

**ALLEGATO B AL CAPITOLATO**

**TABELLA RELATIVA ALLE QUANTITÀ MINIME DEGLI ALIMENTI DA SOMMINISTRARE (ART. 13, COMMA 2 DEL CAPITOLATO SPECIALE D'APPALTO)**

<b>GRUPPO DI ALIMENTI</b>	<b>ALIMENTI</b>	<b>PORZIONE (g)</b>
LATTE E DERIVATI	<ul style="list-style-type: none"> <li>latte</li> <li>yogurt</li> <li>formaggio fresco</li> <li>formaggio stagionato</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>125 (un bicchiere)</li> <li>125 (un bicchiere)</li> <li>100 (n. 1 porzione media pari a un panetto)</li> <li>50(n. 1 porzione media pari a un ½ pugno)</li> </ul>
CARNE, PESCE, UOVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>carne fresca</li> <li>salumi</li> <li>pesce</li> <li>uova</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>100 (a crudo) (n. 1 fetta grande quanto una mano stesa)</li> <li>50 (n. 5 fette)</li> <li>150 (a crudo) ( n. 1 pesce da porzione)</li> <li>un uovo (circa 60 g a crudo)</li> </ul>
LEGUMI	<ul style="list-style-type: none"> <li>legumi freschi</li> <li>legumi secchi</li> <li>legumi cotti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>100 (a crudo) (pari a una tazza)</li> <li>30 (a crudo) (pari a ½ tazza)</li> <li>una scodella scarsa</li> </ul>
CEREALI E TUBERI	<ul style="list-style-type: none"> <li>pane</li> <li>prodotti da forno</li> <li>pasta o riso*</li> <li>pasta fresca all'uovo*</li> <li>pasta fresca ripiena*</li> <li>patate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>50 (pari a n. 1 fetta media o n. 1 panino piccolo)</li> <li>50 (pari a 4-5 biscotti/3-4 fette biscottate/n. 1 spicchio di torta)</li> <li>80 (a crudo) (n. 1 scodella all'orlo)</li> <li>120 (a crudo) (n. 1 scodella all'orlo)</li> <li>180 (a crudo) (n. 1 piatto colmo)</li> <li>200 (a crudo) (n. 2 piccole)</li> </ul>
ORTAGGI E FRUTTA	<ul style="list-style-type: none"> <li>insalate</li> <li>ortaggi</li> <li>frutta, spremuta o succo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>almeno 50g</li> <li>almeno 200g</li> <li>un frutto o un bicchiere</li> </ul>
CONDIMENTI	<ul style="list-style-type: none"> <li>olio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10 (n. 1 cucchiaino da minestra o n. 2 da caffè)</li> </ul>

*\*in minestra la porzione è dimezzata*

C\_F712 - C\_F712 - 1 - 2023-09-27 - 0021380