

MENÙ STAGIONALE
RSA LA MUTUALISTICA

Piazzale Alfeo Giudici, 1 – Mulazzano (LO)

2025/2026

Rev. 2|25

Menù autunno/inverno - 1^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Pasta al pomodoro e basilico 1-6-9 Bocconcini di petto di pollo <i>Cavolfiori al vapore</i> Frutta fresca	Minestrone di verdure con pasta 1-6-9 Filetto di merluzzo al forno 4 <i>Fagiolini lessati</i> Frutta fresca
Martedì	Risotto con zucchine 9 Polpettine di tacchino al forno 7-9 <i>Piselli al vapore</i> Frutta fresca	Passato di verdure 9 Omelette alle erbe 3-7 <i>Spinaci</i> Frutta cotta
Mercoledì	Pasta e fagioli 1-6-8-9-11 Arrosti di vitello 9 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca	Crema di carote 9 Ricotta e prosciutto cotto 1-7-12 <i>Zucca al forno</i> Frutta fresca
Giovedì	Pasta ai funghi 1-6-7 Filetto di merluzzo alla mediterranea 4-12 <i>Carote julienne</i> Frutta fresca	Vellutata di verdure con riso 9 Polpette di pollo alle aromatiche 9-12 <i>Bieta cotta</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta integrale con ragù di verdure 1-6-9 Lonza alle erbe aromatiche 9 <i>Cavolfiore gratinato 1-7</i> Frutta fresca	Crema di cavolfiore Burger di ceci 1-6-7-9-13 <i>Carote a julienne</i> Frutta fresca
Sabato	Gnocchi di patate al pomodoro 1-3-6-7 Cotoletta di pesce al forno 1-3-4 <i>Bietole saltate</i> Frutta fresca	Zuppa di cereali 1-10 Fesa di tacchino <i>Barbabietole</i> Frutta cotta
Domenica	Tortellini in brodo 1-3-7-9 Tortino prosciutto e formaggio 3-7 <i>Zucchine trifolate</i> Dolce leggero	Passato di verdure 6-9-13 Filetto di platessa in umido 4 <i>Patate novelle prezzemolate</i> Frutta fresca

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù autunno/inverno - 2^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Pasta all'ortolana 1-6-9 Cosce di pollo al forno <i>Broccoli al vapore</i> Frutta fresca	Minestrone con riso 9 Platessa pomodoro e olive 4-12 <i>Fagiolini</i> Frutta cotta
Martedì	Pasta al ragù 1-6-9 Frittata alle erbe 3-7 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca	Crema di verdure 9 Pollo con limone <i>Spinaci</i> Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al pesto 1-3-7-8 Spezzatino di vitello con piselli 9 <i>Carote</i> Frutta fresca	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Filetto di platessa al forno 4 <i>Zucchine</i> Frutta cotta
Giovedì	Gnocchi alla romana 1-7 Pizza margherita 1-6-7 <i>Spinaci</i> Frutta fresca	Passato di verdure 9 Tacchino arrosto 9 <i>Carote</i> Frutta fresca
Venerdì	Risotto allo zafferano 7 Filetto di merluzzo gratinato 1-2-4-6-14 <i>Fagiolini</i> Frutta fresca	Pasta e ceci 1-6-8-9-11 Straccetti di pollo <i>Cavolfiori</i> Frutta cotta
Sabato	Pasta alle verdure 1-9 Tortino di zucchine 3-7-9 <i>Carote</i> Frutta fresca	Pastina in brodo 1-6-9 Gâteau di patate 3-7 <i>Macedonia di verdure</i> Frutta fresca
Domenica	Ravioli ricotta e spinaci 1-3-6-7 Arrosto di maiale alle erbe 9 <i>Patate al forno</i> Dolce	Passato di carote 9 Polpette di legumi 1-6-7-9-13 <i>Erbette</i> Frutta cotta

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù autunno/inverno - 3^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Pasta al pomodoro 1-6-9 Bastoncini di pesce al forno 1-3-4 <i>Cavolfiori</i> Frutta fresca	Minestrone con riso 9 Fettina di tacchino 9 <i>Fagiolini</i> Frutta fresca
Martedì	Pasta integrale con verdure 1-6-9 Merluzzo con cipolle 4 -12 <i>Zucca</i> Frutta fresca	Vellutata di verdure 9 Frittata 3-7 <i>Carote</i> Frutta cotta
Mercoledì	Pastina in brodo 1-6-9 Polenta e zola 7 <i>Erbette saltate</i> Frutta fresca	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Fesa di tacchino con patate prezzemolate 12 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca
Giovedì	Riso con zucca 1-7 Scaloppine di vitello alla pizzaiola 1-9 <i>Cavolfiori gratinati</i> Frutta fresca	Crema di carote e porri 9 Polpette di legumi 1-6-8-9 <i>Spinaci</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta al tonno 1-4-9 Platessa al forno 4 <i>Broccoli</i> Frutta fresca	Vellutata di verdure 9 Ricotta e prosciutto cotto 1-7-12 <i>Cavolfiori</i> Frutta fresca
Sabato	Gnocchi alla romana 1-7 Pollo in umido 9 <i>Carote</i> Frutta fresca	Crema di carote 7-9 Sformato di zucca 3-7 <i>Broccoli</i> Frutta cotta
Domenica	Risotto ai funghi 1-6-7 Tacchino al forno <i>Piselli</i> Dolce	Passato di verdure 9 Nasello in umido 4-9-12 <i>Erbette</i> Frutta fresca

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù autunno/inverno - 4^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Pasta broccoli e salsiccia 1-6-9 Rollè di tacchino ai funghi 1-6-7-9 <i>Cavolfiori</i> Frutta fresca	Crema di verdure con riso 9 Burger di ceci 1-6-7-9-13 <i>Fagiolini</i> Frutta cotta
Martedì	Ravioli di magro alla salvia 1-3-6-9 Filetto di merluzzo al vapore 4 <i>Zucca al forno</i> Frutta fresca	Minestrone con pasta 1-6-9 Frittata 3-7 <i>Spinaci</i> Frutta fresca
Mercoledì	Pasta alla siciliana 1-6-8-9 Spezzatino di manzo 9 <i>Carote</i> Frutta fresca	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Fesa di tacchino 12 <i>Spinaci</i> Frutta cotta
Giovedì	Pasta con panna vegetale e prosciutto 1-6-7-12 Pollo al forno <i>Fagiolini</i> Frutta fresca	Vellutata di verdure 9 Bastoncini di pesce 1-3-4 <i>Cavolfiori</i> Frutta fresca
Venerdì	Riso alla marinara 2-4-14 Merluzzo gratinato 1-2-4-6-14 <i>Fagiolini</i> Frutta fresca	Zuppa di orzo e verdure 1-9 Lonza al latte 7 <i>Patate novelle</i> Frutta cotta
Sabato	Gnocchi alla sorrentina 1-3-6-7-9 Scaloppina al limone 1-12 <i>Carote</i> Frutta fresca	Vellutata di piselli 9 Frittata al formaggio 3-7 <i>Purè di sedano rapa</i> Frutta fresca
Domenica	Lasagne 1-3-6-7-12 Platessa al forno 4 <i>Erbette</i> Dolce	Pasta e ceci 1-6-9 Arrosto di tacchino agli aromi <i>Bieta</i> Frutta fresca

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata autunno/inverno - 1^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Crema di pomodoro e basilico 1-6-9 Pollo frullato in salsa di verdure 9 <i>Purea di cavolfiore</i> Frutta cotta	Passato di verdure con pastina frullata 1-6-9 Merluzzo frullato con purea di patate e spinaci 4 <i>Crema di fagiolini</i> Mousse di frutta
Martedì	Risotto con zucchine cremoso 7 Tacchino tritato in salsa leggera 9 <i>Purea di piselli</i> Mousse di frutta	Crema di verdure miste 9 Uova strapazzate morbide 3-7 <i>Spinaci passati</i> Frutta cotta
Mercoledì	Crema di legumi 1-6-8-9 Vitello tritato in salsa vegetale 9 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta	Vellutata di patate e carote) 9 Tonno tritato e ricotta 4-7 <i>Purea di zucca</i> Mousse di frutta
Giovedì	Crema di funghi 1-6-7 Merluzzo frullato 4-12 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta	Vellutata di verdure e riso 9 Vellutata di pollo 7 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta frullata con ragù di verdure 1-6-9 Lonza frullata alle erbe aromatiche 9 <i>Cavolfiore cremoso</i> Mousse di frutta	Crema di cavolfiore Burger di ceci frullato 1-6-7-9-13 <i>Purea di barbabietole</i> Frutta cotta
Sabato	Crema di patate al pomodoro 1-3-6-7 Cotoletta di pesce frullata al forno 4 <i>Purea di biette</i> Frutta cotta	Vellutata di cereali 1-10 Fesa di tacchino frullata <i>Purea di barbabietole</i> Mousse di frutta
Domenica	Crema di tortellini al brodo 1-3-7-9 Mousse al prosciutto e formaggio 3-7-12 <i>Purea di zucchine</i> Budino morbido	Passato di verdure 9 Platessa frullata 4 <i>Purea di patate</i> Frutta cotta

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata autunno/inverno - 2^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Crema ortolana 1-6-9 Pollo frullato al limone <i>Purea di broccoli</i> Frutta cotta	Minestrone frullato con riso 9 Platessa frullata con pomodoro e olive 4-12 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta
Martedì	Crema di ragù e pasta frullata 1-6-9 Frittata frullata 3-7 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta	Passato di verdure 9 Pollo tritato al limone <i>Purea di spinaci</i> Mousse di frutta
Mercoledì	Pasta al pesto frullata 1-3-7-8 Spezzatino di vitello frullato con piselli 9 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Pesce frullato al forno 4 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta
Giovedì	Crema di ricotta e spinaci 1-7 Pizza omogeneizzata 1-6-7 <i>Purea di spinaci</i> Mousse di frutta	Passato di verdure 9 Tacchino tritato <i>Purea di carote</i> Frutta cotta
Venerdì	Crema di riso allo zafferano 1-3-7 Merluzzo tritato 4 <i>Purea di fagiolini</i> Frutta cotta	Crema di legumi 1-6-8-9 Crema di pollo <i>Purea di cavolfiore</i> Mousse di frutta
Sabato	Crema di pasta con verdure 1-3-6-7 Uova strapazzate morbide 3-7 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta	Brodo frullato con semolino 9 Gâteau di patate frullato 3-7 <i>Purea verdure</i> Frutta cotta
Domenica	Crema di ravioli 1-3-6-7 Arrostato tritato 9 <i>Purea di patate</i> Dolce morbido	Crema di carote 7-9 Mousse di ricotta e legumi 1-6-7-9-13 <i>Purea di erbette</i> Frutta cotta

Alternative standard (disfagici):

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata autunno/inverno - 3^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Crema al pomodoro 1-6-9 Merluzzo omogeneizzato 4 <i>Purea di cavolfiori</i> Frutta cotta	Minestrone frullato con riso 9 Tacchino omogeneizzato 9 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta
Martedì	Crema di verdure e curcuma 1-6-7-9 Merluzzo tritato 4 <i>Purea di zucca</i> Frutta cotta	Crema di verdure 9 Frittata frullata 3-7 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta
Mercoledì	Brodo addensato con crema di pastina 1-6-9 Polenta e zola frullata 7 <i>Crema di erbe</i> Mousse di frutta	Crema di legumi 1-6-8-9 Tacchino tritato e purea di patate 12 <i>Crema di zucchine</i> Frutta cotta
Giovedì	Crema di riso e zucca 1-7 Vitello tritato in salsa pizzaiola 1-9 <i>Purea di cavolfiori</i> Mousse di frutta	Crema di carote e porri 9 Polpette frullate di legumi 1-6-8-9 <i>Purea di spinaci</i> Frutta cotta
Venerdì	Crema di pasta al tonno 1-4-9 Pesce bianco tritato 4 <i>Purea di broccoli</i> Frutta cotta	Crema di verdure 9 Mousse di prosciutto e ricotta morbida 1-7-12 <i>Purea di cavolfiori</i> Mousse di frutta
Sabato	Crema di gnocchi alla romana 1-7 Pollo tritato 9 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta	Crema di carote 9 Crema di uova e zucca 3-7 <i>Purea di broccoli</i> Frutta cotta
Domenica	Crema di risotto ai funghi 1-6-7 Tacchino tritato <i>Purea di piselli</i> Dolce morbido	Passato di verdure 9 Crescenza cremosa 7 <i>Purea di erbe</i> Mousse di frutta

