



COMUNE DI
GUSPINI

AREA SVILUPPO E CULTURA

PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI E ATTIVITÀ CULTURALI,
SPORT, TURISMO, SVILUPPO LOCALE

**PROCEDURA NEGOZIATA, PER L’AFFIDAMENTO DEL
SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA A.S. 2012/2013**

Eventualmente prorogabile di anno in anno per un massimo di tre anni
scolastici

CIG: 45056178C3

ALLEGATO 2

GRAMMATURE ALIMENTI PER ETA’

ALIMENTI	MATERN E	ELEMEN TARI	MEDIE	SUP/UNIV DOCENTI
Frutta	150	200	200	200

Primi piatti

Pasta o riso asciutti	50/60	70/80	80/90	90/100
Pasta o riso in brodo vegetale	30	30	50	50
Gnocchi di patate	120	150	200	250

Condimenti per i primi

Parmigiano o padano grattugiato	5	10	10	10
Sugo con base di pomodoro	20	30	50	50
Olio extra vergine d'oliva	5	5	10	10

Secondi piatti

carne	70	80	90/100	100/120
pesce	70	100	120	120
Uova (in unità)	1	1	1e mezzo	2
Prosciutto cotto	30	40	50	60
Formaggi a pasta molle	60	70	80	90
Formaggi a pasta dura	30	40	50	60

Contorni

Verdura cruda in foglia	40	50	60	60
Verdura e ortaggi crudi	100	100	150	150
Verdura da far cotta	120	150	200	200

Condimenti verdure

Olio extra vergine d'oliva	5	5	10	10
----------------------------	---	---	----	----

Pane

Pane comune	50	60	60	70
Pane integrale	60	70	70	80

Azienda U.S.L n°6, Sanluri, Servizio Igiene degli alimenti e della nutrizione
Note al menù

1) i piatti proposti giornalmente devono corrispondere per tipo, qualità e quantità a quelli indicati nel menù e nell' allegata descrizione delle materie prime

2) tutte le grammature degli alimenti sono da intendersi al crudo e al netto degli eventuali scarti dovuti alla preparazione

3) i tagli delle carni fresche, da utilizzare per la preparazione dei piatti previsti nel menù, devono essere quelli indicati nell'allegata descrizione delle materie prime

4) gli spinaci, le bietole, le foglie d'insalata devono essere ben sgocciolate e tagliate finemente; i finocchi e le carote in insalata devono essere sempre tagliate a julienne, i pomodori devono essere tagliati a spicchi sottili

5) l'olio da utilizzare per condire a crudo e per la cottura deve essere extra vergine d'oliva

6) il formaggio, servito come secondo piatto, deve essere da taglio (non formaggini)

7) i brodi devono di essere di verdure ed erbe aromatiche (non usare i dadi)

8) il formaggio usato per il condimento deve essere parmigiano o grana padano

9) la frutta e la verdura devono essere quelle di stagione e frequentemente variate nella settimana