

MENU' INVERNALE 2014/2015 - 1° SETTIMANA

PRANZO

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA	
RISOTTO MILANESE		PASTA AL TONNO		BUCATINI AMATRICIANA		GNOCCHI AL RAGU'		SPAGHETTI VONGOLE		SPAGHETTI CAMPAGNOLA		TAGLIATELLE FUNGHI	
riso	100	pasta "linguine"	100	pasta bucatini	100	gnocchi	200	pasta spaghetti	100	pasta spaghetti	100	pasta all'uovo	100
dado	5,5	pomodori pelati	80	pancetta	10	pomodori pelati	100	vongole congelate	60	macinato di bovino	15	funghi	100
zafferano	0,0125	tonno all'olio	50	cipolla	10	pancetta	10	pomodori pelati	80	salsiccia fresca	17	aglio	5
formaggio condim.	5	olio d'oliva	10	pomodori pelati	80	cipolla	10	prezzemolo	5	cipolla	10	olio d'oliva	10
burro	10	capperi	3	grana gratt.	5	carota	25	aglio	3	carote	10	burro	5
sale	6	sale	6	olio d'oliva	10	sedano	10	olio d'oliva	10	sedano	10	latte intero	ML 100
cipolla	10			peperoncino piccante	2	olio d'oliva	10	sale	6	pomodori pelati	80	farina	20
				sale	6	sale	6	pepe	1	olio d'oliva	10	grana gratt.	5
										burro	5	sale	6
										grana grattugiato	5		
										sale	6		
PETTO TACCHINO		PALOMBO AL FORNO		HAMBURGER		FETTINA DI MAIALE		BISTECCA BOVINO		PETTO POLLO AL LIMONE		POLLO ARROSTO	
petto di tacchino	120	palombo congelato	200	macinato bov.	120	fettina di maiale	200	carne di bovino	200	petto di pollo	120	pollo 1/4	190
olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	cipolla	50	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	limone	100	olio d'oliva	5
sale	6	limone	100	passata di pomod.	50	aglio	5	sale	6	olio d'oliva	5	sale	6
pepe	1	farina	30	olio d'oliva	5	salvia, rosmarino	5	pepe	1	sale	6	pepe	1
limone	50	prezzemolo	5	burro	5	sale	6						
		sale	6	sale	6	pepe	1						
				pepe	1								
PATATE ARROSTO		FUNGHI TRIFOLATI		CAROTE AL LIMONE		BROCCOLI ALL'OLIO		SPINACI SALTATI		PATATE ARROSTO		PISELLINI AL PROSCIUTTO	
patate	150	funghi	150	carote	150	broccoli	150	spinaci	120	patate	150	piselli	80
olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	burro	5	olio d'oliva	5	spalla cotta	60
sale	6	aglio	2	limone	100	sale	6	grana gratt.	5	sale	6	burro	5
pepe	1	prezzemolo	5	sale	6			sale	6	pepe	1	sale	6
		sale	6										