Alternative standard:

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata autunno/inverno - 4^a SETTIMANA

Giorno	PRANZO	CENA
Lunedì	Crema broccoli e salsiccia 1-6 Tacchino frullato ai funghi 1-6-7-9 <i>Purea di cavolfiori</i> Mousse di frutta	Crema di verdure con riso 9 Mousse di ceci 1-6-7-9-13 <i>Purea di fagiolini</i> Frutta cotta
Martedì	Crema di ravioli 1-3-6-7 Merluzzo tritato 4 <i>Purea di zucca</i> Mousse di frutta	Minestrone frullato 1-6-9 Frittata omogeneizzata 3-7 <i>Purea di spinaci</i> Frutta cotta
Mercoledì	Crema alla siciliana 1-6-8-9 Manzo tritato 9 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta	Crema di legumi 1-6-8-9 Ricotta morbida 7 <i>Purea di spinaci</i> Frutta cotta
Giovedì	Crema prosciutto e panna 1-6-7 Pollo tritato <i>Purea di patate</i> Frutta cotta	Vellutata di verdure 9 Pesce tritato 1-4 <i>Purea di cavolfiori</i> Mousse di frutta
Venerdì	Crema alla marinara 2-4-14 Merluzzo tritato gratinato 1-2-4-6-8-14 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta	Zuppa d'orzo frullata 1-9 Lonza al latte frullata 7-12 <i>Purea di patate</i> Frutta cotta
Sabato	Crema di gnocchi alla sorrentina 1-3-6-7-9 Scaloppina tritata 1-12 <i>Purea di carote</i> Frutta cotta	Vellutata di piselli 1-6-9 Crema di uova e formaggio 3-7 <i>Purea di sedano rapa</i> Mousse di frutta
Domenica	Crema di lasagne 1-3-6-7-9-12 Crema di platessa 4 <i>Purea di erbe</i> Dolce morbido	Crema di pasta e ceci 1-6-9 Tacchino tritato 9 <i>Purea di bietole</i> Frutta cotta

Alternative standard:

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù primavera/estate - 1^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Pasta al pomodoro fresco e basilico 1-6-9 Petto di pollo al limone 9 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca	Vellutata di zucchine 9 Merluzzo al vapore 4 <i>Insalata di lattuga</i> Frutta cotta
Martedì	Pasta e lenticchie 1-6-8-9-11 Polpettine di tacchino 1-6-7-9 <i>Pomodorini gratinati</i> Frutta fresca	Crema di carote e cipollotto 9 Frittata alle erbe 3-7 <i>Fagiolini</i> Frutta cotta
Mercoledì	Pasta primavera (zucchine, piselli, carote) 1-6-9 Arrostato di vitello <i>Peperonata leggera</i> Frutta fresca	Passato leggero di verdure 9 Ricotta e prosciutto cotto 1-7-12 <i>Carote a julienne</i> Frutta fresca
Giovedì	Pasta con pomodorini e basilico 1-6-9 Merluzzo 4-12 <i>Zucchine al vapore</i> Frutta fresca	Vellutata di carote 9 Polpette di pollo alle erbe 9 <i>Patate novelle prezzemolate</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta integrale al ragù di verdure estive 1-6-9 Lonza alle erbe 9 <i>Melanzane grigliate</i> Frutta fresca	Crema di zucchine 9 Polpette di ceci 1-6-7-9-13 Fagiolini lessati Frutta cotta
Sabato	Gnocchi al pomodoro fresco 1-3-6-7 Platessa al forno 4 <i>Ratatouille estiva</i> Frutta fresca	Crema di piselli 6 Fesa di tacchino 12 <i>Peperoni al forno</i> Frutta cotta
Domenica	Ravioli ricotta e spinaci 1-3-6-7 Tortino di uova con porri 3-7-9 <i>Zucchine gratinate 1-7</i> Dolce leggero	Passato di verdure 9 Bastoncini di pesce al forno 1-4 <i>Insalata estiva (pomodori e cetrioli)</i> Frutta cotta

