



Trasmettiamo tabelle del menù INVERNALE in vigore da gennaio 2010 (1^a settimana). Ad aprile riprenderà il menù autunno/primavera già in Vs. possesso. **NB.** – per particolari diete o intolleranze è obbligatorio presentare certificato medico attestante l'effettiva condizione di necessità all'inizio di ogni anno

TABELLA DIETETICA – MENÙ INVERNALE

1^a settimana		INF grammi	PRI grammi	SEC grammi		2^a settimana		INF grammi	PRI grammi	SEC grammi
Lunedì	Pasta al pesto	50	60	70		Lunedì	Pasta all'olio e parmigiano	60	70	80
	Prosciutto cotto	40	50	60			Formaggio fresco	40	50	60
	Fagiolini	120	130	150			Insalata	80	100	110
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	Gelato	50	60	60			Gelato	50	60	60
Martedì	Pasta al pomodoro	50	60	70		Martedì	Spezzatino di vitello	80	100	120
	Scaloppine al limone	50	60	70			Polenta	70	80	100
	Verdura fresca	100	130	150			Piselli	50	70	80
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	Frutta fresca	50	60	60			Frutta fresca	50	60	60
Mercoledì	Pasta al ragù di carne	60	70	80	Mercoledì	Passato di verdura	60	70	80	
	Ementhal e italico	90	120	120		Battutina ai ferri	80	100	130	
	Verdura fresca	50	70	80		Patate	65	80	95	
	Pane	50	50	50		Pane	50	50	50	
	Frutta fresca	50	60	60		Yogurt o banana	50	60	60	
Giovedì	Minestra	50	60	70	Giovedì	Pasta al ragù	50	60	70	
	Maiale magro alle verdure	40	60	80		Cotoletta di tacchino	70	80	100	
	Patate lesse	50	70	80		Carote	30	40	50	
	Pane	50	50	50		Pane	50	50	50	
	Yogurt alla frutta	125	125	125		Frutta fresca	50	60	60	
Venerdì	Risotto allo zafferano	50	60	70	Venerdì	Minestra	50	60	70	
	Uovo e/o tonno	80	120	120		Pizza	90	110	130	
	Carote fiammifero	50	70	80		Insalata mista	50	70	80	
	Pane -	50	50	50		Pane -frutta	50	50	50	
	Macedonia	50	60	60		Frutta fresca	50	60	60	

3 ^ settimana		INF grammi	PRI grammi	SEC grammi		4 ^ settimana		INF grammi	PRI grammi	SEC grammi
Lunedì	Ravioli al burro versato	50	60	70		Lunedì	Pasta al pomodoro	50	60	70
	Prosciutto crudo	40	50	60			Prosciutto cotto	40	60	80
	Fagiolini	80	150	150			Fagiolini	50	70	80
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	Frutta	50	60	60			Gelato	50	60	60
Martedì	Passato di verdura	50	60	70		Martedì	Risotto ai formaggi	60	70	80
	Arrosto di vitello	60	90	90			Battutine ai ferri	70	80	100
	Purè	100	130	150			Insalata mista	130	150	170
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	macedonia	50	60	60			Frutta	50	60	60
Mercoledì	Pasta olio e parmigiano	60	70	80		Mercoledì	Brasato	60	70	80
	Scaloppine di tacchino al limone	50	70	90			Polenta	60	110	110
	Insalata	80	100	110			Piselli	65	80	95
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	Frutta	50	60	60			Frutta	50	60	60
Giovedì	Pasta al ragù	60	70	80		Giovedì	Passato di verdure	50	60	70
	Parmigiano reggiano	40	50	60			formaggio	70	80	100
	Insalata	50	70	80			Patate/purè	50	70	80
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	Gelato	125	125	125			Frutta	50	60	60
Venerdì	Risotto allo zafferano	50	70	80		Venerdì	Pasta al pomodoro	60	70	80
	Platessa impanata	60	80	80			Bastoncini	90	120	150
	Insalata	65	80	95			Carote fiammifero	50	70	80
	Pane	50	50	50			Pane	50	50	50
	Yogurt	50	60	60			Yogurt	125	125	125

Il Direttore
Prof. Lucio Valerio Vinetti