



REGIONE BASILICATA
AZIENDA SANITARIA LOCALE DI POTENZA
Via Torraca, 2 – 85100 POTENZA
Cod. Fisc./P.IVA: 01722360763

U.O.C. Provveditorato/Economato
U.O. Provveditorato - Sede Amm.va di Lagonegro (Pz)
tel. 0973/48511
fax 0973/21730

DIETE – MENU’ – GRAMMATURE, ALLEGATE AL CAPITOLATO TECNICO PER LA PARTECIPAZIONE ALL’APPALTO SPECIFICO INDETTO DALL’AZIENDA SANITARIA LOCALE DI POTENZA ASP – VIA TORRACA, 2 – 85100 POTENZA PER L’AFFIDAMENTO DEL SERVIZIO DI PREPARAZIONE E SOMMINISTRAZIONE PASTI VEICOLATI AI DEGENTI E AL PERSONALE DIPENDENTE DEI PP.OO. DI LAURIA (PZ) E MARATEA (PZ) – LOTTO UNICO - NELL’AMBITO DEL BANDO ISTITUTIVO AVENTE AD OGGETTO IL SISTEMA DINAMICO DI ACQUISIZIONE DELLA PUBBLICA AMMINISTRAZIONE PER LA PRESTAZIONE DI SERVIZI DI RISTORAZIONE.

(Allegato 3)

DIETA LIBERA/ MENU' INVERNALE

I SETTIMANA PRANZO

I SETTIMANA CENA

LUNEDI	Pasta e legumi o pastina in brodo vegetale o riso al sugo Filetti di platessa in umido o prosciutto crudo Insalata di pomodori o insalata verde o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Mozzarella o arrosto di bovino adulto verdura lessa o piselli in umido Frutta fresca o cotta pane
MARTEDI	Pasta alla bolognese o all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Spezzatino di bovino adulto o mozzarella Insalata verde o verdura cotta o patate lesse Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o passato di verdure con pasta o riso Prosciutto crudo e ricotta o uova sode Fagiolini lessi o purè di patate o insalata verde Frutta fresca o cotta pane
MERCOLEDI	Pasta con verdure o al pomodoro o pastina in brodo vegetale Frittata o fesa di tacchino arrosto o tonno in scatola Piselli in umido o insalata di pomodori o insalata verde Frutta fresca o cotta pane	Passato di verdure con pastina o pastina in brodo vegetale Bovino adulto lesso o mozzarella Insalata verde o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
GIOVEDI	Pasta al forno o minestrone con riso o pastina in brodo vegetale Coscia di pollo al forno o prosciutto crudo Patate al forno o lesse o insalata verde Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto cotto e Formaggio dolce o bastoncini di merluzzo zucchine lesse o insalata di pomodori Frutta fresca o cotta pane
VENERDI	Pasta al tonno o pastina in brodo vegetale o risotto ai funghi Bastoncini di merluzzo o uova sode o mozzarella Insalata verde o verdura lessa Frutta fresca o cotta pane	Passato di verdure con pastina o pastina in brodo vegetale Ricotta o tonno in scatola o petto di pollo al limone purè di patate o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
SABATO	Riso e fagioli o pasta al pomodoro o pastina in brodo vegetale Arista di maiale o frittata o formaggio fresco Insalata verde o di pomodori o verdura cotta pane Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto cotto o polpette di bovino adulto ai ferri Insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
DOMENICA	Pasta al gratin o pastina in brodo vegetale involto di bovino adulto in umido o alla pizzaiola o ricotta Insalata verde o purè di patate o patate o al forno Frutta fresca o cotta Dolce pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Mozzarella o petto di tacchino arrosto verdura lessa o insalata di pomodori Frutta fresca o cotta pane

DIETA LIBERA MENU' INVERNALE

II SETTIMANA PRANZO

II SETTIMANA CENA

LUNEDI	Pasta e legumi o al pomodoro o pastina in brodo vegetale	Pastina in brodo vegetale o passato di verdura con pasta
---------------	--	--

