



Università
di Catania



Allegato 2

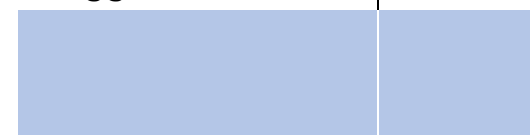
Tabelle menù estivo e invernale

Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale destinato alla Scuola Superiore di Catania

Redatto da:

Il R.U.P.

Maggio 2023



Tablelle menù estivo e invernale

Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' PRIMAVERA/ESTATE - I SETTIMANA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Pasta al pomodoro	Sedanini zucchine e gamberetti	Pasta con ragù	Risotto alla marinara	Pennette al ragù bianco	Penne alla carrettiera	Pasta alle vongole
B	Pasta zucchine e zafferano	Pasta alla carrettiera	Cous cous vegetariano	Pasta al pomodoro	Pasta al pesto di peperoni	Pasta al sugo di noci	Cannelloni ricotta e spinaci
C	Scaloppine di vitello al limone	Involtoni di manzo	Bistecca ai ferri	Cotoletta di pesce al forno	Manzo ai ferri	Pollo alla griglia	Salmone olio e limone
D	Frittata di carciofi	Parmigiana di melanzane	Hamburger vegetariano	Mozzarella panata	Frittata estiva	Polpette di zucchine	Crocchette di patate con spinaci
E	Insalata di legumi	Insalatona caprese	Sformato di verdure	Torta salata pomodorini e mozzarella	Insalata di legumi	Torta salata Prosciutto e formaggio	Insalatona con tonno e mozzarella
F	Fagiolini all'olio	Insalata di patate	Peperoni grigliati	Zucchine trifolate	Patate al forno	Caponata	Patate lesse con prezzemolo Insalata mista
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Macedonia di frutta	Mousse alla vaniglia	Semifreddo alle mandorle
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Pasta alla puttanesca	Insalata di pasta con melanzane e pesce spada	Pasta aglio olio e peperoncino	Pasta al ragù vegetale	Riso al pomodoro	Insalata di pasta con prosciutto e piselli	Pasta alle acciughe e mollica
B	Pasta al pomodoro	Insalata di ceci	Riso con piselli	Pasta ai 4 formaggi	Orzo con zucchine	Risotto alle verdure	Crema di verdure
C	Hamburger ai ferri	Seppie in umido	Frittata con prosciutto e formaggio	Platessa alla mugnaia	Cotolette alla milanese	Nasello al limone	Tagliere di salumi e formaggi misti
D	Torta salata con verdure	Mozzarella panata	Sformato di ricotta e spinaci	Burger vegetariano	Insalatona alla caprese	Scamorza al forno	Polpette vegetariano con pomodoro e mozzarella
E	Rotolo di mozzarella ripieno con verdure	Insalatona con tonno e olive	Insalata di farro	Sformato di spinaci con crema di formaggio	Pizza	Insalatona caprese	Piadina farcita
F	Ratatouille di verdure	Zucchine grigliate	Tris di verdure	Calvolfiore gratinati	Pomodori ripieni	Fagiolini all'olio	Patate a speck
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tabelle menù estivo e invernale

Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' PRIMAVERA/ESTATE - II SETTIMANA

	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Insalata di pasta con salmone	Gnocchi ai quattro formaggi	Pasta alla carbonara	Pasta alla marinara	Pasta prosciutto e piselli	Pasta al pomodoro	Penne al salmone
B	Insalata di pasta con verdure	Insalata di ceci	Pasta pomodoro e mozzarella	Risotto alla milanese	Ravioli burro e salvia	Ravioli di verdure	Trofie al pesto con patate e fagiolino
C	Bistecca ai ferri	Merluzzo panato	Pollo al forno	Platessa al limone	Spiedino di carne	Scaloppine alla pizzaiola	Orata al forno
D	Omelette	Polpette vegetariane	Polpette di farro con grana e verdure	Frittata di verdure	Sformato di verdure	Cotoletta di zucchine e scamorza	Polpette ricotta e spinaci
E	Insalatona con tonno e mozzarella	Bruschetta farcita con verdura e formaggio	Torta salata di melanzane	Insalata di legumi	Parmigiana di zucchine	Torta salata con pomodorini e mozzarella	Insalatona con pollo
F	Caponata di verdure	Tris di verdure grigliate	Patate al forno	Fagiolino	Peperoni gratinati	Insalata di patate e fagiolino	Ratatouille di verdure
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Macedonia di frutta	Budino alla vaniglia	Semifreddo alle mandorle
	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Pasta mari e monti	Pasta al ragù bianco	Insalata di riso	Pasta al pesto	Risotto alla milanese	Pasta al pesto rosso	Pasta alla bolognese
B	Riso alla cantonese	Pasta aglio olio e peperoncino	Insalata di legumi	Pasta alla crema di asparagi	Vellutata di pomodoro con mozzarella, olio e basilico	Insalata di riso	Pasta al pomodoro
C	Bistecca ai ferri	Cotoletta di petto di pollo	Tagliere di salumi e formaggi misti	Tacchino alle erbe aromatiche	Tagliata di manzo alla rucola	Platessa panata al forno	Pollo alla griglia
D	Polpette di verdure	Parmigiana di zucchine	Cotoletta vegetariana	Polpette di zucchine alla pizzaiola	Burger di patate	Frittata con patate	Polpette vegetariane
E	Insalata di legumi	Insalata di farro	Insalatona con tonno	Insalatona con patate e fagiolino	Pizza	Fesa di tacchino e mozzarella	Piadina farcita
F	Spinaci al burro	Patate al forno	Verdure grigliate	Tris di verdure	Tris di verdure	Patate gratinate	Patatine fritte
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tabelle menù estivo e invernale

Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' PRIMAVERA/ESTATE - III SETTIMANA

	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Ravioli di prosciutto con salsa di pomodoro	Pasta zucchine e gamberetti	Pasta alla con piselli e prosciutto	Insalata di pasta	Pasta ai frutti di mare	Insalata di pasta con salmone	Timballo di riso con melanzane
B	Pasta all'ortolana	Trofie al pesto con patate e fagiolini	Gnocchi al pomodoro e basilico	Fusilli al pesto di rucola	Riso al sugo vegetariano	Lasagne porcini e pecorino	Pasta al ragù vegetariano
C	Pollo alla diavola	Platessa gratinata	Tacchino ai ferri	Cotoletta di vitello	Calamari al forno	Merluzzo panato al forno	Tacchino al forno
D	Cotoletta di pleurotus	Tortino di patate e spinaci	Polpette di ceci	Frittata di cavolfiore	Cotoletta di zucchine e scamorza	Omelette	Parmigiana di melanzane
E	Insalatona con bresaola e mozzarella	Insalata di riso	Insalatona con bresaola e robiola	Insalata di ceci	Insalatona alla caprese	Torta salata di verdure	Insalata di orzo e legumi
F	Piselli in umido	Fagiolini al vapore	Spinaci all'olio	Melanzane alla griglia	Verdure grigliate	Caponata di verdure	Patate al forno
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Macedonia di frutta	Ananas caramellato	Dessert al cioccolato
	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Insalata di pasta	Insalata di riso	Riso al pomodoro	Pasta cacio e pepe	Pennette al sugo di pesce	Pennette alla norma	Tortellini in brodo
B	Pasta alla crema di asparagi	Spaghetti aglio olio e peperoncino	Insalata di ceci	Crema di carote e zucca con farro	Pasta al ragù vegetale	Risotto alla milanese	Gnocchi alla pizzaiola
C	Omelette	Fettina di tacchino ai ferri	Cotoletta di platessa al forno	Bistecca ai ferri	Filetto di pesce al forno	Cotoletta di pollo	Scaloppina alla pizzaiola
D	Polpette vegetariane	Frittata di melanzane e pomodorini	Parmigiana di melanzane	Torta salata con verdure	Burger vegetariano	Mozzarelle panate	Burger vegetariano
E	Insalatona con pomodoro e mozzarella	Sformato di legumi e patate	Tagliere di salumi e formaggi	Cous cous di carne e pesce	Pizza	Bruschetta farcita con verdura e formaggio	Piadina farcita
F	Carote prezzemolate	Ratatouille	Patate prezzemolate	Tris di verdure	Pomodori ripieni	Spinaci lessi	Patate al forno
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tabelle menù estivo e invernale

Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' PRIMAVERA/ESTATE - IV SETTIMANA

	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Sedanini zucchine e gamberetti	Paccheri alla crudaiola	Insalata di pasta con tonno e olive	Pasta con acciughe e mollica	Pasta salmone e zucchine	Lasagne al pesto	Timballo di riso al ragù
B	Pasta alla siciliana	Pennette alla norma	Pasta al pomodoro	Pasta con broccoli	Risotto ai funghi	Pollo agli aromi	Risotto ai funghi
C	Bistecca ai ferri	Pollo alla salvia	Salmone olio e limone	Arista al forno	Pesce al forno	Tagliata agli asparagi	Roastbeef all'inglese
D	Scamorza al forno	Melanzane ripiene	Omelette pomodoro e mozzarella	Polpette di lenticchie	Crocchette di patate, pomodoro e formaggio	Frittata di patate	Tortino di patate e spinaci
E	Insalata di orzo con piselli	Cous cous vegetariano	Minestra di farro con verdure	Torta salata	Parmigiana di patate	Insalata di legumi	Insalatona con tonno e mozzarella
F	Caponata di verdure	Patate e zucca gratinate al forno	Zucchine trifolate	Patate al forno	Fagiolini all'olio	Tris di verdure	Cavolfiori gratinati
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Macedonia di frutta	Frutta di stagione	Semifreddo alle mandorle
	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Pasta al pomodoro	Insalata di riso	Insalata di pasta con melanzane e pesce spada	Pasta zucchine e pancetta	Pasta con tonno e olive	Pasta alla carrettiera	Insalata di pasta con verdure
B	Spaghetti cacio e pepe	Zuppa di farro e lenticchie	Pasta al pomodoro	Riso con verdure grigliate	Pasta aglio olio e peperoncino	Insalata di riso	Insalata di legumi
C	Petto do pollo al limone	Cotoletta alla milanese	Rotolo di frittata al prosciutto	Platessa panata	Fesa di tacchino ai ferri	Nasello al forno	Omelette
D	Frittata al forno di spinaci	Burger vegetariano	Mozzarella in carrozza	Polpette di ricotta e spinaci	Frittata con formaggio	Polpette vegetariane	Timballo di melanzane
E	Melanzane ripiene	Torta salata asiago ed erbe	Insalatona di caprese	Insalatona con petto di pollo	Pizza	Piadina farcita	Tagliere di salumi e formaggi misti
F	Zucchine grigliate	Tris di verdure	Caponata	Patate al forno	Patate al forno	Melanzane a funghetti	Peperoni grigliati
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tablelle menù estivo e invernale
 Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
 destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' AUTUNNO/INVERNO – I SETTIMANA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Pasta alla siciliana	Pasta alla carbonara	Pasta con ragù	Risotto alla marinara	Gnocchi con zucca e pancetta	Sedanini zucchine e gamberetti	Pasta alle vongole
B	Pasta zucchine e zafferano	Pasta ai funghi	Cous cous vegetariano	Pasta al pesto	Pasta al pomodoro	Pasta al sugo di noci	Lasagne ricotta e spinaci
C	Scaloppine di vitello al limone	Pollo al forno	Arrostò di maiale	Cotoletta di pesce al forno	Manzo alla pizzaiola	Pollo alla salvia	Salmone olio e limone
D	Frittata di carciofi	Parmigiana di melanzane	Hamburger vegetariano	Mozzarella panata	Omelette con formaggio	Polpette di zucca	Crocchette di patate con funghi
E	Minestra di legumi	Quiche lorraine	Insalatona caprese	Torta salata ricotta e spinaci	Zuppa di legumi	Torta salata prosciutto e formaggio	Insalatona tonno e mozzarella
F	Fagiolini all'olio	Purè di patate	Patate al forno	Tris di verdure	Patate al forno	Carote prezzemolate	Purea di patate
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Budino al cioccolato
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Pasta alla puttanesca	Pasta all'arrabbiata	Pasta aglio olio e peperoncino	Pasta al ragù vegetale	Risotto al pomodoro	Pasta al forno	Pasta alle acciughe e mollica
B	Pasta al pomodoro	Vellutata di ceci	Riso con piselli	Zuppa di fagioli	Minestra di orzo	Crema di verdure con crostini	Pasta al pomodoro
C	Cotolette alla milanese	Calamari in umido	Bistecca ai ferri	Hamburger ai ferri	Sgombro al forno	Nasello al limone	Tagliere di salumi e formaggi misti
D	Torta salata con verdure	Mozzarella panata	Sformato di spinaci	Burger vegetariano	Insalatona alla caprese	Scamorza al forno	Polpette vegetariani
E	Insalatona con pollo	Insalatona con tonno e mozzarella	Zuppa di farro	Sformato di spinaci	Pizza	Minestra di lenticchie	Piadina farcita
F	Tris di verdure	Piselli e funghi	Spinaci lessi	Cavolfiori gratinati	Pomodori ripieni	Fagiolini all'olio	Patate al forno
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tabelle menù estivo e invernale

Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' AUTUNNO/INVERNO - II SETTIMANA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Tortellini al ragù	Gnocchi ai quattro formaggi	Pasta alla carbonara	Pasta al pomodoro	Pasta prosciutto e piselli	Pasta all'amatriciana	Risotto alla milanese
B	Crema di funghi	Pasta con ceci	Pasta pomodoro e mozzarella	Risotto alla milanese	Ravioli burro e salvia	Ravioli di verdure	Trofie al pesto
C	Cordon bleu al forno	Merluzzo olive e capperi	Pollo al forno	Pesce spada arrosto	Scaloppine alla pizzaiola	Cordon bleu al forno	pesce al forno con aromi
D	Omelette	Polpette vegetariane	Polpette di farro ricotta e verdure	Frittata di verdure	Sformato di verdure	Cotoletta di zucchine e scamorza	Polpette ricotta e spinaci
E	Insalatona con tonno, mozzarella e mais	Bruschetta farcita con verdura e formaggio	Torta salata di melanzane	Zuppa di legumi	Parmigiana di zucchine con prosciutto	Quiche lorraine	Insalatona con pollo
F	Spinaci saltati	Cavolfiore gratinato	Patate al forno	Fagiolino all'olio	Purea di patate	Patate prezzemolate	Tris di verdure
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Budino al cioccolato
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Pasta mari e monti	Pasta al ragù bianco	Risotto ai funghi	Pasta al pesto	Penne al salmone	Riso al forno	Pasta alla bolognese
B	Risotto alla zucca	Pasta aglio olio e peperoncino	Passato di verdure con crostini	Pasta alla crema di asparagi	Vellutata di pomodoro	Crema di piselli con crostini	Pasta al pomodoro
C	Bistecca ai ferri	Cotoletta di petto di pollo	Braciola di maiale	Salsiccia al forno	Wurstel di pollo	Platessa in umido	Pollo ai ferri
D	Polpette di verdure	Parmigiana di zucchine	Tagliere di salumi e formaggi misti	Polpette di zucchine alla pizzaiola	Burger di patate	Frittata con patate	Polpette vegetariane
E	Zuppa di legumi	Minestra di farro con verdure	Insalatona con tonno	Gateau di patate	Fesa di tacchino e mozzarella	Pizza	Piadina farcita
F	Patate al forno	Spinaci al burro	Tris di verdure	Piselli in umido	Patatine fritte	Tris di verdure	Fagiolino al pomodoro
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tablelle menù estivo e invernale
 Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
 destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' AUTUNNO/INVERNO - III SETTIMANA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Ravioli con salsa di pomodoro	Gnocchi alla zucca	Pasta alla puttanesca	Pasta ai frutti di mare	Pennette alla norma	Pasta alla boscaiola	Lasagne ai funghi
B	Pasta all'ortolana	Pasta al pesto	Gnocchi al pomodoro e basilico	Zuppa di lenticchie e orzo	Risotto alla zucca	Pasta al forno al ragù bianco	Pasta al ragù vegetariano
C	Pollo alla diavola	Merluzzo gratinato	Braciola ai ferri	Calamari al forno	Cotoletta di pollo	Merluzzo olive e capperi	Scaloppina di tacchino ai funghi
D	Cotoletta di funghi	Tortino di patate e spinaci	Polpette di ceci	Frittata di cavolfiore	Cotoletta di zucchine e scamorza	Omelette	Parmigiana di melanzane
E	Insalatona con bresaola e mozzarella	Zuppa di farro	Insalatona con pollo	Zuppa di ceci	Insalatona alla caprese	Torta salata di verdure	Vellutata di legumi con orzo
F	Piselli in umido	Fagiolini al vapore	Spinaci all'olio	Piselli e funghi	Patatine	Purè di patate	Piselli in umido
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Budino al cioccolato
	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Gnocchi alla crema di zucca	Pasta zucchine e gamberetti	Risotto ai funghi	Pasta cacio e pepe	Pennette al tonno	Timballo di riso	Tortellini in brodo
B	Pasta al pomodoro	Vellutata di piselli con crostini	Zuppa di lenticchie	Crema di carote con farro	Pasta al ragù vegetale	Vellutata di verdure con crostini	Gnocchi alla pizzaiola
C	Omelette	Fesa di tacchino ai ferri	Bastoncini di merluzzo	Bistecca ai ferri	Filetto di pesce al forno	Cotoletta di pollo	Scaloppina alla pizzaiola
D	Polpette vegetariane	Frittata di cipolla e patate	Parmigiana di melanzane	Torta salata con verdure	Burger vegetariano	Sformato di spinaci	Mozzarelle panate
E	Insalatona con pomodoro e mozzarella	Sformato di patate	Tagliere di salumi e formaggi	Cous cous di carne e pesce	Pizza	Bruschetta farcita con verdura e formaggio	Piadina farcita
F	Carote prezzemolate	Purea di patate	Patate prezzemolate	Tris di verdure	Pomodori ripieni	Spinaci lessi	Patate al forno
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tablelle menù estivo e invernale
 Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
 destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

