

REGIONE SICILIANA



E.R.S.U.- Messina

Ente Regionale per il diritto allo Studio Universitario

Via A. Ghibellina, 146 – 98123 Messina

**SPECIFICHE TECNICHE
RELATIVE AI MENU' PER CIASCUNA TIPOLOGIA DI UTENTI**

*Allegato n. 2
AL CAPITOLATO SPECIALE D'ONERI*

Marzo 2017

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

Struttura del pasto intero equivalente:

PRIMO	A scelta tra: 4 (per il pranzo), • 3 (per la cena): •	• 2 a base di pasta o riso conditi pasta o riso in bianco o al pomodoro •
ALTERNATIVA AL PRIMO	A scelta tra:	• contorno salume gr. 50 • • formaggio gr. 50
SECONDO	A scelta tra: 4 (per il pranzo), • 3 (per la cena): •	• 1 a base di carne, pesce o uova carne o hamburger alla griglia formaggio o verdure alla griglia • • formaggi e salumi • insalatona o arancini di riso
ALTERNATIVE AL SECONDO	A scelta tra:	• 2 contorni
CONTORNI	A scelta tra: 3 (per il pranzo), • 2 (per la cena): •	• 2 contorni cotti o crudi patatine fritte •
PANE		• 2 panini da g 50 • grissini
BEVANDA	A scelta tra:	• Acqua minerale alla spina • Bibita o birra alla spina

Struttura del pasto intero equivalente (pizza):

PIZZA	A scelta tra:	• Pizza margherita • Pizza farcita (almeno 3 scelte)*
PANE		• 2 panini da g 50 • grissini
CONTORNI	A scelta tra: 3 (per il pranzo), 2 • (per la cena): •	• 2 contorni cotti o crudi patatine fritte •
BEVANDA	A scelta tra:	• Acqua minerale alla spina • Bibita o birra alla spina

NB: Ogni giorno devono essere proposti almeno 3 scelte di pizza, oltre alla margherita; i tipi di pizza devono variare nella settimana.

Menù Invernale – PRANZO - 1ª settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta alla siciliana Risotto al curry Pasta o riso in bianco o pomodoro	Pollo alla cacciatora Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi gratinati Insalata verde e pomodori Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta all'amatriciana Tortellini burro e salvia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Filetti di merluzzo panati Cotoletta milanese Insalatona Formaggio panato Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure cotte miste Insalata mista Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Gnocchi al pesto Spaghetti aglio e olio Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sfere di patate Pidone al forno Insalatona Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Patate prezzemolate Insalata verde e carote Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Spaghetti alle vongole Pasta alla norma Pasta o riso in bianco o pomodoro	Spezzatino con patate Pollo al forno Insalatona Formaggio panato formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Funghi trifolati Insalata verde Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Pasta al ragù Linguine al salmone Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sfoglia caprese Wurstel e patatine Insalatona Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi in insalata Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

• **sono sempre disponibili le seguenti pietanze grill: fettine di carni rosse/carni bianche/hamburger/ wurstel di pollo/maiale**

Menù Invernale – PRANZO - 2^a settimana

	Primo Piatto	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta all'arrabbiata Risotto alla parmigiana Pasta o riso in bianco o pomodoro	Rollé di tacchino Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure grigliate Carote julienne Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta al forno Pasta al pesto Pasta o riso in bianco o pomodoro	Filetto di merluzzo al pomodoro Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Piselli al burro Insalata di stagione Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Risotto con funghi Pasta e ceci Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sofficini al formaggio Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi	Pizza margherita Pizza farcita	Puré di patate Finocchi in insalata Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Pasta ai quattro formaggi Tortellini burro e salvia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Cotoletta di tacchino Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi al burro Insalata di finocchi e sedano Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Pasta alla marinara Risotto ai funghi Pasta o riso in bianco o pomodoro	Involtoni alla valdostana Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Carote prezzemolate Insalata rucola e rucola Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

Menù Invernale – PRANZO - 3^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta al pesto Risotto alle verdure Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sformato di patate e prosciutto Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Patate al forno Insalata verde Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta alla carbonara Gnocchi alla piemontese Pasta o riso in bianco o pomodoro	Merluzzo alla livornese Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure cotte miste Insalata mista Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Pasta al forno Risotto alla marinara Pasta o riso in bianco o pomodoro	Cotoletta di lonza Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Cavolfiori gratinati Insalata verde e carote Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Cannelloni di magro Pasta con salsiccia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Spezzatino con patate Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Funghi trifolati Insalata con finocchi Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Spaghetti alle vongole Risotto ai carciofi Pasta o riso in bianco o pomodoro	Stoccafisso e patate Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Fagioli borlotti in insalata Insalata verde e radicchio Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

