

A quanto equivale Una porzione di pesce



**1 SGOMBRO
PICCOLO**



20 GAMBERETTI



25 COZZE



**4-5 FETTE DI
SALMONE
AFFUMICATO**

Pesce fresco o surgelato: 150 g - Pesce conservato: 50 g
Standard quantitativi delle porzioni, SINU-LARN V Revisione