



Data di pubblicazione: 17/10/2018

Nome allegato: All 2.2 Tabella_grammature.pdf

CIG: 7657405282 (LOTTO 1); 7657455BC2 (LOTTO 2);
7657470824 (LOTTO 3); 765748113A (LOTTO 4);

Nome procedura: *Procedura aperta di carattere comunitario, ai sensi dell'art. 60 del D.Lgs. n. 50/2016, volta all'affidamento della gestione "global service" presso le Case di soggiorno ex Enam site in Lorica di Pedace (CS) Lotto 1, San Cristoforo al Lago (TN) Lotto 2, Silvi Marina (TE) Lotto 3, Fiuggi (FR) Lotto 4.*

INPS

Istituto Nazionale Previdenza Sociale



ISTITUTO NAZIONALE PREVIDENZA SOCIALE

Allegato 2C al Disciplinare di Gara

**TABELLA DIETETICA DELLE GRAMMATURE A CRUDO DEI GENERI
ALIMENTARI OCCORRENTI PER LA PREPARAZIONE DI CIASCUN
PIATTO**

TABELLA DIETETICA DELLE GRAMMATURE A CRUDO DEI GENERI ALIMENTARI OCCORRENTI PER LA PREPARAZIONE DI CIASCUN PIATTO

(I pesi si riferiscono ai prodotti al netto dello scarto - parte edibile)

COLAZIONE:

- Latte intero, parzialmente e totalmente scremato cc. 350
- Cioccolato cc.350
- Orzo cc. 350
- Caffè (70% caffè, 30% orzo) q.b.
- Caffè espresso cc.100
- The cc. 350
- Zucchero gr. 20
- Zucchero di canna gr. 20
- Zucchero a basso contenuto di caloria gr. 20
- Fette biscottate 2 confezioni singole
- Brioches fresche gr. 60
- Biscotti e
- Biscotti per la prima infanzia gr. 60
- Omogeneizzati gr. 60
- Cerali in confezioni monodose gr 35
- Burro gr. 20
- Marmellata gr. 25
- Miele gr. 25
- Yogurt gr. 125
- Succhi di frutta 100 ml.
- Spremute di agrumi 100 ml.
- Frutta cotta gr. 100
- Frutta di stagione gr. 100
- Affettati e salumi gr. 70
- Formaggi gr. 70

PRIMI PIATTI:

Pasta asciutta gr. 100

Riso asciutto gr. 100

Semolino asciutto o farina di polenta gr. 80

Gnocchi di patate o alla romana gr. 250

Pasta ripiena fresca gr. 200
Riso o pastina per minestrine gr. 50
Semolino in brodo gr. 30
Pasta ripiena in brodo gr. 100
Verdura per creme, passati o minestrone gr. 200
Formaggio grana padano grattugiato gr. 10

SECONDI PIATTI:

CARNE BOVINA

Bollito, brasato, arrosto (anteriore di vitellone) gr. 150
Bistecca, roast-beef (sotto filetto di vitellone) gr. 150
Vitello tonnato (coscia di vitellone) gr. 130
Spezzatino (anteriore di vitellone) gr. 170
Svizzere, polpette, crocchette (petto di vitellone) gr. 100

CARNE SUINA:

Lonza gr. 120
Coscia o spalla gr. 130
Salsiccia magra gr. 150
Braciole o carré gr. 170

CARNE AVICOLA:

Pollo o tacchino con ossa gr. 250
Petto di pollo o fesa di tacchino gr. 150
Spezzatino di tacchino gr. 170

CONIGLIO:

Coniglio con ossa gr. 230

PESCE:

Trota gr. 200
Tranci di: nasello, spada, smeriglio gr. 200
Filetti di: platessa, sogliola, merluzzo e branzino gr. 200
Tonno sott'olio (sgocciolato) gr. 100

UOVA:

in frittata od omelette gr. 120

alla coque, sode n° 2

AFFETTATI:

Prosciutto cotto, salame cotto, mortadella gr. 80

Coppa, salame crudo, speck gr. 80

Prosciutto crudo, bresaola, manzo affumicato gr. 70

Salumi misti gr. 90

FORMAGGI:

Formaggi a pasta dura gr. 100

Formaggi a pasta molle gr. 100

Latticini (ricotta, primo sale, mozzarella) gr. 120

CONTORNI:

Insalata verde gr. 90

Verdure crude gr. 150

Verdure cotte gr. 250 - 300

Patate gr. 250

Legumi secchi gr. 100

COMPLEMENTO PER OGNI PASTO FRUTTA E DESSERT:

Frutta fresca di stagione gr. 200

Frutta fresca cotta gr. 200

Frutta di stagione frullata gr. 150

Macedonia di frutta fresca gr. 170

Budino (gr. 100-110)

Yogurt alla frutta o al naturale (gr. 125)

Dolce (gr. 100)

Gelato (ml. 100)

BEVANDE:

Acqua minerale naturale 0,75 l.

Acqua minerale gassata 0,75 l.

Vino bianco e rosso 0,25 l.

Caffè 25 ml.

Camomilla 100 ml.

Digestivo ml. 25

PANE E GRISSINI

Pane (in pezzatura da gr. 40/60) gr. 120

Grissini (in bustine da gr. 15) gr. 60