CENA

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA	
PASTA AI FORMAGGI		SPAGHETTI ALLA CARBONARA		MINESTRA DI PASTA E PATATE		SPAGHETTI PROSCIUTTO E PECORINO		ZUPPA DI LEGUMI		RISO IN BIANCO		PASSATO DI VERDURE	
pasta di semola	100	pasta di semola	100	pasta di semola	50	pasta spaghetti	100	lenticchie secche	20	riso	100	patate	80
fontal	10	pancetta	20	patate	80	pomodori pelati	80	fagioli secchi	10	olio d'oliva	10	carote	15
emmental	10	uova	1,0	olio d'oliva	10	spalla cotta	60	ceci secchi	10	grana gratt.	5	pomodori pelati	15
grana gratt.	10	grana gratt	5	cipolle	7	aglio	5	riso	40	sale	6	cipolla	10
prezzemolo	5	olio d'oliva	10	sedano	10	basilico	5	dado (brodo)	5,5			bietola	20
latte intero	40	sale	6	sale	6	pecorino	5	olio d'oliva	10			fagioli	20
farina	20	pepe	1			olio d'oliva	10	sale	6			piselli	20
sale	6					sale	6	pepe	1			verza	60
pepe	1					pepe	1					sedano	10
												prezzemolo	5
												aglio	5
												olio d'oliva	10
												grana gratt.	5
												sale	6
SPIEDINI POLLO E TACCHINO		POLLO ALLA CACCIATORA		FRITTATA CIPOLLE		POLPETTE AL PREZZEMOLO		MERLUZZO AL LIMONE		ARROSTO DI BOVINO		FORMAGGIO DA TAVOLA	
carne di pollo	60	pollo 1/4	190	uova	2	carne macinata	200	merluzzo congelato	250	carne di bovino	170	formaggio stagionato	130
carne di tacchino	60	pomodori pelati	50	cipolla	60	prezzemolo	25	limone	100	carote	20		
olio d'oliva	5	cipolla	10	grana padano	5	pane grattugiato	10	burro	5	sedano	20		
sale	6	sedano	10	olio d'arachidi	10	cipolla	10	pangrattato	10	cipolla	20		
pepe	1	carota	10			passata di pomodor	10	cipolle	10	olio d'oliva	5		
		aglio	5			latte intero	ML. 5	prezzemolo	10	sale	6		
		olio d'oliva	5			olio d'oliva	10	aromi misti	10	pepe	1		
		sale	6			aglio	5	sale	6				
						farina	30	pepe	1				
						sale	6						
INSALATA MISTA		FINOCCHI IN INSALATA		CICORIA RIPASSATA		INSALATA VERDE		CAVOLFIORE LESSO		INSALATA MISTA		FINOCCHI IN INSALATA	
insalata	60	finocchi	150	cicoria	150	insalata verde	80	cavolfiore	150	insalata	60	finocchi	150
carote	40	olio d'oliva	5	olio d'arachidi	5	aceto	5	olio d'oliva	5	carote	40	olio d'oliva	5
finocchi	20	aceto	5	aglio	1,5	limone	100	sale	6	finocchi	30	aceto	10
pomodori	20	sale	6	peperoncino	2	olio d'oliva	5			pomodori	20	sale	6
olio d'oliva	5	pepe	1	sale	6	sale	6			olio d'oliva	5	pepe	1
sale	6									sale	6		
PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:	
PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	304
LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105
FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300
CAFFÈ'	3,6	CAFFÈ'	3,6	CAFFÈ'	3,6	CAFFÈ'	3,6	CAFFÈ'	3,6	CAFFÈ'	3,6	CAFFÈ'	3,8
ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10

MENU' INVERNALE 2014/2015 - 3° SETTIMANA

PRANZO

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA	
FARFALLE PROSCIUTTO		PASTA CON SARDE		SPAGHETTI ALLA CARBONARA		GNOCCHI ALL'ORTOLANA		PASTA AL POMODORO		RISOTTO MILANESE		LASAGNE	
pasta farfalle	100	maccheroni	100	pasta spaghetti	80	gnocchi di patate	200	pasta	100	riso	100	pasta lasagne all'uov	100
spalla cotta	20	sarde congelate	50	pancetta	10	funghi coltivati	50	pomodori pelati	80	brodo (dado)	11	cipolla	5
cipolla	10	pomodori pelati	80	uova	1	piselli	30	grana padano gratt.	5	zafferano	0,013	carote	20
latte intero	ml 20	cipolla	10	grana padano gratt.	5	cipolla	10	olio d'oliva	10	grana padano gratt.	5	sedano	15
burro	5	olio d'oliva	10	olio d'oliva	10	grana padano gratt.	5	sale	10	burro	10	pancetta	10
farina	5	sale	10	sale	10	panna da cucina	30	cipolla	10	sale	10	carne bovino macina	10
olio d'oliva	10	pepe	1			sale	10	basilico	15	cipolla	10	carne maiale macina	10
grana padano gratt.	5					pepe	1					pomodori pelati	80
sale	10											latte intero	ml 150
												farina	5
												burro	5
												olio d'oliva	10
												grana padano gratt.	5
												sale	10
												pepe	1
CONIGLIO AL POMODORO		SARDE IMPANATE		PETTO DI POLLO		PICCATINA AL LIMONE		TONNO		BOLLITO		POLLO CON PEPERONI	
carne di coniglio	250	sarde congelate	100	petto di pollo	130	carne vitellone	150	tonno	170	bollito bovino	120	pollo 1/4	250
pomodori pelati	100	uova	1	olio d'oliva	5	limone	200			cipolle	30	olio d'oliva	5
cipolla	10	pangrattato	10	sale	8	farina	10			carote	20	peperoni	125
olio d'oliva	5	olio di semi	10			burro	5			olio d'oliva	5	cipolla	5
carote	15	limone	200			olio d'oliva	5			sale	8	burro	5
sedano	15	sale	6			sale	8					sale	8
prezzemolo	15					pepe	1						
sale fine	8												
PEPERONATA		SPINACI AL BURRO		INSALATA VERDE		BROCCOLI ALL'OLIO		INSALATA MISTA		FINOCCHI IN INSALATA		PATATE ARROSTO	
peperoni	150	spinaci	185	insalata verde	80	broccoli	173	insalata	80	finocchi	150	patate	150
cipolla	30	burro	5	aceto	4	olio d'oliva	5	carote	40	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5
olio d'oliva	5	sale	6	limone	200	sale	8	finocchi	20	aceto	6	sale	8
sale fine	8			olio d'oliva	5			pomodori	30	sale	8	pepe	2
				sale	8			olio d'oliva	5	pepe	2		
								sale	8				

