

**POLITECNICO DI TORINO**

**SPECIFICHE TECNICHE  
RELATIVE AI MENU**

**ALLEGATO n. 3  
AL CAPITOLATO SPECIALE D'ONERI**

Ottobre 2017

## Struttura del pasto intero - PRANZO:

<b>PRIMO</b>	A scelta tra 4: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 primi piatti asciutti conditi o in brodo</li> <li>• 1 pasta o riso al pomodoro</li> <li>• 1 pasta o riso in bianco</li> </ul>
<b>SECONDO</b>	A scelta tra 5: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 a base di carne o pesce</li> <li>• 1 a base di formaggio, uova o verdure</li> <li>• 1 salume (a rotazione nella settimana)</li> <li>• 1 formaggio (a rotazione nella settimana)</li> <li>• 1 insalatona (a rotazione nella settimana)</li> </ul>
<b>CONTORNO</b>	A scelta tra 3: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 contorno cotto</li> <li>• 1 contorno crudo</li> <li>• Patatine fritte</li> </ul>
<b>PANE</b>	A scelta tra: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 panino</li> <li>• 2 pacchetti di grissini</li> </ul>
<b>FRUTTA/DESSERT</b>	A scelta tra: <ul style="list-style-type: none"> <li>• frutta (2 varietà giornaliere a rotazione)</li> <li>• dessert al cucchiaio o a fette</li> <li>• yogurt</li> </ul>

## Menù Estivo – PRANZO - 1<sup>a</sup> settimana

	<b>Primo Piatto/Piatto Unico</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane</b>
<b>Lunedì</b>	pasta alla norma minestrina verde estiva pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	peperoni ripieni di carne omelette al formaggio salume formaggio insalatona	zucchine trifolate insalata di pomodori e sedano patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	spaghetti alle vongole gnocchi al pomodoro pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di tacchino crochette di patate salume formaggio insalatona	fagiolini in insalata insalata verde patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	lasagne al pesto pasta aglio e olio pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	merluzzo alla livornese involtini alla russa salume formaggio insalatona	melanzane alla piastra insalata mista con olive patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	insalata di farro crema di ceci con crostini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	arrosto di vitello insalata caprese salume formaggio insalatona	piselli e carote al burro insalata di pomodori e mais patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	pasta tonno e piselli risotto alla milanese pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	platessa impanata pizza margherita salume formaggio insalatona	peperonata carote julienne patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Estivo – PRANZO - 2<sup>a</sup> settimana**

	<b>Primo Piatto/Piatto Unico</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	risotto alla parmigiana minestrone toscano con cannellini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	petto di pollo ai funghi crocchette di spinaci e ricotta salume formaggio insalatona	patate al forno insalata di pomodori e olive patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	trenette al pesto pasta al tonno pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di lonza tortino di bietole salume formaggio insalatona	zucchine grigliate carote julienne patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	pasta al sugo di verdura gnocchi al pesto pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	bastoncini di pesce al forno insalata capricciosa salume formaggio insalatona	peperoni al forno insalata di pomodori patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	pasta alle vongole minestra alle verdure con pasta pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	hamburger di manzo alla griglia melanzane alla parmigiana salume formaggio insalatona	carciofi trifolati insalata mista patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	pasta alla marinara tagliatelle al ragù pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	merluzzo alla ligure pizza alle verdure salume formaggio insalatona	coste al formaggio insalata verde e rapanelli patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Estivo – PRANZO - 3<sup>a</sup> settimana**

	<b>Primo Piatto/Piatto Unico</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	pasta alla carbonara minestra verde estiva pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	pollo al forno mozzarella in carrozza salume formaggio insalatona	zucchine trifolate insalata di pomodori e mais patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	spaghetti alla marinara tortelloni burro e salvia pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di pollo torta salata di spinaci salume formaggio insalatona	carote al burro insalata verde patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	lasagne alla bolognese pasta aglio e olio pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cernia in umido frittata alle verdure salume formaggio insalatona	melanzane trifolate insalata verde e pomodori patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	Risotto ai frutti di mare tortellini in brodo pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	arrosto di maiale ai capperi tonno fagioli e cipolla salume formaggio insalatona	fagioli borlotti in insalata insalata di mais e carote patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	pasta ai quattro formaggi minestra di farro pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	totani ripieni pizza al prosciutto salume formaggio insalatona	fagiolini alla genovese carote julienne patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Estivo – PRANZO - 4<sup>a</sup> settimana**

