

MENU MENSA DIPENDENTI 2015

TABELLE INDICATIVE GRAMMATURE

PRIMI PIATTI

- PRIMI PIATTI (la quantità può essere incrementata del 50% circa a discrezione del commensale senza variazione di prezzo):

100 gr. Pasta o Riso
250 gr. Gnocchi
120 gr. Ravioli /Tortellini

SECONDI PIATTI

- CARNE
180 gr. arrosto, bistecca ai ferri, braciola di maiale, cotoletta di maiale, hamburger, manzo brasato, spezzatino di vitello, punta di vitello, roast – beef, scaloppe di maiale, vitello tonnato
- POLLAME/UOVA
180 gr. cotoletta di pollo, fesa di tacchino
250 gr. coscia o fuso di pollo
180 gr. frittata/omelette (2 uova fresche)
- PESCE
200 gr. filetto/trancio di pesce
- AFFETTATI
80 gr Prosciutto cotto/Crudo/Salame/Mortadella
- FORMAGGI FRESCHI O STAGIONATI: 80 gr

CONTORNI

300 gr. verdure cotte
100 gr. Insalata verde o mista
250 gr. finocchi, patate, carote lesse, piselli, fagiolini, pomodori

FRUTTA

180 gr. frutta di stagione
150 gr. macedonia
125 ml. succo di frutta

DESSERT

125 gr. yogurt alla frutta
120 gr. budini - creme caramel

I contorni (verdure, ortaggi ed insalata, sia crudi che cotti) devono essere serviti senza sale e olio, il condimento verrà aggiunto a proprio piacimento dall'utente servendosi dell'apposita "Isola dei condimenti" posta all'interno del locale mensa o tramite confezione monouso.

MENU FISSO GIORNALIERO MENSA

Ogni giorno dovrà esserci una possibilità di scelta minima come da tabelle seguenti:

A) Primi piatti

- 1 Due tipi di pasta/riso, come previsto dal menù del giorno
- 2 Pasta al pomodoro
- 3 Pasta in bianco
- 4 Riso al pomodoro
- 5 Riso in bianco

B) Secondi piatti

- 1 Due secondi, come previsto dal menù del giorno
- 2 Carne bianca e rossa ai ferri (a discrezione del commensale)
- 3 Affettati vari: a scelta del commensale tra almeno due di questi: Prosciutto cotto/Prosciutto Crudo/Salame/Mortadella/Bresaola
- 4 Formaggi freschi e stagionati (a discrezione del commensale)

C) Contorni

- 1 Due contorni, come previsto dal menù del giorno
- 2 Insalata verde
- 3 Insalata mista
- 4 Verdura cotta
- 5 Patate al forno/purè/lesse/arrostato/fritte

D) Frutta e dessert

- 1 Frutta di stagione
- 2 Succo di frutta
- 3 Dessert vari gusti
- 4 Yogurt alla frutta

E) Forneria

- 1 Pane comune pezzatura da 50 gr. (n°2 pezzi)
- 2 Grissini in confezione monodose

I) Bevande

- 1 Acqua minerale naturale o gasata in bottiglia da 0,50 L
- 2 Vino bianco e rosso in vetro o brik da 0,25 L
- 3 Birra in vetro o lattina da 33 cc
- 4 Coca cola in lattina da 33 cc
- 5 Aranciata in lattina da 33 cc
- 6 Chinotto in lattina da 33 cc
- 7 Sprite in lattina da 33 cc

Su richiesta del commensale i primi piatti saranno insaporiti con formaggio parmigiano reggiano o pecorino siciliano grattugiato in confezione monodose, a seconda delle preparazioni, con le caratteristiche descritte nelle Caratteristiche Merceologiche di riferimento.

Su richiesta degli interessati affetti da celiachia devono essere somministrati pasti privi di glutine (art. 4 legge n. 123 del 2005).

