

Allegato 2 b: ESEMPIO DI MENU' ESTIVO RESIDENZA E CENTRO DIURNO

PRANZO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
I° Piatto	.Risotto alla boscaiola .Pasta burro o pomodoro .Crema di asparagi c/s pasta .Semolino crema asparagi .Semolino dolce	Rigatoni alla mediterranea .Riso burro o pomodoro .Pasta e fagioli .Semolino di verdure .Semolino dolce	.Gramigna panna salsiccia funghi .Pasta /riso burro o pomodoro .Insalata di riso .Semolino di verdure .Semolino dolce	.Gnocchi di patate al ragù .Pasta /riso burro o pomodoro .Crema di funghi c/s pasta .Semolino di verdure .Semolino dolce	.Pasta al tonno .Pasta /riso burro o pomodoro .Insalata di pasta .Semolino di verdure .Semolino dolce	.Chifferi al pomodoro e piselli .Pasta /riso burro o pomodoro .Crema di carote c/s pasta .Semolino di verdure .Semolino dolce	.Cappellacci di zucca al ragù .Pasta /riso burro o pomodoro .Crema di piselli c/s pasta .Semolino di verdure .Semolino dolce
II° Piatto	.Vitello tonnato .Salame ungherese Ricotta	.Pollo arrosto .Mortadella Philadelphia	.Zucchine ripiene di carne Salame Gorgonzola	.Arrosto di fesa di tacchino .Galantina di pollo .Stracchino	.Coda di rospo gratinata Affettato di tacchino Robiola	.Uova sode .Mortadella Ricotta	.Prosciutto crudo .Porchetta Stracchino
Contorno	.Purè di patate .Pomodori gratinati .Insalata	.Purè di patate .Melanzane alla piastra .Insalata	.Purè di patate .Cipolla al forno .Insalata	.Purè di patate Peperonata .Insalata	.Purè di patate .Zucchine burro e formaggio Insalata	.Purè di patate .Insalata russa .Insalata	.Purè di patate .Melone .Insalata
Frutta/dessert	.Pesca	.Banana	.Albicocche	.Cocomero	.Ciliegie	.Prugne	.Tiramisù
	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25
energia	kcal 1009	kcal 916	kcal 700	kcal 796	758	800	720
proteine	gr. 48	gr. 23,6	gr. 77,4	gr. 53,9	43	18,1	53,5
lipidi	gr. 53,9	gr. 38,9	gr. 26,6	61,9	35,5	36,4	26,7
glicidi	gr. 79,7	gr. 73,2	gr. 73,7	18,9	70	96,7	66

Allegato 2 b: ESEMPIO DI MENU' ESTIVO RESIDENZA E CENTRO DIURNO

CENA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
I° Piatto	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro .Riso al burro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce .Semolino di verdura o brodo
II° Piatto	Sogliola alla mugnaia .Prosciutto di Praga Stracchino	.Rotolini prosciutto e ins. russa .Spalla arrosto Formaggio spalmabile	Polpettone di carne farcito Affettato di tacchino .Ricotta	Straccetti di tacchino ai funghi Mortadella Robiola	Pomodori ripieni di carne Porchetta .Stracchino	Halibut gratinato .Prosciutto di Praga Philadelphia	.Pollo alla birra .Galantina di pollo Ricotta
Contorno	.Purè di patate .Zucchine .Insalata	.Purè di patate .Carote lessate .Insalata	.Purè di patate .Piselli al burro .Insalata	.Purè di patate .Zucchine .Insalata	.Purè di patate .Carote all'olio .Insalata	.Purè di patate .Pomodori gratinati .Insalata	.Purè di patate .Patate .Insalata
Frutta/dessert	.Macedonia	.Melone	.Fragole	.Uva	.Cocomero	.Ciliegie	.Crostata
	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25						
energia kcal	426	400	505	610	398	462	833
proteine gr	24,1	12,4	29,4	28,3	35,6	32	60,5
lipidi gr	19,9	6,7	18	27,8	16,2	17,4	38,2
glucidi gr	40	43,5	47,4	36,5	43,9	38	61,2