CENA

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA	
ZUPPA DI LEGUMI		PASSATO VERDURE		MINESTRA DI PATATE		RISOTTO CON CICORIA		MINESTRA DI PISELLI ALLA TOSCANA		PASTINA IN BRODO		MINESTRA DI RISO ALLA PARMIGIANA	
lenticchie	20	patate	100	pasta semola	40	riso	100	piselli	30	pasta semola	50	riso	40
fagioli	10	carote	15	patate	100	cicoria	100	cipolla	10	olio d'oliva	10	brodo	5,5
ceci	10	pomodori	30	olio d'oliva	10	pomodori pelati	100	carote	10	grana padano gratt.	5	cipolla	10
riso	40	cipolla	10	cipolla	10	pancetta	20	sedano	10	brodo (dado)	11	sale	6
brodo	2,5	bietola	20	sedano	15	cipolle	10	pomodori pelati	30	sale	8		
olio d'oliva	10	fagioli	20	sale	8	sedano	15	prezzemolo	5				
sale fine	6	piselli	20			prezzemolo	15	olio d'oliva	10				
pepe	1	verza	50			olio d'oliva	10	grana padano	10				
		sedano	30			sale	8	brodo	2,5				
		prezzemolo	30			pepe	1	sale	6				
		aglio	2										
		olio d'oliva	10										
		grana gratt.	5										
		sale	6										
SPALLA COTTA		UOVA SODE		WÜRSTEL E CRAUTI		LATTICINI		FORMAGGIO DA TAVOLA		FRITTATA AL FORMAGGIO:		INSACCATI	
spalla cotta	100	uova sodo	2	würstel di pollo	100	mozzarella fior di latte	120	formaggio stagionato	110	uova	2	salsiccia	150
		olio d'oliva	5	crauti	80					grana padano gratt.	15		
		sale	6	olio d'oliva	5					formaggio da tavola	15		
		pepe	1	sale	8					olio di arachide	10		
										pepe	1		
INSALATA MISTA		CAVOLFIORE LESSO		BIETA ALL' AGRO		CICORIA LESSA		CAROTE IN INSALATA		PATATE LESSE		INSALATA MISTA	
insalata	80	cavolfiore	195	bieta	150	cicoria	180	carote	150	patate	150	insalata	80
carote	40	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	carote	40
finocchi	20	sale	8	aceto	2	aceto	6	aceto	6	sale	8	finocchi	20
pomodori	20			sale	8	sale	8	sale	8	rosmarino	50	pomodori	20
olio d'oliva	5											olio d'oliva	5
sale fine	8											sale	8
PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:	
PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	304
LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105	LATTE	105
FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300
CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5
ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10