MENU' AUTUNNO/INVERNO - IV SETTIMANA

	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
A	Pasta zucchine e gamberetti	Pasta alla crudaiola	Pasta all'arrabbiata	Pasta salmone e zucchine	Pasta al ragù	Pasta cacio e pepe	Timballo di riso al ragù
B	Pasta alla siciliana	Pasta al pomodoro	Pasta con acciughe e mollica	Pasta con broccoli	Risotto ai funghi	Lasagne al pesto	Pasta al sugo di noci
C	Arrosto di maiale	Pollo alla salvia	Bastoncini di merluzzo	Arista al forno	Pesce al forno	Pollo agli aromi	Arrosto di vitello
D	Scamorza al forno	Sformato di spinaci	Caprese con pomodoro e mozzarella	Polpette di lenticchie	Crocchette di patate al forno	Frittata di patate	Tortino di patate e spinaci
E	Minestra di orzo e piselli	Cous cous vegetariano	Minestra di farro con verdure	Parmigiana di patate	Torta salata	Zuppa di legumi	Insalatona con tonno e mozzarella
F	Spinaci filanti	Patate e zucca gratinate al forno	Zucchine trifolate	Purè di patate	Tris di verdure	Fagiolini all'olio	Cavolfiori gratinati
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Budino alla vaniglia	Budino al cioccolato
	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO	DOMENICA
	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena
A	Pasta al pomodoro	Tortellini in brodo	Risotto con verdure	Gnocchi al pomodoro	Pasta al tonno	Pasta al pomodoro	Pasta alla boscaiola
B	Pasta cacio e pepe	Zuppa di farro e lenticchie	Pasta zucchine e pancetta	Riso e ceci	Pasta aglio olio e peperoncino	Crema di legumi	Crema di carote con crostini
C	Petto di pollo al limone	Cotoletta alla milanese	Frittata al prosciutto	Pesce spada ai ferri	Fesa di tacchino al forno	Nasello pomodoro e olive	Cotoletta di maiale
D	Frittata al forno di spinaci	Burger vegetariano	Mozzarella in carrozza	Sformato di ricotta e spinaci	Mozzarella panata	Polpette vegetariane	Omelette
E	Zuppa di verdure	Minestra di verdure	Torta salata	Zuppa contadina	Tagliere di salumi e formaggi misti	Pizza	Piadina farcita
F	Carote prezzemolate	Piselli in umido	Purè di patate	Patate al forno	patatine	Tris di verdure	Patate e speck
G	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista	Insalata mista
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

Tabelle menù estivo e invernale
Servizio di preparazione e somministrazione pasti a ridotto impatto ambientale
destinato alla SCUOLA SUPERIORE DI CATANIA

PRANZO AL SACCO

ALIMENTO	A SCELTA TRA
Base pane	1 Burger con pomodoro e formaggio 2 Veggie burger con insalata e pomodoro 3A Panino con tonno, mozzarella e pomodoro 3B Panino con bresaola, rucola e grana 3C Panino con mozzarella, pomodoro e prosciutto cotto 3D Panino con mozzarella e pomodoro
Insalatona	4 Insalatona verde con fesa di pollo/ tacchino e mais 5 Insalatona verde con mozzarella, pomodoro e mais 6 Insalata di pasta 7 Insalata di riso con pomodoro e mais 8 Insalata di farro con tonno e pomodoro
Frutta	Frutta fresca di stagione Succo di frutta