



COMUNE DI CAMPEGINE
Provincia di Reggio Emilia

**CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO PER L'AFFIDAMENTO DEL
SERVIZIO DI AUSILIARIATO, CUCINA , COORDINAMENTO PEDAGOGICO E SERVIZIO EDUCATIVO DI TEMPO
ESTIVO E DI TEMPO PRPLUNGATO PRESSO IL NIDO E LA SCUOLA COMUNALE DELL'INFANZIA**

Anni scolastici 2016/17 – 2017/18 - 2018/19 – 2019/2020

**ESTRATTO DELLE GRAMMATURE MEDIE CONSIGLIATE DEI PRINCIPALI ALIMENTI NELLA REFEZIONE
SCOLASTICA**

ALIMENTO	NIDO D'INFANZIA (1-3 ANNI)	SCUOLA D'INFANZIA (3-6 ANNI)
PRIMI PIATTI		
Pasta di semola asciutta	40 g	55 g
Pasta di semola in brodo	20 g	35 g
Pasta all'uovo	35 g	45 g
Riso	50 g	60 g
Gnocchi di patate	120 g	150g
PIATTI UNICI		
Lasagne	25 g di pasta all'uovo	35 g di pasta all'uovo
Pizza margherita	100-120 g	170 g
SECONDI PIATTI CALDI		
Arrosti di vitello	60 g	70 g
Hamburger di carne	35 g (macinato)	45 g (macinato)
Pollo	55 g	70 g
Svizzera	50 g	60g
Scaloppina	50 g	55 g
Pesce	80 g	95-100 g
Frittata con verdure	45 g (uovo pastorizzato)	60 g (uovo pastorizzato)
SECONDI PIATTI FREDDI		
Formaggio Fresco	50 g	65 g
Parmigiano Reggiano	30-40 g	45 g
Prosciutto Cotto o Crudo	35 g	45 g
CONTORNI		
Patate	80 g	90 g
Purè di patate	60 g di patata	70-80 g di patata
Insalata	25 g* (minimo)	30 g * (minimo)
Verdura cruda	40-60 g*	60-80 g*

Verdura cotta	100 g* minimo	130 g* minimo
Pane Comune	30 g	40 g
Olio Extra Vergine d'oliva	5 g	6 g
Frutta fresca di stagione	80 g minimo	100 g (minimo)
MERENDE		
Biscotti secchi	30 g	30 g
Crostata di frutta	40 g	60 g
Torta al forno	40 g	50 g
Frullato di frutta	130 g	-
Focaccia al forno	40 g	50 g

*per la verdura cruda viene indicato un range: la grammatura minima è per i pomodori, la grammatura massima è da intendersi per carote o finocchi. In generale per la somministrazione di frutta e verdura si consiglia di attenersi alle grammature superiori.