	Bastoncini di merluzzo al forno o prosciutto crudo Insalata verde o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Mozzarella o involtino di bovino adulto in umido Zucchine lesse o insalata verde Frutta fresca o cotta pane
MARTEDI	Pasta al ragù vegetale o pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Petto di pollo agli aromi o mozzarella o tonno in scatola Piselli in umido o insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Passato di verdure con pastina o pastina in brodo vegetale Prosciutto cotto e mozzarella o polpette di bovino adulto Purè di patate o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
MERCOLEDI	Minestrone con pasta o pasta al pomodoro o pastina in brodo vegetale Frittata o fettina di bovino adulto alla pizzaiola o ricotta Insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Pollo lesso o tonno in scatola Insalata verde o fagiolini lessi Frutta fresca o cotta pane
GIOVEDI	Tortellini al pomodoro o pasta all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale arrosto di bovino adulto o prosciutto cotto Patate al forno o lesse o insalata di pomodori Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o passato di verdura con pasta Prosciutto crudo e formaggio tenero o uova sode carote lesse o insalata verde Frutta fresca o cotta pane
VENERDI	Risotto alla milanese o all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Platessa al forno o alla pizzaiola o mozzarella Insalata verde o insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Passato di verdure con pastina o pastina in brodo vegetale Fontina o tonno in scatola o petto di pollo agli aromi verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
SABATO	Riso o pasta con piselli o pastina in brodo vegetale polpettone di bovino adulto o tonno in scatola Fagiolini lessi o insalata verde pane Frutta fresca o cotta	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto cotto e ricotta o tonno in scatola Insalata di pomodori o verdura lessa Frutta fresca o cotta pane
DOMENICA	gnocchi al forno o pastina in brodo vegetale coscia di pollo al forno o prosciutto cotto o mozzarella Insalata verde o patate lesse o al forno Frutta fresca o cotta Dolce pane	Pastina in brodo vegetale o passato di verdure con pasta Mozzarella e prosciutto crudo o frittata verdura lessa o insalata verde Frutta fresca o cotta pane

DIETA LIBERA/MENU' ESTIVO

I SETTIMANA PRANZO

I SETTIMANA CENA

LUNEDI	Insalata di riso o pastina in brodo vegetale o riso al sugo Filetti di platessa in umido o prosciutto crudo Insalata di pomodori o insalata verde o verdura cotta	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Mozzarella o arrosto di bovino adulto verdura lessa o piselli in umido Frutta fresca o cotta
---------------	---	---

	Frutta fresca o cotta pane	pane
MARTEDI	Pasta alla bolognese o all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Spezzatino di bovino adulto o mozzarella Insalata verde o verdura cotta o patate lesse Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto crudo e ricotta o uova sode Fagiolini lessi o purè di patate o insalata verde Frutta fresca o cotta pane
MERCOLEDI	Pasta al pesto o al pomodoro o pastina in brodo vegetale Frittata o fesa di tacchino arrosto o tonno in scatola Piselli in umido o insalata di pomodori o insalata verde Frutta fresca o cotta pane	Riso all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Bovino adulto lesso o mozzarella Insalata verde o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
GIOVEDI	Pasta al forno con melanzane o pasta al pomodoro o pastina in brodo vegetale Coscia di pollo al forno o prosciutto crudo Patate al forno o lesse o insalata verde Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto cotto e Formaggio dolce o bastoncini di merluzzo zucchine lesse o insalata di pomodori Frutta fresca o cotta pane
VENERDI	Pasta al tonno o pastina in brodo vegetale o insalata di riso Bastoncini di merluzzo o uova sode o mozzarella Insalata verde o verdura lessa Frutta fresca o cotta pane	Riso all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Ricotta o tonno in scatola o petto di pollo al limone purè di patate o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
SABATO	Pasta con zucchine o pasta al pomodoro o pastina in brodo vegetale Arista di maiale o frittata o formaggio fresco Insalata verde o di pomodori o verdura cotta pane Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto cotto o polpette di bovino adulto ai ferri Insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
DOMENICA	Pasta al gratin o pastina in brodo vegetale involto di bovino adulto in umido o alla pizzaiola o ricotta Insalata verde o purè di patate o patate o al forno Frutta fresca o cotta Dolce pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Mozzarella o petto di tacchino arrosto verdura lessa o insalata di pomodori Frutta fresca o cotta pane

DIETA LIBERA MENU' ESTIVO

II SETTIMANA PRANZO

II SETTIMANA CENA

LUNEDI	Pasta e zucchine o al pomodoro o pastina in brodo vegetale Bastoncini di merluzzo al forno o prosciutto crudo Insalata verde o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Mozzarella o involto di bovino adulto in umido Zucchine lesse o insalata verde Frutta fresca o cotta pane
MARTEDI	Pasta al ragù vegetale o pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Petto di pollo agli aromi o mozzarella o tonno in	Passato di verdure con pastina o pastina in brodo vegetale Prosciutto cotto e mozzarella o polpette di