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù primavera/estate - 2^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Pasta all'ortolana estiva (peperoni, zucchine, melanzane) 1-6-9 Pollo al forno con erbe 9 <i>Carote julienne</i> Frutta fresca	Minestra estiva con riso e verdure 9 Cotoletta di pesce al forno 1-4 <i>Fagiolini al vapore</i> Frutta cotta
Martedì	Pasta al ragù leggero 1-6-9 Filetto di merluzzo al limone 4 <i>Insalata verde</i> Frutta fresca	Crema di zucchine e menta 9 Frittata alle erbe fresche 3-7 <i>Patate novelle</i> Frutta cotta
Mercoledì	Risotto con zucchine e erbe aromatiche 7 Spezzatino di vitello con carote 9 <i>Peperoni grigliati</i> Frutta fresca	Crema di legumi chiara 1-6-8-9-11 Platessa al forno 4 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta cotta
Giovedì	Pasta ricotta e basilico 1-3-6-7 Arrosto di tacchino 9 <i>Fagiolini lessati</i> Frutta fresca	Passato leggero di verdure 9 Pizza margherita 1-6-7 <i>Carote al vapore</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta al pesto 1-7-8 Merluzzo gratinato 1-4-6 <i>Melanzane al forno</i> Frutta fresca	Pasta e ceci estiva (senza soffritto) 1-6-8-9-11 Straccetti di pollo 7-12 <i>Spinaci</i> Frutta cotta
Sabato	Pasta alle zucchine 1-6-9 Frittata al pomodoro 3 <i>Patate arrosto estive</i> Frutta fresca	Vellutata di orzo 1-9 Polpette di legumi 1-7-9 <i>Cavolfiori al vapore</i> Frutta cotta
Domenica	Lasagne 1-3-7-9-12 Straccetti di pollo alle erbe 9-12 <i>Zucchine trifolate</i> Dolce	Crema di carote 9 Filetto di merluzzo al forno 1-4 <i>Erbette saltate</i> Frutta cotta

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù primavera/estate - 3^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Pasta al pomodoro fresco 1-6-9 Polpette di legumi 1-6-8-9 <i>Zucchine al vapore</i> Frutta fresca	Minestra estiva con riso 9 Straccetti di tacchino 9 <i>Fagiolini lessati</i> Frutta cotta
Martedì	Pasta integrale alle verdure estive 1-6-9 Merluzzo al forno 4 <i>Peperoni arrostiti</i> Frutta fresca	Vellutata di carote 9 Frittata 3-7 Insalata di pomodori e patate lesse Frutta cotta
Mercoledì	Insalata di riso 3-4-6-7-12 Pizza alle verdure estive 1-6-7 Erbette saltate Frutta fresca	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Spezzatino di pollo al limone 9 <i>Carote a julienne</i> Frutta cotta
Giovedì	Risotto alle zucchine 1-7 Scaloppine alla pizzaiola 1-9 <i>Patate lesse</i> Frutta fresca	Crema carote e porri 9 Merluzzo in umido 4-9-12 <i>Bietole</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta al tonno 1-4-9 Pesce bianco al forno 4 <i>Fagiolini</i> Frutta fresca	Crema di zucchine 9 Tortino di formaggio 3-7 <i>Carote saltate</i> Frutta cotta
Sabato	Gnocchi al pomodoro fresco 1-3-6-7 Pollo in umido 9 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca	Crema di carote 9 Polenta al ragù vegetale estivo 9-12 <i>Melanzane grigliate</i> Frutta cotta
Domenica	Lasagne al pesto 1-7-8 Arrosto di tacchino <i>Fagiolini</i> Dolce	Passato di verdure 9 Platessa 4 <i>Insalata di pomodori</i> Frutta cotta