Sarà cura del personale della società aggiudicataria rifornire la sala mensa di:

- a) olio extravergine di oliva e aceto nelle bottiglie originali da max un litro;
- b) sale iodato in confezione monodose, pepe nero e peperoncino rosso;
- c) altri aromi, condimenti e salse (maionese e ketchup in confezione monodose);
- d) limoni tagliati a metà;
- e) stuzzicadenti confezionati singolarmente, tovaglioli di carta e tovaglette di carta coprivassoio monouso;
- f) quanto altro necessario per la completa esecuzione del servizio, anche se non esplicitamente indicato nel presente documento.

Provvedere a:

- 1) ritiro dei vassoi che i commensali avranno cura di riporre su appositi carrelli da spingere a mano;
- 2) tempestiva rigovernatura e messa in ordine di stoviglie, posateria, vetreria, tovaglioli di carta e quant'altro serva per l'erogazione dei pasti;

I pasti devono essere preparati utilizzando derrate fresche (salvo quanto indicato in allegato nelle Caratteristiche Merceologiche) e dovranno essere distribuiti nella stessa giornata in cui vengono cucinati.

La cottura e la preparazione dei cibi devono avere le caratteristiche della cucina tradizionale.

Il cibo somministrato deve essere gradevole al gusto, esente da sapori o odori indesiderati non caratteristici della composizione dello stesso. Le preparazioni dovranno incontrare il gradimento della gran parte degli utenti, saranno di semplice elaborazione e seguiranno i principi della dieta mediterranea. La Fondazione attiverà una procedura per la valutazione del servizio da parte dell'utente. La sostituzione eccezionale con elementi non compresi nella tabella grammature può essere effettuata, previa autorizzazione della Direzione Sanitaria, nell'ambito dello stesso gruppo alimentare (primi piatti, secondi piatti), fatto salvo il principio che il valore nutrizionale dell'alimento sostitutivo deve essere equivalente a quello dell'alimento sostituito.

Non è ammesso l'uso di prodotti contenenti organismi geneticamente modificati (OGM).

- E' fatto divieto di utilizzo di dadi e altri preparati per brodo, anche vegetali, additivi e conservanti nella preparazione dei piatti.

- Non è consentito in alcun modo il riutilizzo di residui di pasti preparati nei giorni precedenti.

- Potranno essere serviti prodotti surgelati limitatamente a quelli autorizzati nelle Caratteristiche Merceologiche allegate al presente Menu Mensa.

La distribuzione dei pasti deve avvenire tramite una linea di self-service già attrezzata con appositi contenitori per il servizio, con l'assistenza di almeno n. 2 addetti che provvedono alla composizione dei piatti per i commensali.

Le posate in acciaio inox devono essere collocate per il prelievo da parte dei commensali, nell'apposito contenitore presente nel banco self-service e devono essere rigorosamente confezionate in buste di cellophane/carta chiuse, contenenti forchetta, coltello e cucchiaio.

- E' vietato friggere più di una volta nello stesso olio sia le patate che altre preparazioni. E' comunque vietato friggere nello stesso olio preparazioni diverse.

~ **MENÙ INVERNALE** ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 1° SETTIMANA

Lunedì	Pasta all'arrabbiata Risotto agli asparagi	Arrostato di vitello Polpette di verdure	Carote julienne Fagiolini
Martedì	Gnocchi pomodoro e basilico Risotto al curry	Pollo al forno Trancio di pesce fresco ai ferri	Biete Crocchette di patate
Mercoledì	Minestrone con pasta Risotto alla zucca	Arrostato di tacchino al vino Cotoletta alla milanese	Finocchi Broccoli
Giovedì	Pasta all'amatriciana Risotto ai frutti di mare	Brasato di manzo Involtini di pesce fresco	Melanzane Asparagi
Venerdì	Pasta al tonno Tortellini al pomodoro	Pesce fresco del giorno alla livornese Lonza al latte	Spinaci Zucchine
Sabato	Pasta al ragù di carne Vellutata di verdure con riso	Cotoletta alla milanese Pollo alla diavola	Piselli Pomodori
Domenica	Ravioli al burro e salvia Zuppa di ceci	Pollo al forno Omelette	Patate Fagiolini

