



TABELLA GRAMMATURE NIDI D'INFANZIA

ALIMENTI	Grammature per fascia età		
	mesi	6-12	13-36
Pasta, riso, cereali per primo piatto asciutto	gr.	30	50
Pastina/riso/orzo/crostini per brodi, passati, minestre e zuppe	"	15	20
Legumi secchi per piatto unico	"	10	20
Legumi freschi o surgelati	"	20	40
Polenta* /patate per piatto unico	"	120	200
Polenta* /patate da abbinare alle giornate con primo "liquido"	"	60	120
Gnocchi di patate*	"	90	150
Pasta per pizza da farcire	n.	35	70
Pizza*	gr.	80	150
Carne magra	"	25	30
Pesce fresco o scongelato	"	30	40
Formaggio a pasta tenera	"	25	30
Formaggio a pasta dura	"	15	20
Parmigiano reggiano grattugiato	"	2	2
Prosciutto cotto magro	"	25	30
Uova	"	1/2	1/2
Verdura cruda	"	15	30
Verdura cotta	"	35	70
Pane	"	15	30
Olio extra vergine di oliva	"	7	15
Frutta di stagione	"	60	100
Yogurt alla frutta o naturale con frutta fresca	"	70	125
Dolce semplice (torta margherita, allo yogurt...)	"	20	40
Gelato	"	30	60

(*) si riferisce agli alimenti "sul piatto", cioè a cotto.

I dati sono consultabili nelle Linee d'indirizzo alimentazione nei nidi d'infanzia, consultabili all'indirizzo:

https://asugi.sanita.fvg.it/it/schede/menu_salute_prevenzione/bambini/ian_linee_indirizzo_alimentazione_nidi_infanzia-copy.html

www.comune.pordenone.it/menuscolastici