

MENU' UTENTI SERVIZIO SOCIALE A DOMICILIO DI CUGLIERI – AUTUNNO/INVERNO

	1 ^a settimana	2 ^a settimana	3 ^a settimana	4 ^a settimana	5 ^a settimana
lunedì	Pasta al sugo (2)	Zuppa di ceci con finocchietto sardo (20)	Risotto al sugo (12)	Risotto allo zafferano (13)	Pasta con olio e formaggio (1)
	Filetto di merluzzo panato (33)	Pesce al forno con erbe (35)	Uovo (29) o frittata al forno (30)	Prosciutto crudo (27) e formaggio (28)	Scaloppine di pollo al limone (23)
	Insalata verde	patate	Verdure cotte	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
martedì	Risotto allo zafferano (13)	Ravioli di ricotta e spinaci al sugo (2)	Gnocchetti sardi al sugo (2)	Pasta con ricotta (4)	Zuppetta di fagioli bianchi con scarola (21)
	Cotoletta di pollo impanata (25)	Formaggio dolce o pecorino (28)	Polpette in umido (24)	Fettina di carne bovina in umido (23)	Filetto di merluzzo panato (33)
	Insalata mista di stagione	Insalata verde	Insalata mista di stagione	Insalata verde	Insalata verde
	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
mercoledì	Pasta con olio e formaggio (1)	Minestra in brodo di carne (18)	Pasta e fagioli (7)	"Pisu ladu cun Pattata" (22)	Risotto con verza e salsiccia (15)
	Uovo (29) o frittata al forno (30)	Bollito di carne (26)	Platessa alla mugnaia (34)	Pesce in umido con limone (35)	Formaggio dolce o pecorino (28)
	Cavolfiore in umido con olive	Verdura cotta	Patate	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
giovedì	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
	Minestra in brodo vegetale (17)	Risotto alla parmigiana (14)	Pizza margherita (11)	Gnocchi di patate al sugo (2)	Pasta al pesto (1)
	Spezzatino di carne bovina (23) con patate	Filetto di merluzzo panato (33)	Prosciutto cotto (27)	Formaggio dolce o casizolu (28)	Polpette al sugo o in umido (24)
	Frutta	Insalata mista di stagione	Insalata verde	Verdure cotte	Insalata verde
venerdì	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
	Polenta al sugo (5) o Pasta al sugo (2)	Pasta olio e formaggio (1)	Minestra in brodo di pollo (18)	Minestra in brodo vegetale (17)	Pasta al sugo all'amatriciana (2)
	Formaggio dolce o mozzarella (28)	Pollo arrosto (23)	Straccetti di pollo in umido (23)	Scaloppine in umido (23)	Uovo (29) o frittata al forno (30)
	Verdura cotta	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	Verdure cotte
sabato	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
	Minestra in brodo di carne (18)	Pasta con ricotta (4)	Tortellini con panna (6)	Fregola con lenticchie (7)	Gnocchi di patate al sugo (2)
	Bollito di carne (26)	Sformato di verdure di stagione (32)	Formaggio dolce o pecorino (28)	Frittata con formaggio (30)	Filetto di pesce alla livornese (35)
	Insalata verde	Insalata mista di stagione	Insalata mista di stagione	patate	Insalata mista di stagione
domenica	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta	Frutta
	Lasagna con ragù al forno (10)	Malloreddus ai funghi e formaggio (8)	Linguine allo scoglio (9)	Tagliatelle al ragù di salsiccia (2)	Fettuccine con carciofi o verdure (8)
	Scaloppina in umido (23)	Spezzatino (23) con piselli	Orata o spigola al forno (35)	Salsiccia con olive (23)	Agnello in umido (23)
	Carote e cipolla in umido		patate	Insalata	Patate
	DESSERT	DESSERT	DESSERT	DESSERT	DESSERT

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito. Ogni giorno è prevista una porzione di pane comune o tradizionale.