	<b>Primo Piatto/Piatto Unico</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	pasta all'arrabbiata minestrone toscano con cannellini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	wurstel e crauti cordon bleu salume formaggio insalatona	coste gratinate insalata di stagione patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	tagliatelle al ragù pasta alle verdure pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di vitello melanzane alla parmigiana salume formaggio insalatona	zucchine trifolate insalata rossa e pomodori patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	pasta alle zucchine risotto alla marinara pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	seppioline con piselli mozzarella caprese salume formaggio insalatona	peperonata insalata verde e rapanelli patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	pasta al ragù minestra di verdure con crostini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	arista al forno tortino di patate e prosciutto salume formaggio insalatona	melanzane trifolate insalata mista patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	pasta al tonno minestra d'orzo pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	nasello alla ligure pizza capricciosa salume formaggio insalatona	fagiolini e patate insalata verde e radicchio patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Invernale – PRANZO - 1ª settimana**

	<b>Primo Piatto/Piatto Unico</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	trenette al pesto minestra di verdure con riso pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	pollo alla cacciatora frittata salume formaggio insalatona	finocchi gratinati insalata verde e pomodori patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	pasta all'amatriciana tortellini burro e salvia pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di tacchino cordon bleu salume formaggio insalatona	cavolfiori gratinati insalata mista patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	gnocchi al pesto spaghetti aglio e olio pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	sogliola impanata insalata russa salume formaggio insalatona	carote prezzemolate insalata verde e carote patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	pasta alle vongole risotto alla milanese pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	bollito di manzo con salsa verde tonno fagioli e cipolle salume formaggio insalatona	purè di patate verze in insalata patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	gnocchetti sardi al ragù pasta tonno e piselli pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	bastoncini di pesce al forno pizza margherita salume formaggio insalatona	coste al formaggio finocchi in insalata patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Invernale – PRANZO - 2ª settimana**

	<b>Primo Piatto</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	pasta all'arrabbiata minestrone toscano con cannellini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cosce di pollo arrosto omelette al formaggio salume formaggio insalatona	verdure grigliate carote julienne patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	pasta al forno minestra di piselli pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di lonza crochette di spinaci e ricotta salume formaggio insalatona	spinaci al parmigiano insalata di stagione patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	risotto con funghi pasta al ragù pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	filetto di merluzzo al pomodoro insalata capricciosa salume formaggio insalatona	purè di patate finocchi in insalata patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	tortellini burro e salvia minestra di verdure con orzo pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	hamburger di manzo alla griglia soffricini al formaggio salume formaggio insalatona	spinaci saltati insalata di finocchi e sedano patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	pasta alla marinara risotto ai funghi pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	polpo in insalata con patate pizza alle verdure salume formaggio insalatona	carote prezzemolate insalata rucola e rucola patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Invernale – PRANZO - 3ª settimana**

	<b>Primo Piatto/Piatto Unico</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	pasta al pesto crema di zucca con crostini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	involtini alla valdostana polpettone di verdure salume formaggio insalatona	bietole saltate insalata verde patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	pasta alla carbonara gnocchi alla piemontese pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di pollo cordon bleu salume formaggio insalatona	patate con funghi insalata mista patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	pasta al forno risotto alla marinara pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	merluzzo alla livornese insalata russa salume formaggio insalatona	cavolfiori gratinati insalata verde e carote patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	pasta con salsiccia minestra di ceci con pasta pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	spezzatino di manzo sformato di patate e prosciutto salume formaggio insalatona	patate al forno insalata con finocchi patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	spaghetti alle vongole risotto ai carciofi pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	buridda di seppie pizza al prosciutto salume formaggio insalatona	broccoli saltati insalata verde e radicchio patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini

**Menù Invernale – PRANZO - 4ª settimana**

	<b>Primo Piatto</b>	<b>Secondo Piatto</b>	<b>Contorno</b>	<b>Frutta/Dessert</b>	<b>Pane/Bevande</b>
<b>Lunedì</b>	pasta alla boscaiola minestrone toscano con cannellini pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	rollé di tacchino omelette al prosciutto salume formaggio insalatona	verdure grigliate carote julienne patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Martedì</b>	lasagne alla bolognese risotto alla zucca pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	cotoletta di vitello crochette di patate salume formaggio insalatona	piselli e carote al burro insalata mista patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Mercoledì</b>	pasta con pomodoro e ricotta tortellini burro e salvia pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	verdure miste ripiene insalata capricciosa salume formaggio insalatona	puré di patate finocchi in insalata patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Giovedì</b>	risotto alla salsiccia minestra di verdure con orzo pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	arrosto di maiale al latte mozzarella in carrozza salume formaggio insalatona	finocchi gratinati insalata di finocchi e sedano patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini
<b>Venerdì</b>	risotto ai frutti di mare pasta ai quattro formaggi pasta o riso in bianco pasta o riso al pomodoro	platessa alla mugnaia pizza capricciosa salume formaggio insalatona	zucchine all'olio insalata verde e rucola patatine fritte	frutta yogurt dessert	pane grissini