

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



04 PU /GRF 2023

GIRIFALCO

1^ Settimana	2^ Settimana	3^ Settimana	4^ Settimana
Lunedì*	Lunedì	Lunedì	Lunedì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta e lenticchie/ pasta fredda con i ceci ✕	Riso e piselli	Pasta e fagioli / pomodoro fresco ✕	Pasta e fagioli
Prosciutto cotto oppure piatto unico con il solo contorno	Bocconcini di pollo al tegame	Pollo al forno	Scaloppine di tacchino
Insalata verde	Carote stufate	Zucchine	Bieta saltata
Martedì	Martedì	Martedì	Martedì*
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Riso agli spinaci	Pasta al pomodoro	Pasta e piselli	Pizza margherita/ risotto allo zafferano e parmigiano ✕
❖ Vitello alla pizzaiola/ Frittata al forno	Polpette al sugo/ polpettine di melanzane alla pizzaiola ✕	Bastoncini di merluzzo	Prosciutto cotto oppure piatto unico con il solo contorno
Patatine al forno	Spinaci	Carote stufate	Insalata di stagione
Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì	Mercoledì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al forno / pasta e pesto ✕	Minestrone con pasta	Pasta con la bolognese	Pasta al pomodoro
❖ Mozzarella/crescenza/ Formaggio spalmabile	Vitello al forno	❖ provola di lattE/Bocconcini di parmigiano/ Mozzarella	❖ Bocconcini di parmigiano/ Mozzarella/crescenza
Insalata di stagione	Insalata verde	Insalata verde	Insalata di carote
Giovedì	Giovedì*	Giovedì*	Giovedì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta al pomodoro	Pasta con pesto di zucchine/zucca / basilico ✕	Lasagna al forno	❖ Risotto alla zucca /risotto allo zafferano e parmigiano
Cotoletta di pollo al forno	❖ merluzzo gratinato /Filetti di platessa a scaloppina	Fesa di tacchino al tegame oppure piatto unico con il solo contorno	Cosce di pollo al forno
Carote stufate / insalata di pomodori ✕	Fagiolini	Bieta saltata	Patate al forno
Venerdì	Venerdì	Venerdì	Venerdì
Pane	Pane	Pane	Pane
Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca	Frutta fresca
Pasta e zucchine/ ravioli ricotta e spinaci ✕	❖ Pasta con i ceci/ pasta al pomodoro	Pasta al pomodoro / insalata di pasta ✕	Pasta al pomodoro con tonno
Bastoncini di merluzzo	❖ Mozzarella/crescenza/ Bocconcini di parmigiano	Polpettine di merluzzo al forno	Merluzzo alla marinara
Fagiolini	Insalata mista	Spinaci	Carote stufate



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