



COMUNE DI GUSPINI

AREA SVILUPPO E CULTURA

PUBBLICA ISTRUZIONE, BENI E ATTIVITÀ CULTURALI,
SPORT, TURISMO, SVILUPPO LOCALE

PROCEDURA NEGOZIATA, PER L'AFFIDAMENTO DEL SERVIZIO DI REFEZIONE SCOLASTICA AA.SS. 2012/2015

Eventualmente prorogabile di anno in anno per un massimo di due anni
scolastici

CIG: 45056178C3

ALLEGATO 3

TABELLA DIETETICA

Azienda U.S.L.N.6 Sanluri - Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Tabella dietetica Prima Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
pennette al pomodoro e basilico	passato di verdure con crostini	riso allo zafferano (produzione locale)	farfalle al pomodoro	lasagne al forno
cotoletta alla milanese al forno	bastoncini di pesce al forno	formaggio sardo fresco o a brevissima stagionatura	polpette di vitellone e maiale al sugo	Platessa o sogliola dorata al forno
patate al forno	julienne di carote	insalata di verdure (produzione locale)	verdura cotta (biette, spinaci)	Insalata di carote e finocchi
pane	pane	pane tipico sardo	Pane	Pane
frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione (produzione locale)	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

Tabella dietetica Seconda Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
minestra di lenticchie con fregola sarda	risotto al burro e parmigiano	minestrone di verdure con pasta	penne al pomodoro	pizza margherita
patate con carciofi in verde	scaloppine alla pizzaiola	bastoncini di pesce al forno	spezzatino di maiale e patate " in bianco"	prosciutto cotto
pane tipico sardo	insalata di verdure	julienne di carote	Pane	insalata di verdure
frutta fresca di stagione (produzione locale)	Pane	Pane	Frutta fresca di stagione	macedonia di frutta
	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione		pane

Tabella dietetica Terza Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
fusilli agli asparagi/ zucchine	minestra di riso	pasta al forno	pennette al tonno, pomodoro e basilico	passato di verdure (con pasta o crostini)
cosce di pollo al sugo	frittata di verdure al forno	uovo (sodo, in camicia...)	insalata caprese	platessa o sogliola dorata al forno
patate al sugo con cipolla	frutta fresca di stagione	verdure cotte (spinaci/ bietole,) in insalata	frutta fresca di stagione	julienne di carote
frutta fresca di stagione(produzione locale)	pane	frutta fresca di stagione	pane	macedonia di frutta
pane tipico sardo		pane		pane

Tabella dietetica Quarta Settimana

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
malloreddus alla campidanese	risotto alle verdure (di stagione)	pizza margherita	passato di verdure con pasta o crostini	pasta al burro e parmigiano
formaggio sardo fresco o a brevissima stagionatura	spezzatino di vitellone con patate	prosciutto cotto	Polpette di vitellone e maiale al sugo	bastoncini di pesce al forno
insalata di verdure miste (produzione locale)	frutta fresca di stagione	insalata di verdure miste	insalata di carote e finocchi	purè di patate
frutta fresca di stagione (produzione locale)	pane	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione	frutta fresca di stagione
pane tipico sardo		pane	pane	pane