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

04 PU /CZ 2021

1^Settimana	2^ Settimana	3^Settimana	4^ Settimana
Lunedì*	Lunedì	Lunedì	Lunedì
Pane	Pane	Pane	Pane
Banana	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al tonno/ pasta col pesto✖	❖Risotto alla zucca /zucchine	Risotto al parmigiano o zafferano/ Pasta al pomodoro fresco ✖	Riso e piselli
Bastoncini di merluzzo	Polpette al sugo	Polpette al forno	Bocconcini di tacchino panati
Fagiolini all'olio	Bieta saltata	Bieta saltata	Zucchine al tegame
Martedì	Martedì*	Martedì	Martedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Banana	Succo di frutta
Pasta al pomodoro/ 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✖
Arista di maiale	Prosciutto cotto oppure verdure gratinate	Cosce di pollo al forno	❖ crescenza/formaggio spalmabile oppure verdure gratinate
Purè di patate	Insalata di lattuga e carote	Fagiolini	Carote insalata
Mercoledì*	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta e lenticchie	Pasta al pesto di basilico	Lasagna al forno	Minestra di verdure con pasta/pasta e carciofi
Pollo al tegame oppure verdure gratinate	Cotoletta di pollo al forno 	Bocconcini di parmigiano/grana padano oppure verdure gratinate	Scaloppina di vitello alla pizzaiola
Carote stufate	Fagiolini all'olio	Insalata mista / Insalata di pomodori	Spinaci saltati
Giovedì	Giovedì	Giovedì*	Giovedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Banana	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al forno	Pasta al pomodoro/ pasta fredda*	Pasta e lenticchie	Pasta e fagioli
Mozzarella/ oppure verdure gratinate	Polpette di Merluzzo in umido o al forno	Frittata al forno	Prosciutto cotto Insalata mista
Insalata verde	Carote stufate	Spinaci	
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	provola di latte oppure verdure gratinate	❖Sogliola impanata/scaloppina	Bastoncini di merluzzo
Spinaci	Insalata mista	Purè di patate	Fagiolini



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