

A.A.S. N° 5 - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

SIAN- Area Igiene della Nutrizione



MENU' AUTUNNO-INVERNO PER ANZIANI A DOMICILIO

PRANZO			
	Primo	Secondo	Contorno e frutta
I ° SETTIMANA			
Piatti			
LUNEDI'	Pasta all'amatriciana Pastina in brodo vegetale	Spezzatino di tacchino Polpettone di pollo	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta al pomodoro Semolino in brodo vegetale	Frittata Strudel di verdure	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta con le olive Crema di zucca con pastina	Svizzera Salsiccia	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Crema di legumi con crostini Passato di verdure con orzo	Formaggio Bresaola	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Risotto con piselli Crema di carote con riso	Pesce al forno Insalata di pesce	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione

PRANZO			
	Primo	Secondo	Contorno e frutta
II ° SETTIMANA			
piatti			
LUNEDI'	Pasta alla boscaiola Passato di verdure con pastina	Coniglio al forno Polpette al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta e fagioli Semolino in brodo vegetale	Frittata Sformato di verdure	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Risotto con verdure Passato di verdure con orzo	Petto di pollo ai ferri Fesa di tacchino al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Crema di piselli con crostini Minestrone di verdure con pasta	Formaggio Speck	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Pasta al pomodoro Pastina in brodo vegetale	Pesce al forno Bastoncini di pesce	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione



PRANZO			
III ° SETTIMANA	Primo	Secondo	Contorno e frutta
piatti			
LUNEDI'	Passato di legumi con orzo Minestrone di verdure con pasta	Frittata Zucchine ripiene di magro	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Risotto con radicchio Crema di zucca con riso	Involtoni di pollo Tacchino al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta con le zucchine Minestra di lenticchie con pasta	Formaggio Prosciutto cotto	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro Pastina in brodo vegetale	Lonza di maiale al forno Spiedini al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Risotto alla parmigiana Semolino al latte	Pesce al forno Polpette di pesce al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione

PRANZO			
IV ° SETTIMANA	Primo	Secondo	Contorno e frutta
piatti			
LUNEDI'	Pasta e fagioli Passato di verdure con pastina	Formaggio Prosciutto crudo	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Risotto ai funghi Pastina in brodo vegetale	Lonza di maiale al forno Fesa di tacchino ai ferri	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Pasta all'amatriciana Crema di piselli con crostini	Frittata Torta salata	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pomodoro Crema di carote con pastina	Scaloppina di pollo Polpettone	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Risotto con i gamberetti Semolino al latte	Pesce al forno Tonno al limone	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione

A.A.S. N° 5 - DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE

SIAN- Area Igiene della Nutrizione

MENU' PRIMAVERA-ESTATE PER ANZIANI A DOMICILIO



PRANZO			
I ° SETTIMANA	Primo	Secondo	Contorno e frutta
Piatti			
LUNEDI'	Insalata di riso Pastina in brodo vegetale	Frittata Torta salata	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta al pomodoro e basilico Passato di verdure con pastina	Involtoni di pollo Coniglio al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Passato di legumi con orzo Semolino in brodo vegetale	Formaggio Prosciutto crudo e melone	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pasta al pesto Minestrone con pasta	Bocconcini di vitello Fettina di manzo alla pizzaiola	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Risotto con i piselli Passato di verdure con orzo	Merluzzo alla vicentina Insalata di pesce	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione

PRANZO			
II ° SETTIMANA	Primo	Secondo	Contorno e frutta
piatti			
LUNEDI'	Pasta e fagioli Semolino in brodo vegetale	Frittata Melanzane alla parmigiana	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Risotto con verdure Passato di verdure con pastina	Scaloppina di pollo Fesa di tacchino ai ferri	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Gnocchi al pomodoro e basilico Minestrone di verdure con orzo	Formaggio Caprese	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Pasta con melanzane Pastina in brodo vegetale	Coniglio alla cacciatora Polpette al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Crema di piselli con crostini Passato di verdure con pastina	Pesce al forno Tonno al limone	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione



III ° SETTIMANA				PRANZO	
giorni	Primo	Secondo	Contorno e frutta		
LUNEDI'	Ravioli di ricotta e spinaci Semolino in brodo vegetale	Formaggio Prosciutto cotto	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
MARTEDI'	Pasta con zucchine Passato di verdure con orzo	Arrosti di tacchino Insalata di pollo	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
MERCOLEDI'	Pasta al pomodoro e basilico Pastina in brodo vegetale	Bocconcini di coniglio Polpette al sugo	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
GIOVEDI'	Crema di legumi con orzo Minestrone di verdure con pasta	Uova sode al funghetto Sformato di verdure	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
VENERDI'	Risotto primavera Passato di verdure con pastina	Pesce al forno Bastoncini di pesce	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		

IV ° SETTIMANA				PRANZO	
giorni	Primo	Secondo	Contorno e frutta		
LUNEDI'	Pasta al pomodoro e basilico Pastina in brodo vegetale	Scaloppina di pollo Polpettone di tacchino	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
MARTEDI'	Risotto con piselli Semolino al latte	Formaggio Speck	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
MERCOLEDI'	Pasta con melanzane Passato di verdure con pastina	Bocconcini di vitello Svizzera ai ferri	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
GIOVEDI'	Crema di legumi con orzo Minestrone di verdure con pasta	Uova strapazzate Torta salata	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		
VENERDI'	Pasta al pesto Passato di verdure con orzo	Filetto di pesce alla livornese Polpette di pesce al forno	Verdura cruda e cotta Frutta fresca di stagione		