Menù Invernale – PRANZO - 4^a settimana

	Primo Piatto	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta alla boscaiola Pasta con piselli Pasta o riso in bianco o pomodoro	Arrotolato di tacchino Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure grigliate Carote julienne Patatine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Lasagne Risotto alla zucca Pasta o riso in bianco o pomodoro	Cernia in umido Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Piselli e carote al burro Insalata mista Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Linguine al salmone Tortellini burro e salvia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Verdure miste ripiene Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Puré di patate Finocchi in insalata Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Pasta ai quattro formaggi Risotto alla salsiccia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Polpettone di carne Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi gratinati Insalata di finocchi e Sedano Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Risotto ai frutti di mare Pasta alla carrettiera Pasta o riso in bianco o pomodoro	Platessa alla mugnaia Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Carote e patate lessate Insalata verde e rucola Patine fritte	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

Menù Invernale – CENA - 1ª settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta al ragù Riso al pomodoro Pasta o riso in bianco o pomodoro	Gateau di formaggio e prosciutto Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi	Pizza margherita Pizza farcita	Patate al forno Insalata verde	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta alla carbonara Risotto alla parmigiana Pasta o riso in bianco o pomodoro	Arrostito di manzo Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure cotte miste Insalata mista	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Risotto alla marinara Pasta alla carrettiera Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sofficini al formaggio Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Cavolfiori gratinati Insalata verde e carote	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Cannelloni di magro Riso ai carciofi Pasta o riso in bianco o pomodoro	Cotoletta di lonza Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Funghi trifolati Insalata con finocchi	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Spaghetti alle vongole Tortelloni burro e salvia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Platessa alla mugnaia Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Fagioli borlotti in insalata Insalata verde e radicchio	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

Menù Invernale – CENA - 2^a settimana

	Primo Piatto	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta alla boscaiola Pasta e ceci Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sformato di patate e prosciutto Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure grigliate Carote julienne	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta al salmone Riso al pomodoro Pasta o riso in bianco o pomodoro	Spiedini misti Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Piselli e carote al burro Insalata mista	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Lasagne Pasta all'amatriciana Pasta o riso in bianco o pomodoro	Verdure miste ripiene Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Purè di patate Finocchi in insalata	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Pasta alla carrettiera Risotto alla zucca Pasta o riso in bianco o pomodoro	Arrosto di manzo Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi gratinati Insalata di finocchi e Sedano	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Risotto ai frutti di mare Rigatoni formaggio e salsiccia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Seppioline con piselli Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Carote e patate lessate Insalata verde e rucola	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

Menù Invernale – CENA - 3^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta all'amatriciana Risotto alla marinara Pasta o riso in bianco o pomodoro	Tortino di verdure Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi gratinati Insalata verde e pomodori	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta aglio e olio Tortellini burro e salvia Pasta o riso in bianco o pomodoro	Arrosto di lonza agli agrumi Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure cotte miste Insalata mista	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Gnocchi al ragù Pasta aglio e olio Pasta o riso in bianco o pomodoro	Mozzarella in carrozza Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Patate prezzemolate Insalata verde e carote	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Spaghetti alle vongole Risotto ai funghi Pasta o riso in bianco o pomodoro	Cotoletta di tacchino Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Funghi trifolati Verze in insalata	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Pasta al ragù Pasta prosciutto e piselli Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sogliola impanata Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Coste al formaggio Finocchi in insalata	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina

Menù Invernale – CENA - 4^a settimana

	Primo Piatto	Secondo Piatto	Prodotti equivalenti	Contorno	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta all'arrabbiata Risotto alla milanese Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sformato di patate e prosciutto Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Verdure grigliate Carote julienne	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Martedì	Pasta all'arrabbiata Pasta al tonno Pasta o riso in bianco o pomodoro	Filetto di merluzzo al pomodoro Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Piselli al burro Insalata verde	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Mercoledì	Risotto con funghi Pasta al ragù Pasta o riso in bianco o pomodoro	Cosce di pollo arrosto Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Purè di patate Finocchi in insalata	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Giovedì	Pasta alle verdure Gnocchi alla romana Pasta o riso in bianco o pomodoro	Arrosto di manzo Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Finocchi al burro Insalata di finocchi e Sedano	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina
Venerdì	Pasta alla marinara Gnocchetti sardi al gorgonzola Pasta o riso in bianco o pomodoro	Sofficini al formaggio Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill*	Pizza margherita Pizza farcita	Carote prezzemolate Insalata rucola e ruola	Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina