



**AZIENDA SANITARIA LOCALE**  
**LANCIANO - VASTO - CHIETI**

**SIAN**

**DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE**  
**Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**  
**Via M. Polo 55/A - VASTO**



## Menù

**Centro Socio Educativo disabili adulti**

**Comune di SAN SALVO**

(luglio 2019)

**Dott.ssa Claudia Colleluori**

**Dirigente medico**

**Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione**

## Per quanto riguarda:

Informazioni per l'uso corretto delle tabelle- menù: variazioni alle tabelle

Informazioni per l'uso corretto delle tabelle menù: note

Suggerimenti per favorire un migliore approccio alle verdure

Suggerimenti nella preparazione delle verdure

Indicazioni per la preparazione e cottura degli alimenti

Grammature medie di riferimento

Calendario della frutta e degli ortaggi

Ricettario di alcune preparazioni proposte nel menù e suggerimenti nella preparazione delle verdure.

Procedure di gestione delle materie prime

Caratteristiche merceologiche dei principali alimenti di origine vegetale

Gestione e procedura per la richiesta di diete speciali

fare riferimento all'elaborato "Tabelle dietetiche e menu per le Scuole dell'Infanzia e Primarie del Comune di San Salvo.

## Per quanto riguarda:

Caratteristiche merceologiche dei principali alimenti di origine animale (a cura del Dott. Roberto Valente)

fare riferimento a quanto allegato all'elaborato "Tabelle dietetiche e menu per le Scuole dell'Infanzia e Primarie del Comune di San Salvo.

**Menu invernale (indicativamente da ottobre a marzo) Centro Socio Educativo disabili adulti- Comune di San Salvo ( luglio 2019)**

<b>GG</b>	<b>PRIMA SETTIMANA</b>	<b>SECONDA SETTIMANA</b>	<b>TERZA SETTIMANA</b>	<b>QUARTA SETTIMANA</b>
<b>Lun.</b>	Risotto al pomodoro Polpette di ricotta e spinaci (v.ricetta) Carote a fili	Pasta in bianco olio e parmigiano o al pomodoro Frittata con patate od omelette al prosciutto cotto e formaggio Verdura cruda e/o cotta di stagione	Passato/minestrone di verdure Scaloppina di pollo Verdura cotta e patate	Riso e patate Polpette cacio e uova o uovo al pomodoro Verdura cotta di stagione Pane - Frutta di stagione
<b>Mar.</b>	Pasta in bianco olio e parmigiano Carne bovina (girello alla genovese) Piselli	Tagliatelle alla boscaiola con funghi, speck e piselli Spezzatino di tacchino con patate	Pasta al ragù con macinato di carne bovina e trito fine di sedano, carota e cipolla Prosciutto crudo Verdura cruda e cotta	Pasta alla amatriciana(bucatini o rigatoni) Spezzatino di vitello con piselli e carote e in alternanza Polenta con sugo di salsiccia e costatine di maiale o polenta pasticciata (v.ricetta) Verdura cotta e/o cruda di stagione
<b>Mer.</b>	Lasagna con ragù alla bolognese , mozzarella e parmigiano Prosciutto cotto Verdura cruda e/o cotta di stagione	Pasta e legumi (ceci) o zuppa di legumi misti Mozzarella Verdura cruda e/o cotta di stagione cotta	Pasta e legumi (fagioli) Formaggio arrosto Verdura cotta	Pasta o orzo o farro in alternanza e legumi (lenticchie) Gratin di formaggio e patate (v.ricetta) Verdura cotta e/o cruda di stagione
<b>Gio.</b>	Passato/minestrone di verdure Fuselli e/o cosce di pollo Patate al forno	Gnocchi al pomodoro Arista di maiale Verdura cruda e/o cotta di stagione	Risotto con verdure di stagione (zucca, verza ecc..) Rollè di tacchino Purea di patate (con patate fresche:NO a purè pronti –confezionati)	Pasta con verdure di stagione (broccoli) Cotoletta di pollo o tacchino Insalata mista (minimo tre varietà)
<b>Ven.</b>	Pasta al pomodoro Pesce (filetti di merluzzo gratinati) Verdura cruda e/o cotta di stagione	Risotto con seppioline e calamari Pesce (filetti di orata) Verdura cruda e/o cotta di stagione	Pasta con tonno e pomodoro Crocchette di pesce: filetti di platessa, uova, patate, prezzemolo e pangrattato per l'impanatura. Insalata mista (minimo tre varietà)	Pasta (linguine ) con cozze e vongole Pesce (filetti di salmone ) Patate al forno.

**Tutti i giorni: pane fresco e frutta fresca di stagione**

**N.B.** Nella preparazione dei pasti attenersi a quanto riportato alla voce **“Informazioni per l’uso corretto delle tabelle-menù: note”** (v.menu scuole infanzia e primarie)

**Ad inizio di ogni settimana o se si preferisce giornalmente , sarà cura della ditta di ristorazione provvedere alla stampa e alla divulgazione nei vari punti di somministrazione del menù settimanale/giornaliero riportante nel dettaglio le modalità di preparazione delle singole pietanze,il formato di pasta, la tipologia di frutta e verdura servita.**

**Menu estivo (indicativamente da aprile a settembre) Centro Socio Educativo disabili adulti - Comune di San Salvo ( luglio 2019)**

GG	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA	QUARTA SETTIMANA
Lun.	Minestrone di verdure* Bocconcini di tacchino o fettine di tacchino alla salvia Patate al forno	Pasta al pomodoro e ricotta Polpettone* di patate e fagiolini (v. ricetta) Insalata mista	Minestrone di verdure * Tortino di patate con prosciutto cotto/crudo, formaggio e mozzarella a dadini, uova e pangrattato* (v.ricetta) Insalata mista	Pasta o risotto al peperone giallo (v. ricette) Polpettone di carne mista* Insalata di pomodori e cetrioli
Mar.	Pasta o riso e piselli freschi o timballo* di riso e piselli (v.ricetta) Prosciutto cotto/crudo/bresaola Insalata di pomodori e lattuga	Pasta con verdura di stagione (zucchine, asparagi, carciofi... in alternanza) Fettina di vitello alla pizzaiola con pomodoro fresco ed origano Fagiolini ad insalata	Pasta al pomodoro fresco e basilico Polpette di legumi o Insalata di tonno e fagioli cannellini Zucchine trifolate o tortino di zucchine e pomodori (v.ricetta)	Pasta al pomodoro fresco Melanzane alla parmigiana* (v.ricetta) Insalata mista
Mer.	Pasta al pomodoro fresco e basilico Frittata con verdure di stagione cotta al forno Insalata mista(almeno tre varietà)	Pasta o farro od orzo in alternanza e legumi Caprese (mozzarella e pomodori)	Insalata di riso con gardeniera, fontina, provola, mortadella,wustel, piselli pomodorini,olive verdi e nere, mais. Frittata con patate cotta al forno Fagiolini in insalata	Pasta o risotto alla parmigiana Petto di pollo in umido o rollè di tacchino Ciabotto di verdure*( v. ricetta)
Gio.	Insalata di pasta (v. ricette) o pasta bianca olio e parmigiano Lonza/arista di maiale al sedano verde* Punte di asparagi e carote al vapore	Pasta alla Norma ( pomod. fresco e melanzane) Pollo al forno con patate Carpaccio di zucchine (v.ricetta)	Pasta alla crudaiola (v.ricetta) Scaloppina di pollo o tacchino al limone Insalata e /o verdure grigliate miste	Pasta e legumi o pasta fredda con fagioli o ceci (v.ricette) Crescenza e/o bresaola Insalata mista (minimo tre varietà)
Ven.	Pasta con pesce ( filetti di salmone ) Pesce (filetti di halibut) Insalata mista	Risotto con seppioline e/o calamari o in bianco olio e parmigiano Pesce (filetti di spigola ) Insalata mista	Pasta(spaghetti) alle vongole Frittura e/o spiedini di calamari o filetti di sogliola Insalata di lattuga, pomodori,cetrioli e ravanelli	Pasta bianca con tonno e zucchine o pasta al pomodoro e tonno Pesce :filetti di merluzzo olio e limone Fagiolini e patate

**Tutti i giorni: pane fresco e frutta fresca di stagione**

**N.B.** Nella preparazione dei pasti, attenersi a quanto riportato alla voce **"Informazioni per l'uso corretto delle tabelle-menù: note"**(v.menu scuole infanzia e primarie)

**Ad inizio di ogni settimana o se si preferisce giornalmente sarà cura della ditta di ristorazione provvedere alla stampa e alla divulgazione nei vari punti di somministrazione del menù settimanale/giornaliero riportante nel dettaglio ingredienti e modalità di preparazione delle singole pietanze, il formato di pasta, la tipologia di frutta e verdura servita.**

**\* preparazioni che possono essere servite tiepide o fredde.**

