



ESU RIO NOVO



Alimenti

Grammature al crudo

**P
R
I
M
I**

Pasta	100 gr
Riso	100 gr
Pasta/Riso con minestra	40 gr
Pasta all'uovo (lasagne)	60 gr
Ravioli	150 gr
Gnocchi	200 gr
Sugo al pomodoro	70 gr
Sughi (ragù, melanzane, etc)	50 gr

**S
E
C
O
N
D
I**

Bistecca/Scaloppina (noce di vitello, lonza di suino)	110 gr
Ossobuco di vitello, braciola di maiale	160 gr
Bistecca per cotoletta	100 gr
Arrosto di vitello	150 gr
Brasato di manzo	140 gr
Roast Beef	110
Salsiccia	140
Lonza di maiale	140
Coniglio al forno	200 - 250 gr
Fieletti di pesce	160 gr
Secondi a base di uova (omelette, frittata, etc)	120 gr
Prosciutto crudo, bresaola	70 gr
Prosciutto cotto	100 gr
Formaggi	100 gr
Latticini	120 gr

**C
O
N
T
O
R
N
I**

Patate al forno, purea di patate, patate in umido, patate fritte	220 gr
Melanzane, zucchine, Spinaci, verdure alla piastra, verdure all'agro, verdure al vapore	200 gr
Insalata, carote	150 gr

**V
A
R
I
E**

Pane	120 (pezzatura da 60 gr)
trancio a fatte di torta	100/120 gr
Dessert al cucchiaino	100/120 gr
Yogurt	125 gr
Frutta	200
Macedonia di frutta	140 gr
Acqua	500 cc
Bibite in lattina	250 cc
Bibite alla spina	250 cc