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù primavera/estate - 4^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Pasta zucchine e salsiccia bianca 1-6-9 Polpettine di pollo ai peperoni 1-6-7-9 <i>Insalata mista estiva</i> Frutta fresca	Crema di verdure 9 Persico alle aromatiche 4-9 <i>Fagiolini</i> Frutta cotta
Martedì	Pasta all'arrabbiata fresca 1-6-9 Merluzzo al vapore 4 <i>Carote al vapore</i> Frutta fresca	Minestra estiva senza cavoli 1-6-9 Frittata 3-7 <i>Spinaci freschi</i> Frutta cotta
Mercoledì	Pasta pasticciata 1-6-7-9 Polpette di legumi con piselli in umido 1-6-8-9 <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Fesa di tacchino e ricotta 7-12 <i>Carote</i> Frutta cotta
Giovedì	Pasta con panna vegetale e zucchine 1-6-7 Pollo al forno <i>Zucchine trifolate</i> Frutta fresca	Vellutata di carote 9 Bastoncini di pesce 1-4 <i>Patate novelle</i> Frutta cotta
Venerdì	Riso alla marinara 2-4-14 Pesce gratinato leggero 1-2-4-6-14 <i>Fagiolini</i> Frutta fresca	Zuppa di orzo e verdure estive 1-9 Frittatina di ceci 3-6-9 <i>Bietole</i> Frutta cotta
Sabato	Gnocchi alla sorrentina 1-3-6-7-9 Scaloppina al limone 1-12 <i>Zucchine al vapore</i> Frutta fresca	Vellutata di porri 9 Polenta e crescenza 7 <i>Carote a julienne</i> Frutta cotta
Domenica	Pasta al forno bianca 1-3-7-8-9 Arrostito di coniglio 1-12 <i>Bietole</i> Dolce	Pasta e ceci 1-6-8-9-11 Bastoncini di pesce 1-4 <i>Insalata di pomodori e cipollotto</i> Frutta cotta

Ad ogni pasto: previsto pane bianco o semi-integrale, olio EVO, sale iodato al bisogno.

Alternative Standard (sempre disponibili)

- **Primi piatti:** Riso bollito / Pastina in brodo
- **Secondi piatti:** Prosciutto cotto / Formaggino
- **Contorni:** Purè / Insalata mista
- **Frutta:** Frutta fresca / Frutta cotta / Polpa di frutta