Allegato 2 b: ESEMPIO DI MENU' INVERNALE RESIDENZA E CENTRO DIURNO

PRANZO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
I° Piatto	.Pasta salsiccia e funghi .Pasta al burro/pomodoro	.Penne alla amatriciana .Pasta al burro/pomodoro	Sedanini pasticciati .Pasta al burro/pomodoro	.Raviolini al ragù di carne .Pasta al burro/pomodoro	.Spaghetti al sugo di pesce .Pasta al burro/pomodoro	.Risotto con la zucca .Pasta al burro/pomodoro	.Lasagne pasticciate al forno .Pasta al burro/pomodoro
	.Passato con o senza pastina	Zuppa di cipolla c/s pasta	.Brodo di fagioli con pasta	.Crema di piselli c/s pastina	.Pasta e fagioli	.Passatelle in brodo	.Crema di carote c/s pastina
	.Semolino dolce	.Semolino dolce	.Semolino dolce	.Semolino dolce	.Semolino dolce	.Semolino dolce	.Semolino dolce
	.Semolino di brodo patate	.Semolino di zuppa cipolla	.Semolino di fagioli	.Semolino di crema piselli	.Semolino di fagioli	.Semolino di verdure	.Semolino di crema carote
II° Piatto	.Spezzatino di manzo al sugo Ragù di carne	Polpettine in umido .Galantina di pollo	Rotolo di coniglio Porchetta	Cotechino Affettato di tacchino	.Baccalà in umido Tonno in umido	Frittata con cipolla .Mortadella	Coscia pollo al forno Porchetta
	.Stracchino	Robiola	.Ricotta	.Tomino	.Stracchino	Philadelphia	.Ricotta
Contorno	.Purè di patate Polenta	.Purè di patate finocchi all'olio	.Purè di patate .Cavolfiore all'olio	.Purè di patate Patate arrosto	.Purè di patate Polenta	.Purè di patate Verza all'aglio	.Purè di patate .Crocchette di patate
	.Insalata	.Insalata	.Insalata	.Insalata	.Insalata	.Insalata	.Insalata
Frutta/dessert	.Banana	.Arancia	Mandaranci	.Cachi	.Banana	.Pera	.Ciambella
	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25
energia kcal	621	711	501	1206	735	402	1151
proteine gr	20,2	34,2	46,7	26	56,6	68,5	60
lipidi gr	23,6	26,1	14,5	62,4	15,4	33,6	24,2
glucidri gr	51,4	41	39,4	22,9	74	66,7	70,2

Allegato 2 b: ESEMPIO DI MENU' INVERNALE RESIDENZA E CENTRO DIURNO

CENA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
I° Piatto	.Brodo di carne con pastina .Riso al burro/pom .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro/pomodoro .Passato con o senza pastina .Semolino .Semolino dolce	.Brodo di carne con pastina .Riso al burro/pom .Passato con pastina .Semolino .Semolino dolce	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro/pomodoro .Passato con pastina .Semolino .Semolino dolce	.Brodo di carne con pastina .Riso al burro/pom .Passato con pastina .Semolino .Semolino dolce	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro/pomodoro .Passato con pastina .Semolino .Semolino dolce	.Brodo di carne con pastina .Pasta al burro/pomodoro .Passato con pastina .Semolino .Semolino dolce
II° Piatto	Polpettine di pesce .Prosciutto di Praga Ricotta	Bocconcini di tacchino .Mortadella Philadelphia	Stracchino Affettato di tacchino Pollo al limone	.Polpettone farcito .Galantina di pollo .Robiola	Arrotolato di pollo .Arista Formaggio spalmabile	Polpettine al sugo Affettato di tacchino Robiola	Arrosto di fesa di tacchino Prosciutto Praga Stracchino
Contorno	.Purè di patate Bis di verdure .Insalata	.Purè di patate .Finocchi all'olio .Insalata	.Purè di patate Polenta .Insalata	.Purè di patate .Carote lessate .Insalata	.Purè di patate .Patate lesse .Insalata	.Purè di patate Piselli in umido .Insalata	.Purè di patate .Finocchi gratinati .Insalata
Frutta/dessert	.Mela cotta	.Pera matura	.Albicocche sciroppate	.Budino al cioccolato	.Clementine	.Yogurt magro alla frutta	.Pesche sciroppate
	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25	.Pane gr. 60 .Vino lt 0,25
energia kcal	476	908	350	507	355	447	682
proteine gr	36	37	25	40	35	34	60,5
lipidi gr	99	31,7	14	15,8	11	15	15
glicidi gr	41,4	71,4	52	48,9	60	44	100,4