	scatola Piselli in umido o insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	bovino adulto Purè di patate o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
MERCOLEDI	Insalata di riso o pasta al pomodoro o pastina in brodo vegetale Frittata o fettina di bovino adulto alla pizzaiola o ricotta Insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Pollo lesso o tonno in scatola Insalata verde o fagiolini lessi Frutta fresca o cotta pane
GIOVEDI	Tortellini al pomodoro o pasta all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale arrosto di bovino adulto ai ferri o prosciutto cotto Patate al forno o lesse o insalata di pomodori Frutta fresca o cotta pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto crudo e formaggio tenero o uova sode carote lesse o insalata verde Frutta fresca o cotta pane
VENERDI	Risotto alla milanese o all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Platessa al forno o alla pizzaiola o mozzarella Insalata verde o insalata di pomodori o verdura cotta Frutta fresca o cotta pane	Riso all'olio e formaggio o pastina in brodo vegetale Fontina o tonno in scatola o petto di pollo al limone verdura cotta Frutta fresca o cotta pane
SABATO	Pasta al pesto o al pomodoro o pastina in brodo vegetale Arrosto di bovino adulto o tonno in scatola Fagiolini lessi o insalata verde pane Frutta fresca o cotta	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Prosciutto cotto e ricotta o tonno in scatola Insalata di pomodori o verdura lessa Frutta fresca o cotta pane
DOMENICA	gnocchi al forno o al pomodoro e basilico o pastina in brodo vegetale coscia di pollo al forno o prosciutto cotto o mozzarella Insalata verde o patate lesse o al forno Frutta fresca o cotta Dolce pane	Pastina in brodo vegetale o riso all'olio e formaggio Mozzarella e prosciutto crudo o frittata verdura lessa Frutta fresca o cotta pane

COLAZIONE

LATTE INTERO G. 200+ FETTE BISCOTTATE (N. 2) + ZUCCHERO 10.G + CAFFE D'ORZO Q.B O ORZO G. 200 O THE G. 200 O CAMOMILLA G. 200.+ PANINO G. 60 + BURRO G. 10 (MONOPORZIONE)+ MARMELLATA G. 25 (MONOPORZIONE)

GRAMMATURE GENERI ALIMENTARI AL NETTO DEGLI SCARTI E AL CRUDO

ALIMENTI	GRAMMATURE
PASTA O RISO ASCIUTTO	G. 100
PASTA O RISO PER MINESTRA	G. 60
GNOCCHI DI PATATE	G. 250
PASTA RIPIENA	G. 150
SEMOLINO	G. 40

PANE	G. 80
BOVINO E MAIALE	G.150
CARNE PER BOLOGNESE	G. 30
POLLAME (PETTO/FESA)	150
POLLAME ARROSTO E LESSO	G. 250 (COMPRESA LA PARTE NON EDIBILE)
PROSCIUTTO COTTO	G. 100
PROSCIUTTO CRUDO	G.100
FORMAGGIO FRESCO	G. 100
FORMAGGIO DOLCE	G.80
FORMAGGIO STAGIONATO	G.70
MOZZARELLA	G.100
RICOTTA	G.100
PROSCIUTTO +FORMAGGIO FRESCO/MOZZARELLA/RICOTTA	G.60+G.60
PROSCIUTTO +FORMAGGIODOLCE	G. 60+G.50
PROSCIUTTO +FORMAGGIO STAGIONATO	G. 60+G. 40
FUNGHI SURGELATI PER RISOTTO	G.100
TONNO PER PASTA	G.40
TONNO IN SCATOLA	G.80
PESCE	G. 180
PARMIGIANO O GRANA PER CONDIMENTO	G. 10
UOVA	N. 2
VERDURA PER MINESTRA E PASSATI	G. 150
LEGUMI FRESCHI O SURGELATI PER PASTA O RISOTTO	G. 70
LEGUMI SECCHI PER PASTA O RISOTTO	G. 50
POMODORI PER INSALATA	G. 150
VERDURE CRUDE PER INSALATA	G. 100
VERDURE COTTE E PATATE PER CONTORNO	G. 200
FAGIOLINI E PISELLI SURGELATI PER CONTORNO	G. 150
PURE'	G.150
LEGUMI SECCHI PER CONTORNO	G. 60
OLIO EXTRA VERGINE D'OLIVA PER CONDIMENTO	G. 10
PESTO PER PASTA	G. 40
MELENZANE/ZUCCHINE PER PASTA	G. 80
FRUTTA FRESCA	G. 200
OMOGENEIZZATO DI FRUTTA	N. 2
DOLCE	G.100
ACQUA	1 LT.