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata primavera/estate - 1^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Crema di pomodoro fresco e basilico 1-6-9 Pollo frullato al limone 9 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta	Vellutata di zucchine 9 Merluzzo frullato con patata 4 <i>Purea di verdure (addensata)</i> Mousse di frutta
Martedì	Crema di lenticchie 1-6-8-9-11 Tacchino tritato in salsa leggera 9 <i>Purea di pomodori</i> Mousse di frutta	Crema di carote e cipollotto 9 Uova strapazzate morbide 3-7 <i>Purea di fagiolini</i> Frutta cotta
Mercoledì	Crema "primavera" (zucchine, carote, piselli) 9 Vitello tritato in salsa vegetale 9 <i>Purea di peperoni dolci (addensato)</i> Frutta cotta	Passato leggero di verdure 9 Crema di prosciutto e ricotta morbida 1-7-12 <i>Purea di cetriolo e carote</i> Mousse di frutta
Giovedì	Crema di pomodorini e basilico 1-6-9 Merluzzo tritato 4-12 <i>Purea di zucchine</i> Frutta fresca frullata	Crema di carote 9 Pollo tritato alle erbe 9 <i>Purea di patate novelle</i> Frutta cotta
Venerdì	Crema di verdure estive 9 Lonza frullata alle erbe 9 <i>Purea di melanzane</i> Anguria frullata	Crema di zucchine 9 Polpette di ceci frullate 1-6-7-9-13 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta
Sabato	Crema di gnocchi al pomodoro fresco 1-3-6-7 Platessa tritata 4 <i>Purea di ratatouille estiva (setacciata)</i> Frutta fresca frullata	Crema di piselli 6 Fesa di tacchino frullata <i>Purea di peperoni dolci</i> Mousse di frutta
Domenica	Crema di ravioli 1-3-6-7 Crema di uovo e porro 3-7-9 <i>Purea di zucchine gratinate</i> Budino morbido	Passato estivo 9 Bastoncini di pesce al forno frullati 1-4 <i>Purea di pomodoro e cetriolo</i> Frutta cotta

Alternative standard:

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata primavera/estate - 2^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Crema ortolana estiva (peperoni, zucchine, carote) 1-6-9 Pollo frullato al forno 9 <i>Purea di carote</i> Frutta cotta	Minestra frullata estiva con riso 9 Cotoletta di pesce tritata 1-4 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta
Martedì	Crema di ragù chiaro e pasta frullata 1-6-9 Pesce bianco tritato al limone 4 <i>Purea di lattuga e carote</i> Frutta cotta	Crema di zucchine 9 Frittata frullata 3-7 <i>Purea di patate novelle</i> Mousse di frutta
Mercoledì	Crema alle zucchine ed erbe 7 Vitello tritato in salsa 9 <i>Purea di peperoni</i> Frutta fresca frullata	Crema di legumi chiara 1-6-8-9-11 Platessa tritata 4 <i>Purea di zucchine</i> Mousse di frutta
Giovedì	Crema di ricotta e basilico 1-3-6-7 Tacchino tritato <i>Purea di fagiolini</i> Frutta fresca frullata	Passato di verdure 9 Pizza omogeneizzata 1-6-7 <i>Purea di carote</i> Frutta cotta
Venerdì	Pasta al pesto frullata 1-7-8 Merluzzo tritato 4 <i>Purea di melanzane</i> Frutta cotta	Crema di ceci e verdure estive 1-6-8-9-11 Straccetti di pollo tritati 7-12 <i>Purea di spinaci</i> Mousse di frutta
Sabato	Pasta alle zucchine frullata 1-6-9 Frittata al pomodoro frullata 3 <i>Purea di patate novelle</i> Frutta fresca frullata	Crema di orzo 1-9 Polpette di legumi frullate 1-7-9 <i>Purea di finocchi</i> Mousse di frutta
Domenica	Crema di lasagne 1-3-7-9-12 Pollo tritato alle erbe 9 <i>Purea di zucchine</i> Dolce morbido	Crema di carote 9 Merluzzo al forno frullato 1-4 <i>Purea di erbette</i> Frutta cotta

Alternative standard:

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata primavera/estate - 3^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Crema al pomodoro fresco 1-6-9 Polpette di legumi frullate 1-6-8-9 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta	Minestra frullata con riso 9 Tacchino tritato 9 <i>Purea di fagiolini</i> Crema di frutta
Martedì	Crema di verdure estive (melanzane, zucchine, pomodoro) 1-6-7-9 Merluzzo tritato 4 <i>Purea di peperoni gialli</i> Frutta cotta	Crema di verdure 9 Frittata frullata 3-7 <i>Purea di patate e pomodori</i> Mousse frutta
Mercoledì	Crema di riso 3-4-6-7-12 Pizza frullata alle verdure estive 1-6-7 <i>Purea di erbette</i> Frutta cotta	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Pollo tritato 9 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta
Giovedì	Crema di riso con zucchine 1-7 Vitello tritato pizzaiola 1-9 <i>Purea di patate</i> Frutta fresca frullata	Crema di porri e carote 9 Merluzzo omogeneizzato 4 <i>Purea di bietole</i> Mousse di frutta
Venerdì	Crema di pasta al tonno 1-4-9 Pesce bianco tritato 4 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta	Crema di zucchine 9 Mousse al formaggio 3-7 <i>Purea di carote</i> Frutta cotta
Sabato	Crema di gnocchi al pomodoro fresco 1-3-6-7 Pollo tritato 9 <i>Purea di zucchine</i> Frutta fresca frullata	Crema di carote 9 Polenta morbida con verdure estive 7 <i>Purea di melanzane</i> Mousse di frutta
Domenica	Crema di lasagne al pesto 1-7-8 Tacchino tritato <i>Purea di fagiolini</i> Dolce morbido	Passato di verdure 9 Crescenza cremosa 7 <i>Purea di pomodori (addensata)</i> Frutta cotta

Alternative standard:

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.

Menù a consistenza modificata primavera/estate - 4^a SETTIMANA

Giorno	Pranzo	Cena
Lunedì	Crema di zucchine e salsiccia bianca 1-6 Pollo tritato ai peperoni dolci 1-6-7-9 <i>Purea di lattuga</i> Mousse di frutta	Crema di verdure 9 Persico omogeneizzato 4-9 <i>Purea di fagiolini</i> Frutta cotta
Martedì	Crema all'arrabbiata 1-6-9 Merluzzo tritato 4 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta	Minestrone frullato estivo 1-6-9 Frittata omogeneizzata 3-7 <i>Purea di spinaci</i> Frutta fresca frullata
Mercoledì	Crema pasticciata 1-6-7-9 Crema di piselli e legumi 1-6-8-9 <i>Purea di zucchine</i> Mousse di frutta	Crema di legumi 1-6-8-9-11 Mousse di tacchino e ricotta morbida 7-12 <i>Purea di carote</i> Frutta cotta
Giovedì	Crema di zucchine e panna vegetale 1-6-7 Pollo tritato <i>Purea di zucchine</i> Frutta fresca frullata	Vellutata di carote 9 Bastoncini di pesce al forno tritati 1-4 <i>Purea di patate 7</i> Frutta cotta
Venerdì	Crema alla marinara estiva 2-4-14 Pesce tritato gratinato 1-2-4-6-14 <i>Purea di fagiolini</i> Mousse di frutta	Zuppa d'orzo frullata 1-9 Frittatina di ceci frullata 3-6-9 <i>Purea di bietole</i> Frutta fresca frullata
Sabato	Crema di gnocchi alla sorrentina light 1-3-6-7-9 Scaloppina tritata 1-12 <i>Purea di zucchine</i> Frutta cotta	Vellutata di porri 9 Polenta morbida con crescenza 7 <i>Purea di carote</i> Mousse di frutta
Domenica	Crema di pasta al forno bianca 1-3-7-8-9 Coniglio tritato 1-12 <i>Purea di bietole</i> Dolce morbido	Crema di pasta e ceci 1-6-8-9-11 Crema di bastoncini di pesce al forno 1-4 <i>Purea di pomodori (addensata)</i> Mousse di frutta

Alternative standard:

- **Primi:** Creme di verdure / legumi / cereali
- **Secondi:** Omogeneizzati di carne / pesce / formaggio morbido
- **Contorni:** Puree di ortaggi vari
- **Frutta:** Frullata o cotta omogenea

Box Allergeni:

1 - Glutine 2 - Crostacei 3 - Uova 4 - Pesce 5 - Arachidi 6 - Soia 7 - Latte 8 - Frutta a guscio
9 - Sedano 10 - Senape 11 - Sesamo 12 - Solfiti 13 - Lupini 14 - Molluschi

Note: il presente menù, può essere consumato dal paziente diabetico con l'accorgimento di sostituire i dessert con mousse di frutta fresca e preferire alimenti integrali.