

**TABELLE DIETETICHE QUALI - QUANTITATIVE
PASTI CENTRO ANZIANI AGE BASSI**

PASTI CENTRO ANZIANI

MENU' ESTIVO

PRIMA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Insalata di riso	Frittata con zucchine
Martedì	Pasta pasticciata	Vitello tonnato
Mercoledì	Risotto allo zafferano	Prosciutto e melone
Giovedì	Pasta al pesto	Scaloppine alla pizzaiola
Venerdì	Gnocchi al pomodoro	Sogliola al forno
SECONDA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Spaghetti alle vongole	Pollo arrosto
Martedì	Pasta al tonno	Cotoletta alla milanese
Mercoledì	Tortellini in brodo	Brasato
Giovedì	Lasagne al forno	Lonza al forno
Venerdì	Risotto alla paesana	Pesce
TERZA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Risotto con zucchine	Involtoni di prosciutto
Martedì	Pasta ai quattro formaggi	Arrosto di vitello
Mercoledì	Insalata di riso	Frittata di spinaci
Giovedì	Pasta al pomodoro	Pollo al forno
Venerdì	Risotto coi funghi	Lonza al latte
QUARTA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Spaghetti al ragu'	Prosciutto e melone
Martedì	Pasta prosciutto e piselli	Vitello tonnato
Mercoledì	Risotto con asparagi	Petti di pollo burro e salvia
Giovedì	Minestrone di pasta	Tacchini al forno
Venerdì	Pasta al pesto	Seppie in umido
Per il contorno prevedere sia verdure cotte che verdure crude di stagione		

PASTI CENTRO ANZIANI

MENU' INVERNALE

PRIMA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Penne all'arrabbiata	Involtini di prosciutto
Martedì	Minestrone con pasta	Salsiccia in umido
Mercoledì	Riso e prezzemolo	Scaloppine di maiale al limone
Giovedì	Tagliatelle alla bolognese	Frittata con verdure
Venerdì	Passata verdura e pasta	Polpettone
SECONDA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Spaghetti pomodoro e basilico	Lonza al latte
Martedì	Minestrone con riso	Bollito
Mercoledì	Polenta	Brasato di vitello
Giovedì	Gnocchi alla piemontese	Polpette
Venerdì	Riso e prezzemolo	Filetto platessa impanata
TERZA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Penne alla matriciana	Frittata di verdure
Martedì	Ravioli in brodo	Arrotolato di tacchino al forno
Mercoledì	Spaghetti al pomodoro	Pollo arrosto
Giovedì	Pasta pasticciata	Arrosto di vitello al forno
Venerdì	Passata verdura con pasta	Nasello alla livornese
QUARTA SETTIMANA	PRIMO	SECONDO
Lunedì	Rigatoni all'isolana	Cotoletta alla milanese
Martedì	Risotto alla contadina	Pollo al forno
Mercoledì	Passato verdura con pasta	Salamelle con fagioli
Giovedì	Lasagne al forno	Bollito misto
Venerdì	Linguine al pesto	Pesce (sogliola)
Per il contorno prevedere tutto cotto, possibilmente anche la frutta cotta		

TABELLE DIETETICHE PASTI CENTRO ANZIANI

Primi piatti (grammature medie)	
	PASTA O RISO
Gnocchi al pomodoro	gr 130
Gnocchi alla piemontese	gr 130
Lasagne al forno	gr 100
Pasta pasticciata	gr 120
Pasta al tonno	gr 110
Pasta ai 4 formaggi	gr 110
Penne all'arrabbiata	gr 110
Penne all'amatriciana	gr 110
Rigatoni all'isolana	gr 110
Tagliatelle alla bolognese	gr 110
Linguine al pesto	gr 110
Pasta al pesto	gr 110
Pasta al pomodoro	gr 110
Pasta prosciutto e piselli	gr 110
Spaghetti con le vongole	gr 110
Spaghetti pomodoro e basilico	gr 110
Spaghetti al ragu'	gr 110
Ravioli in brodo	gr 100
Tortellini in brodo	gr 100
Minestrone di pasta	gr 50
Minestrone con riso	gr 50
Passato di verdura e pasta	gr 50
Riso e prezzemolo	gr 50
Insalata di riso	gr 110
Risotto con lo zafferano	gr 110
Risotto alla contadina	gr 110
Risotto con asparagi	gr 110
Risotto con zucchine	gr 110
Risotto alla paesana	gr 110
Risotto con funghi	gr 110

Secondi piatti (grammature medie)	
VITELLO	
Vitello arrosto	gr 130
Vitello tonnato	gr 130
Reale al forno	gr 130
Punta al forno farcita	gr 130
Scaloppine - Valdostana	gr 90
MANZO	
Fettine ai ferri	gr 110
Bolliti	gr 140
Polpettoni farciti	gr 120
Spezzatini – Brasato	gr 140
Trippa alla parmigiana	gr 160
Involtini farciti	gr 120
MAIALE	
Cotolette alla milanese	gr 90
Fegato alla veneta	gr 160
Saltimbocca	gr 90
Scaloppine	gr 90
Lonza al forno/al latte	gr 120
Cotechino	gr 120
PESCE	
Medaglioni di pesce alla livornese	gr 150
Filetti di sogliola	gr 100
Merluzzo alla veneta	gr 150
Nasello bollito	gr 160
POLLAME	
Fesa di tacchino	gr 100
Pollo arrosto	gr 250
Pollo alla diavola	gr 250
ALTRI PIATTI	
Omelette/Frittata	n. 2 uova
Uova sode/Tegame	n. 2 uova
ALTERNATIVE	
Affettati	gr 90
Formaggi misti (escluso grana)	gr 100
Mozzarella	gr 100
Scatola di tonno	gr 90