~ **MENÙ INVERNALE** ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 2° SETTIMANA

Lunedì	Pasta alla boscaiola Vellutata di verdure	Filetto al pepe verde Cotoletta alla palermitana	Biete Patate fritte
Martedì	Pasta al pesto Risotto ai formaggi	Scaloppine di lonza Involtini di pesce fresco	Cavolfiori Carote
Mercoledì	Risotto alla milanese Zuppa di lenticchie con pasta	Spezzatino di vitello e patate Sformato di formaggio	Puré di patate Zucchine
Giovedì	Pasta al pomodoro e olive Tortellini prosciutto e funghi	Cotoletta di tacchino Vitello alla pizzaiola	Piselli Finocchi
Venerdì	Pasta alle cime di rapa Minestrone con riso	Scaloppine ai funghi Sformato di spinaci	Melanzane Crocchette di patate
Sabato	Gnocchi al ragù di carne Risotto ai funghi	Scaloppine di vitello al v.b. Involtini di tacchino	Asparagi Pomodori
Domenica	Risotto con carciofi Pasta e fagioli	Arrostato di tacchino Trancio di pesce fresco alla livornese	Fagiolini Cavolfiori

~ MENÙ INVERNALE ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 3° SETTIMANA

Lunedì	Pasta e broccoli Vellutata di legumi con pasta	Punta di vitello farcita Pesce fresco ai ferri	Finocchi Pisellini e carote
Martedì	Tortellini in brodo Risotto ai gamberetti	Arrostato di lonza Pollo alla cacciatora	Patate arrosto Carote
Mercoledì	Pasta alla carbonara Risotto funghi e salsiccia	Scaloppine di tacchino Involtini con prosciutto e form.	Verdure miste Crocchette di patate
Giovedì	Pasta al forno Vellutata di funghi e patate	Brasato con funghi Involtini di melanzane	Biete Spinaci
Venerdì	Pasta e ceci Risotto gamberi e zucchine	Pesce fresco alla livornese Arrostato di vitellone	Fagiolini Melanzane arrosto
Sabato	Lasagne al ragu di carne Minestrone con pasta	Scaloppine di vitello Spinacina	Zucchine Patate fritte
Domenica	Gnocchi al pesto Minestra di patate con pasta	Pollo al forno Frittata carciofi e speck	Patate arrosto biete

~ MENÙ INVERNALE ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 4° SETTIMANA

Lunedì	Pasta funghi e salsiccia Pasta e piselli	Noce di suino al timo Manzo in salsa verde	Piselli Patate fritte
Martedì	Pasta alla norma Tortellini in brodo	Scalopp. tacchino alla pizzaiola Pesce fresco alla livornese	Cavolfiori Biete
Mercoledì	Risotto alla parmigiana Vellutata patate e carote con pasta	Spezzatino di vitellone Tacchino con patate e peperoni	Puré di patate Zucchine
Giovedì	Pasta alla gamberi e zucchine Vellutata di patate e carote	Cotoletta di lonza Tortino di patate	Funghi Spinaci
Venerdì	Pasta al ragu di verdure Risotto prosciutto e piselli	Filetti di pesce fresco panati Polpette di carne al pomodoro	Patate al forno Coste
Sabato	Pasta ai formaggi Vellutata di legumi di riso	Medaglioni di tacchino ai funghi Arrostato con patate	Fagiolini Pomodori
Domenica	Risotto al limone Pasta funghi e piselli	Arrostato di vitello Cordon bleu	Melanzane Cicoria

