



# GRAMMATURE

## A.S. 2023/2024

Nido d'Infanzia  
"S.Vincenzo"  
Scuole dell'Infanzia  
"S.Antonio" - "Sacra Famiglia" -  
"S.Vincenzo"

ALIMENTI	NIDO e INFANZIA	SCUOLA PRIMARIA	SCUOLA SECONDARIA
Pasta per primi in brodo	25-30 g	35-40 g	40-50 g
Pasta in passati di verdura, legumi	20-25 g	25-30 g	35-40 g
Pasta di semola, riso, mais, orzo ecc. per primi asciutti	50-60 g	70-80 g	80-100 g
Pasta secca all'uovo per primi asciutti	45-55 g	55-65 g	65-75 g
Pasta all'uovo ripiena	120 g	140 g	160 g
Sughi di condimento	25-30 g	30-35 g	35-40 g
Carne per ragù	20-25 g	25-30 g	30-35 g
Parmigiano per primi piatti	6-7 g	7-8 g	8-9 g
Carne	50-60 g	60-70 g	70-80 g
Prosciutto	25-30 g	30-35 g	35-40 g
Pesce	60-70 g	80-100 g	100-150 g
Uovo	Mezzo (unità)	1 (unità)	1 (unità)
Formaggio fresco molle	50-60 g	60-70 g	80-100 g
Mozzarella, caciotta	40-50 g	70-80 g	80 g
Contorni vari	100 g	150-200 g	200-250 g
Verdura cruda a foglia	40 g	50 g	60 g
Patate	100-120 g	140-160 g	160-200 g
Olio evo (totale pasto)	12-15 g	15-18 g	18-20 g
Pane	40 g	50 g	60 g
Frutta fresca	150 g	150-200 g	200 g
Dolce	50-60 g	70-80 g	90-100 g

MERENDE	NIDO e INFANZIA
Latte	150 g
Yogurt (confezione gr. 125)	1
Marmellata da spalmare	15 g
Cereali in fiocchi	20 g
Biscotti secchi /crackers/grissini/taralli	30 g
Panino con formaggio spalmabile	35 g