





menù invernale

**TERZA SETTIMANA**

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'		
I	P		I	P		I	P		I	P	I	P		
<b>Riso e patate al forno</b>			<b>Fusilli al pomodoro</b>			<b>Pasta e lenticchie</b>			<b>Risotto alla crema di zucchini</b>			<b>Lasagne al forno</b>		
Riso parboiled	30	40	Pasta di semola	50	60	Pasta di semola	40	40	Riso parboiled	50	60	Lasagna all'uovo	50	60
Patate	40	50	Pomodori pelati	20	30	Lenticchie secche	30	40	Zucchini	70	80	Pomodori pelati	40	50
Pomodori pelati	20	30	Cipolla	3	5	Aglio	3	3	Aglio	1	1	Cipolla	3	5
Mozzarella	20	25	Grana	3	5	Sedano	3	5	Prezzemolo	1	1	Mozzarella	10	15
Cipolla	3	5	Basilico	q.b.	q.b.	Pomodori maturi	3	5	Grana	3	5	Prosciutto cotto	5	10
Grana	3	5	Olio evo	3	5	Olio evo	3	5	Olio evo	3	5	Grana	3	5
Olio evo	3	5	Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	5
Sale marino	q.b.	q.b.										Sale marino	q.b.	q.b.
<b>Ricotta</b>			<b>Salsiccia di maiale</b>			<b>Mozzarella</b>			<b>Cotoletta di pollo</b>			<b>Merluzzo impanato</b>		
Ricotta vaccina fresca	40	50	Salsiccia di maiale	50	60	Mozzarella	40	50	Petto di pollo	50	60	Merluzzo surgelato MSC	70	80
									Uovo pastorizzato	3	5	Uovo pastorizzato	5	10
									Pangrattato	3	5	Pangrattato	4	8
									Olio evo	3	5	Succo di limone	3	3
									Sale marino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	5
												Sale marino	q.b.	q.b.
<b>Insalata mista</b>			<b>Patate al forno</b>			<b>Insalata di pomodori</b>			<b>Piselli al vapore</b>			<b>Carote julienne</b>		
Lattuga a cappuccio	20	20	Patate	100	150	Pomodori	100	120	Piselli surgelati	50	60	Carote	80	100
Pomodori da insalata	60	100	Olio evo	4	5	Olio evo	3	4	Olio evo	3	4	Succo di limone	3	3
Olio evo	3	4	Rosmarino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	4
Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.							Sale marino	q.b.	q.b.
<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>



menù invernale

**QUARTA SETTIMANA**

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'		
I	P		I	P		I	P		I	P	I	P		
<b>Pasta e lenticchie</b>			<b>Cavatelli al pomodoro</b>			<b>Grattini in brodo vegetale</b>			<b>Riso e fagioli</b>			<b>Lasagne al forno</b>		
Pasta di semola	40	40	Pasta di semola	50	60	Pastina di semola	40	40	Riso	40	50	Lasagna all'uovo	50	60
Lenticchie secche	30	40	Pomodori pelati	20	30	<b>Brodo vegetale:</b>			Fagioli	40	50	Pomodori pelati	40	50
Aglio	3	3	Cipolla	3	5	Patate	40	50	Parmigiano	3	3	Cipolla	3	5
Sedano	3	5	Grana	3	5	Cipolla	5	10	Olio evo	5	5	Mozzarella	10	15
Pomodori maturi	3	5	Basilico	q.b.	q.b.	Carote	5	10	Cipolla	3	3	Prosciutto cotto	5	10
Olio evo	3	5	Olio evo	3	5	Sedano	3	5				Grana	5	10
Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.	Grana	3	5				Olio evo	3	5
						Olio evo	3	5				Sale marino	q.b.	q.b.
						Sale marino	q.b.	q.b.						
<b>Ricotta</b>			<b>Vele di mare gratinate</b>			<b>Schiacciatina di vitello</b>			<b>Mozzarella</b>			<b>Prosciutto cotto</b>		
Ricotta	40	50	Merluzzo surgelato MSC	70	80	Vitello macinato	40	50	Mozzarella	40	50	Prosciutto cotto	20	30
			Pangrattato	5	5	Olio evo	3	5						
			Olio evo	5	5	Sale marino	q.b.	q.b.						
<b>Insalata mista</b>			<b>Bietola al vapore</b>			<b>Patate al forno</b>			<b>Carote julienne</b>			<b>Finocchi gratinati</b>		
Lattuga a cappuccio	20	20	Bieta	100	120	Patate	100	150	Carote	80	100	Finocchi	100	150
Pomodori da insalata	60	100	Olio evo	3	4	Olio evo	4	5	Succo di limone	3	3	Pangrattato	3	5
Olio evo	3	4	Sale marino	q.b.	q.b.	Rosmarino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	4	Olio evo	3	4
Sale marino	q.b.	q.b.				Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.
<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>
<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>