In caso di richiesta di pasti per cellachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono la/le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione



MENU' UTENTI SERVIZIO SOCIALE A DOMICILIO DI CUGLIERI – PRIMAVERA/ESTATE

	1ª settimana	2ª settimana	3ª settimana	4ª settimana	5ª settimana
lunedì	Risotto allo zafferano (13) Pesce alla pizzaiola (35) Insalata verde Frutta	Pasta con verdure di stagione (8) Pesce in umido con erbette (35) patate Frutta	Risotto al sugo (12) Crocchette di patate (31) Insalata mista di stagione Frutta	Risotto alla parmigiana (14) Formaggio dolce o mozzarella (28) Insalata mista di stagione Frutta	Pasta con melanzane (8) Prosciutto crudo o cotto (27) Insalata verde Frutta
martedì	Gnocchetti sardi al pomodoro fresco e basilico (2) Fettina di bovino in umido (23) Insalata mista di stagione Frutta	Pasta al pesto (1) Polpette in umido (24) Insalata verde Frutta	Pennette al sugo (2) Scaloppine di maiale (23) Verdure cotte Frutta	Pasta al sugo (2) Hamburger (24) Insalata verde Frutta	Minestra in brodo vegetale (17) Pollo arrosto (23) Patate Frutta
mercoledì	Pennette con olio e formaggio (1) Uovo (29) o frittata al forno (30) Verdure cotte Frutta	Risotto zucchini e speck (15) Formaggio dolce (28) Verdure cotte Frutta	Pasta olio e formaggio (1) Filetto di merluzzo panato (33) Insalata mista di stagione Frutta	Pasta e ceci con pomodori secchi (7) Pesce al forno (35) Insalata mista di stagione Frutta	Risotto con i funghi (16) Formaggio dolce o PECORINO (28) Insalata mista di stagione Frutta
giovedì	Minestra in brodo vegetale (17) Pollo arrosto (23) patate Frutta	Pasta al sugo con tonno (3) Filetto di merluzzo panato (33) Insalata mista di stagione Frutta	Pizza margherita (11) Prosciutto cotto (27) Insalata verde Frutta	Pasta con ricotta (4) Uovo (29) o frittata al forno (30) Verdure cotte Frutta	Pasta al sugo alla pizzaiola (2) Filetto di merluzzo panato (33) Insalata mista di stagione Frutta
venerdì	Pasta all'amatriciana (2) Formaggio dolce o pecorino (28) Insalata mista di stagione Frutta	Crema di verdure estive con crostini (19) Pollo alla griglia (23) Insalata mista di stagione Frutta	Minestra in brodo di pollo (18) Bollito di carne (26) Insalata mista di stagione Frutta	Minestra in brodo vegetale (17) Pollo o tacchino in umido (23) Insalata mista di stagione Frutta	Pasta con olio e formaggio (1) Polpette in umido (24) Verdure cotte Frutta
sabato	Pasta con le vongole (9) Insalata di polpi e patate (36) Insalata verde Frutta	Pasta con ricotta (4) Sfornato di verdure di stagione (32) Insalata mista di stagione Frutta	Ravioli di ricotta e spinaci al sugo (2) Formaggio dolce o pecorino (28) Insalata mista di stagione Frutta	Fregola al sugo (2) Filetto di merluzzo panato (33) Insalata verde Frutta	Gnocchi di patate al pesto (1) Pesce al forno con pomodorini (35) Insalata mista di stagione Frutta
domenica	Lasagna con ragù al forno (10) Scaloppina in umido (23) Verdure cotte DESSERT	Malloreddu ai funghi e formaggio (8) Spezzatino (23) con piselli patate DESSERT	Linguine allo scoglio (9) Orata o spigola al forno (35) patate DESSERT	Tagliatelle al ragù di saliscia (2) Salsiccia al forno (23) Patate DESSERT	Fettuccine con carciofi o verdure (8) Agnello in umido (23) Patate DESSERT

I numeri a fianco ai piatti fanno riferimento al ricettario di seguito. Ogni giorno è prevista una porzione di pane comune o tradizionale.
In caso di richiesta di pasti per celiachia e/o altre allergie o intolleranze alimentari si provvederà a proporre menù formulati con alimenti che non contengono le sostanze da escludere e la cui preparazione seguirà specifiche linee di produzione e preparazione



20/01/2022