REGIONE CALABRIA
AZIENDA SANITARIA PROVINCIALE – CATANZARO
UNITÀ OPERATIVA IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

04 PU /CZ 2014

1^Settimana	2^ Settimana	3^Settimana	4^ Settimana
Lunedì*	Lunedì	Lunedì*	Lunedì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Succo di frutta	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta e lenticchie	❖Risotto alla zucca /zucchine	Lasagne al forno	Riso e piselli
Arista di maiale oppure verdure gratinate	Polpette al sugo	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate	bocconcini di tacchino panati
Insalata verde	Bieta saltata	Insalata di pomodori	Zucchine al tegame
Martedì	Martedì*	Martedì	Martedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Succo di frutta
Pasta e carciofi/riso e cappuccio/ insalata di riso✖	Pasta e fagioli /pasta e piselli✖	Passato di verdura con pasta/ pennette alle melanzane✖	Lasagne al forno / ravioli di ricotta e spinaci in salsa di pomodoro fresco✖
Pollo al tegame	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate	Frittata al forno con verdure e parmigiano medaglioni di tonno o merluzzo✖	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate
Insalata di patate	Insalata di lattuga e carote	Insalata verde	Carote stufate
Mercoledì*	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Pane	Pane	Pane	Pane
Succo di frutta	Frutta fresca	banana	Frutta fresca
Pasta al forno	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro risotto alla parmigiana o zafferano✖	Pasta e fagioli
❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate	Cotoletta di pollo al forno 	Polpette al forno	Scaloppina di vitello alla pizzaiola
Insalata verde	Fagiolini	Purè di patate/ insalata mista✖	Spinaci
Giovedì	Giovedì	Giovedì*	Giovedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Banana	Succo di frutta	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al tonno/ pasta col pesto✖	Pasta e patate/ pasta fredda*	Pasta e lenticchie	Pizza margherita
Bastoncini di merluzzo	merluzzo in umido	Coscia di pollo al forno	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate
Fagiolini	Zucchine trifolate	Insalata di pomodori	Insalata mista
Venerdì	Venerdì*	Venerdì	Venerdi
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta	Banana
Minestra di verdure con pasta / pasta con peperoni dolci frullati✖	Pizza margherita	Pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro
Scaloppina di tacchino	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate	❖Merluzzo/nasello/ Sogliola gratinato	Bastoncini di merluzzo
Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata di carote



* Opzione Piatto Unico, buone scelte nel salvadanaio della salute
❖ È possibile variare/alternare assecondando il gradimento
✖ Opzione Menù Primavera