Il Nutrizionista Dott. Ladisa S.r.l.

Dott. Giuseppe Costantino



menù invernale

**QUINTA SETTIMANA**

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'		
I	P		I	P		I	P		I	P	I	P		
<b>Risotto al pomodoro</b>			<b>Pasta e verdure di stagione</b>			<b>Pizza margherita</b>			<b>Orecchiette al sugo di polpettine</b>			<b>Pasta e fagioli</b>		
Riso parboiled	50	60	Pasta di semola	50	60	Base per pizza	70	80	Pasta di semola	50	60	Pasta di semola	40	40
Pomodori pelati	20	30	Carote	30	40	Pomodori pelati	20	30	Sugo di polpettine	20	30	Fagioli	30	40
Cipolla	3	5	Zucchine	30	40	Mozzarella	20	25	Cipolla	3	5	Olio evo	5	5
Grana	3	5	Pomodori pelati	20	30	Olio evo	3	5	Basilico	q.b.	q.b.	Cipolla	5	5
Basilico	q.b.	q.b.	Cipolla	3	5	Origano	q.b.	q.b.	Grana	3	5	Parmigiano	5	5
Olio evo	3	5	Grana	3	5	Sale marino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	5			
Sale marino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	5				Sale marino	q.b.	q.b.			
			Sale marino	q.b.	q.b.									
<b>Arista al limone</b>			<b>Ricotta</b>			<b>Prosciutto cotto</b>			<b>Polpettine di vitello al sugo</b>			<b>Merluzzo impanato</b>		
Lonza di maiale	50	60	Ricotta vaccina fresca	40	50	Prosciutto cotto	20	30	Carne di vitello tritata	40	50	Merluzzo surgelato MSC	70	80
Succo di limone	1	3							Pomodori pelati	20	30	Uovo pastorizzato	5	10
Olio evo	3	5							Latte p.s. UHT	10	10	Pangrattato	4	8
Sale marino	q.b.	q.b.							Uovo pastorizzato	5	10	Succo di limone	1	3
									Pangrattato	10	15	Olio evo	3	5
									Grana	5	10	Sale marino	q.b.	q.b.
									Olio evo	3	5			
									Sale marino	q.b.	q.b.			
<b>Insalata di pomodori</b>			<b>Carote julienne</b>			<b>Insalata mista</b>			<b>Broccoletti di rapa</b>			<b>Patate al forno</b>		
Pomodori	100	120	Carote	80	100	Lattuga a cappuccio	20	20	Broccoletti di Rapa	100	150	Patate	100	150
Olio evo	3	4	Succo di limone	1	3	Pomodori da insalata	60	100	Olio Extra Vergine d'Oliva	5	5	Olio evo	4	5
Sale marino	q.b.	q.b.	Olio evo	3	4	Olio evo	3	4				Rosmarino	q.b.	q.b.
			Sale marino	q.b.	q.b.	Sale marino	q.b.	q.b.				Sale marino	q.b.	q.b.
<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>Pane</b>	<b>50</b>	<b>60</b>
<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>Frutta fresca</b>	<b>150</b>	<b>150</b>