MENU' INVERNALE 2014/2015 - 4° SETTIMANA

PRANZO

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA	
RISI E BISI		RISOTTO PESCATORA		TRENETTE AL PESTO		GNOCCHI SARDI AL POMODORO		PASTA IN BIANCO		TAGLIATELLE AI FUNGHI		RISOTTO CON VERDURE	
riso	100	riso	100	pasta trenette	100	gnocchetti sardi	100	pasta	100	pasta all'uovo	100	riso	100
piselli surgelati	100	vongole sgusciate	50	pesto	20	ricotta fresca	20	olio d'oliva	10	funghi	100	cipolla	10
pancetta	10	cozze congelate	20	sale	8	pomodori pelati	80	grana gratt.	5	aglio	5	carota	20
cipolla	12	aglio	5			cipolla	10	sale	8	olio d'oliva	10	fagioli secchi	60
carote	10	prezzemolo	10			basilico	10			burro	5	sedano	10
prezzemolo	10	pomodori pelati	50			prezzemolo	10			latte intero	ML 100	burro	5
pomodori pelati	10	olio d'oliva	10			olio d'oliva	10			farina	10	olio d'oliva	10
burro	5	sale	8			pecorino	5			grana gratt.	5	grana padano gratt.	5
grana padano gratt.	5					sale	8			sale	8	sale	8
sale	8												
POLPETTONE CARTOCCIO		SGOMBRO FIORENTINA		HAMBURGER		FESA TACCHINO AROMI		BOCCONCINI MAIALE IN BIANCO		SCALOPPINE BOVINO		POLLO AL LIMONE	
carne macinata	120	sgombro	200	carne macinata	120	fesa tacchino	120	polpa di maiale	95	carne di bovino	120	pollo	250
spalla cotta	30	farina	10	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	latte intero	ml 50	farina	10	limone	100
mortadella	100	pomodori pelati	10	sale	10	rosmarino	10	cipolla	10	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5
olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	pepe	1	salvia	10	farina	10	limone	100	sale	10
grana padano gratt.	5	rosmarino	10			sale	10	olio d'oliva	5	sale	10	pepe	1
burro	5	aglio	5					burro	5				
uovo	1/2	sale	10					sale	10				
carote	20							pepe	1				
prezzemolo	10												
aglio	5												
sale	10												
INSALATA MISTA		BROCCOLETTI ALL'AGRO		CAROTE AL LIMONE		CICORIA RIPASSATA		PISELLI AL BURRO		SPINACI AL LIMONE		PATATE ARROSTO	
insalata	60	broccoletti	150	carote	150	cicoria	150	piselli	50	spinaci	250	patate	150
carote	40	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	olio d'arachidi	5	burro	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5
finocchi	20	aglio	5	limone	100	aglio	5	sale	10	limone	100	sale	10
pomodori	20	aceto	5	sale	10	peperoncino	10			sale	10	pepe	1
olio d'oliva	5	basilico	10			sale	10						
sale	10	sale	10										

CENA

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA	
SFORMATO DI PATATE E PROSCIUTTO		SPAGHETTI CAMPAGNOLA		MINESTRA		PASTINA IN BRODO		PASSATO DI VERDURE		MINESTRA DI PATATE E PEPERONI		MINISTRONE DI VERDURE	
patate	90	pasta spaghetti	100	pasta di semola	40	pasta di semola	40	patate	100	patate	100	pasta semola	40
spalla cotta	50	macinato di bovino	30	patate	80	olio d'oliva	10	carote	15	peperoni	80	cipolla	78
uova	0,50	salsiccia fresca	30	olio d'oliva	10	grana padano gratt.	5	pomodori	15	cipolle	50	bietola	80
latte intero	50	cipolla	10	cipolle	10	dado (brodo)	11	cipolla	10	olio d'oliva	10	basilico	75
fontal	20	carote	30	sedano	10	sale	10	bietola	20	brodo	2,5	prezzemolo	75
olio d'oliva	10	sedano	10	sale	10			fagioli	20	sale	6	verza	80
sale	6	pomodori pelati	80					piselli	20	pepe	1	carote	120
		olio d'oliva	10					verza	30			patate	80
		burro	5					sedano	10			pomodori pelati	50
		grana grattugiato	5					prezzemolo	10			olio d'oliva	10
		sale	10					aglio	5			sale	10
								olio d'oliva	10				
								grana gratt.	5				
								sale	10				
								pepe	1				
FORMAGGIO		AFFETTATI		UOVA SODE		LATTICINI		SEPIE CON PISELLI		AFFETTATI		FRITTATA ALLE ERBE	
formaggio stagionato	100	mortadella	100	uova	2	mozzarella fior latte	150	sepie congelate	200	spalla cotta	80	uova	2
				olio d'oliva	5			pomodori pelati	50			olio di semi	10
				sale	10			piselli	50			erba cipollina	10
				pepe	1			olio d'oliva	5			prezzemolo	10
								prezzemolo	10			sale	10
								aglio	5			pepe	1
								sale	10				
								pepe	1				
INDIVIA LESSA		INSALATA VERDE		PATATE LESSE		FINOCCHI IN INSALATA		INSALATA MISTA		PEPERONATA		INSALATA VERDE	
indivia	150	insalata verde	80	patate	150	finocchi	150	insalata	60	peperoni	150	insalata verde	80
olio d'oliva	5	aceto	5	olio d'oliva	5	olio d'oliva	5	carote	40	cipolla	30	aceto	10
sale	10	limone	100	sale	10	aceto	5	finocchi	20	olio d'oliva	5	limone	100
		olio d'oliva	5	rosmarino	10	sale	10	pomodori	20	sale	10	olio d'oliva	5
		sale	10			pepe	1	olio d'oliva	5			sale	10
								sale	10				
PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:		PRELEVATO FISSO:	
PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	301	PANE	304
LATTE	100	LATTE	100	LATTE	100	LATTE	100	LATTE	100	LATTE	100	LATTE	100
FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300	FRUTTA	300
CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5	CAFFÈ'	3,5
ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10	ZUCCHERO	10