



**Menù estivo dal 29/04/2019**  
**4 settimane**  
**Dresano DIABETE**  
**a.s. 2018/2019**

Settimana	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
1	Verdure crude miste (carote e pomodori) Pasta al pomodoro Carne/pesce Pane (1/2 porzione) Frutta fresca	Vellutata di verdure e crostini Pollo al forno Verdura al forno Pane ai 5 cereali Frutta fresca	Pasta alla norma (pomodoro, melanzane e ricotta) Scaloppine di lonza al limone Carote all'olio Pane Frutta fresca	Pasta al pesto di zucchine Carne/pesce Verdura Pane Frutta fresca	Riso olio e grana Merluzzo gratinato (con sesamo) Insalata verde Pane Frutta fresca
2	Pasta alla sorrentina Carne/pesce Insalata mista Pane Frutta fresca	Minestra di verdura con farro Straccetti di manzo con verdure (piatto unico) Pane Frutta fresca	Gran buffet di verdure Pasta olio e grana Pesce Pane integrale Frutta fresca	Gnocchi al pomodoro e pesto Carne/pesce Fagiolini all'olio Pane Frutta fresca	Risotto allo zafferano Nasello pomodori e olive Carote julienne Pane Frutta fresca
3	Pasta al ragù vegetale (con zucchini, carote e melanzane) Scaloppina di lonza Pomodori Pane Frutta fresca	Pasta con pomodoro fresco e basilico Arrostito di lonza Zucchini e melanzane al prezzemolo Pane ai 5 cereali Frutta fresca	Passato di verdura con orzo Filetti di platessa impanati Verdure al forno Pane Frutta fresca	Risotto al pomodoro Cotoletta di tacchino Insalata mista Pane Frutta fresca	Ravioli di magro olio e salvia Carne/pesce Carote julienne Pane Frutta fresca
4	Pasta integrale con pomodoro e basilico Carne/pesce Pomodori Pane Frutta fresca	Pasta al pesto Carne/pesce Zucchini gratinate Pane Frutta fresca	Antipasto di verdura Lasagne al ragù di carne Pane Frutta fresca	Risotto giallo con zucchini Arrostito di tacchino all'olio e limone Insalata mista Pane Frutta fresca	Pasta agli aromi Filetto di platessa dorato al forno Carote julienne Pane integrale Frutta fresca

**GRAMMATURE: pasta/riso 90g; carne magra 100g; pesce 120g; olio extravergine d'oliva 20g; verdura a volontà (no patate e legumi)**

OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA e SALE IODATO, unico condimento. Il pane somministrato è sempre a ridotto contenuto di sale e viene servito dopo il primo. GRAMMATURE in linea con le indicazioni dell'ATS.

Le proposte di frutta fresca sono mensilmente calendarizzate, alternando le tipologie e le varietà e garantendo almeno 3 varietà diverse a settimana e viene somministrata a metà mattina.