

Sede di: Casale Monferrato

*Dipartimento di Prevenzione
S.O.C. Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
corso Valentino, 249 - 15033 Casale Monferrato*

GRAMMATURE – TIPO ALIMENTI PER MICRONIDO (12-36 mesi)

ALIMENTO	12-18 mesi	18-36 mesi
riso o pasta asciutti	30/40	40/50
riso o pasta per minestre	20	30
pasta all'uovo secca per lasagne	30/40	50/60
gnocchi di patate	80/100	100/120
crostini di pane per primo piatto	15	20/30
ravioli di ricotta e spinaci o di prosciutto	60/80	80/100
orzo, farro	20	20
Tortellini, agnolotti	50	70
pane comune non salato	30	40
pizza	60	80
verdura a foglia per contorno	30	30/50
Verdura non a foglia per contorno (carote, finocchi, carciofi, zucchini, melanzane, asparagi, peperoni, cavolfiore, etc)	80	100
patate per contorno e per purè	60	80/100
carne per ragù	10	15/20
legumi freschi, surgelati (fagioli, ceci, fave, soia, lenticchie)	30	40/50
legumi per primo piatto	10/20	20/30
coniglio magro, maiale magro, pollo intero, pollo petto, pollo coscia, vitellone magro, tacchino	40	40/50
prosciutto cotto magro, prosciutto crudo magro	20	30

uovo per frittata	n. 1	n. 1
sogliola, merluzzo, halibut, palombo	50	60/70
emmenthal, parmigiano, fontina, pecorino, caciotta	30	30/40
mozzarella, stracchino, caciotta fresca	40	40/50
Ricotta	50	60
frutta fresca di stagione	100	100/150
olio extravergine d'oliva per condimento al pasto	8/10	10/15
Colazione:		
latte di proseguimento	250	250
biscotti prima infanzia	10/15	20/30