~ MENÙ ESTIVO ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 1° SETTIMANA

Lunedì	Risotto alla rucola Pasta al salmone	Frittata con verdure Scaloppine di pollo	Crocchette di patate Fagiolini lessi
Martedì	Gnocchi burro e salvia Insalata di riso	Pollo al forno Parmigiana di melanzane	Biete lesse Patatine fritte
Mercoledì	Pasta ai funghi e speck Risotto alla parmigiana	Arrostato tacchino al v.b. Cotoletta alla milanese	Finocchi Funghi trifolati
Giovedì	Ravioli ricotta e spinaci Insalata di pasta	Tortino di patate Involtini di pesce fresco	Melanzane panate Spinaci lessi
Venerdì	Pizza Risotto alla parmigiana	Pesce fresco alla livornese Pomodori ripieni di riso	Carciofini Zucchine
Sabato	Lasagne Pasta al tonno	Cotoletta alla milanese Omelette	Piselli in umido Pomodori
Domenica	Pasta e piselli Risotto ai funghi	Pollo al forno Hamburger ai ferri	Spinaci Patate

~ MENÙ ESTIVO ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 2° SETTIMANA

Lunedì	Pasta e sarde Pasta e tenerumi	Zucchine ripiene di riso Pesce fresco alla messinese	Biete lesse Verdure arrosto
Martedì	Risotto con zucca Pasta alla norma	Scaloppine di lonza Involtini di pesce fresco	Cavolfiore Carote lesse
Mercoledì	Risotto alla milanese Insalata di riso	Involtini di pollo Sformato di formaggio	Puré di patate Zucchine
Giovedì	Pizza Insalata di pasta	Cotoletta di tacchino agli aromi Vitello alla pizzaiola	Piselli al prosciutto Crocchette di patate
Venerdì	Pasta alle cime di rapa Risotto allo zafferano con carote	Scaloppine ai funghi Sformato di spinaci	Fagiolini Patate fritte
Sabato	Gnocchi al ragù Pasta alla trapanese	Scaloppine di vitello al v.b. Omelette	Asparagi Pomodori
Domenica	Risotto con carciofi Pasta alla norma	Pollo al forno Saltimbocca alla romana	Patate arrosto Piselli

~ MENÙ ESTIVO ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 3° SETTIMANA

Lunedì	Pasta e zucchine genovesi Riso zafferano e speck	Vitello tonnato Pesce fresco ai ferri	Funghi arrosto Pisellini e carote
Martedì	Tortellini alla boscaiola Risotto ai gamberi e asparagi	Arrosto di lonza Pollo al forno	Patate arrosto Carote
Mercoledì	Pizza Pasta all'ortolana	Scaloppine di tacchino Involtini con prosciutto/form.	Verdure lesse Patate fritte
Giovedì	Riso e piselli Insalata di pasta	Hamburger ai ferri Frittata carciofi e speck	Crocchette di patate Carciofini
Venerdì	Pasta ai frutti di mare Tortellini al pomodoro	Pesce fresco alla livornese Arrosto di vitellone	Fagiolini Melanzane arrosto
Sabato	Lasagne Pasta, zucchine e gamberi	Scaloppine di vitello Tacchino al limone	Zucchine Pomodori
Domenica	Gnocchi al ragù Pasta all'aarrabbiata	Arrosto di vitello Involtini di melanzane	Biete patate

~ MENÙ ESTIVO ~
GIORNALIERO VARIABILE MENSA - 4° SETTIMANA

Lunedì	Gnocchi sardi pomodoro/ricotta Insalata di riso	Noce di suino al timo Manzo in salsa verde	Piselli al prosc. Spinaci
Martedì	Pasta ai carciofi Tortellini panna, prosc. e funghi	Involtini di pollo Pesce fresco alla livornese	Melanzane panate puré di patate
Mercoledì	Risotto ai funghi Pasta ricotta e piselli	Frittata di asparagi Filetto al pepe verde	Pomodori e patate Zucchine
Giovedì	Gnocchi al pomodoro Risotto ai frutti di mare	Cotoletta di lonza Tortino di patate	Crocchette di patate Spinaci
Venerdì	Pasta alle vongole Pizza	Hamburger ai ferri Filetti di pesce fresco panati	Patate fritte Coste
Sabato	Pasta al pesto siciliano Insalata di pasta	Pollo al forno Cordon bleu	Carote Pomodori
Domenica	Risotto con asparagi Pasta alla norma	Arrosto di vitello Scaloppina di tacchino alla pizzaiola	Funghi Patate