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

04 PU /CZ PRIMAVERA 2015

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 al forno	❖Risotto alla zucca /zucchine	risotto alla parmigiana o zafferano	Riso e piselli
❖Mozzarella/ricotta/provola /bocconcini di parmigiano oppure verdure gratinate	Polpette al sugo	Polpette al forno oppure verdure gratinate	Bocconcini di tacchino panati
Insalata verde	Bieta saltata	Purè di patate	Zucchine al tegame
Martedì	Martedì*	Martedì	Martedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Succo di frutta
insalata di riso	pasta e piselli	pennette alle melanzane	ravioli di ricotta e spinaci in salsa di pomodoro fresco
Pollo al tegame	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate	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
Frutta fresca	Frutta fresca	Banana	Frutta fresca
Pasta e lenticchie	Pasta al pomodoro	Lasagna al forno	Pizza margherita
Arista di maiale oppure verdure gratinate	Cotoletta di pollo al forno 	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate	❖Mozzarella/ricotta /crescenza/provola di latte Bocconcini di parmigiano / oppure verdure gratinate
Insalata verde	Fagiolini all'olio	Insalata di pomodori	Insalata mista
Giovedì	Giovedì	Giovedì*	Giovedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Banana	Succo di frutta	Frutta fresca	Frutta fresca
pasta col pesto	pasta fredda	Pasta e lenticchie	Pasta e fagioli
Bastoncini di merluzzo	Merluzzo in umido	Coscia di pollo al forno	Scaloppina di vitello alla pizzaiola
Fagiolini all'olio	Zucchine trifolate	Insalata verde	Spinaci saltati
Venerdì	Venerdì*	Venerdì	Venerdi
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Yogurt alla frutta	Banana
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