetto	1 vasetto
CONDIMENTI:			
olio extra vergine di oliva a crudo per 1° e 2°	5	5	10
olio extra vergine d'oliva a crudo per contorni	5	10	10
Pesto	5	10	10

PROSPETTO DELLE GRAMMATURE PRIMO PIATTO:

PIZZA

<i>PRODOTTI</i>	<i>3-6 ANNI</i>	<i>6-12 ANNI</i>	<i>GIOVANI/ ADULTI</i>
pizza con pomodoro e mozzarella	150	200	250

