

AZIENDA USL N.4 LANUSEI  
S. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione  
**Tabella dietetica**  
*Perdasdefogu*

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
<i>Lunedì</i>	Riso olio e parmigiano Trota agli aromi Verdure cotte trifolate Pane Frutta fresca	Zuppa di cereali e legumi Fettina alla milanese Patate al forno Pane Frutta	Pasta al sugo di pomodoro e bas. Formaggio Verdure cotte trifolate Pane Frutta	Malloreddus alla campidanese Formaggio Verdure trifolate Pane Frutta
<i>Martedì</i>	Pasta al sugo di tonno e funghi Pollo al limone Verdura fresca Pane Frutta	Lasagne al forno Scaloppine al limone Verdura fresca mista Pane Frutta Torta di mele	Minestrone di legumi Pollo arrosto Patate al forno Pane Frutta fresca	Pasta panna e prosciutto Bastoncini di pesce Verdure fresca Pane Frutta
<i>Mercoledì</i>	Tortellini in brodo di carne Manzo lessato Patate in verde Pane Frutta	Pasta al pomodoro e basilico Omelette al formaggio Verdura fresca Pane Frutta	Pasta ai broccoli Fettine ai ferri Verdura fresca Pane Frutta	Minestrone di verdure Pollo arrosto Patate al forno Pane Frutta
<i>Giovedì</i>	Pasta o polenta al sugo di pomodoro Bastoncini di pesce al forno Verdura fresca Pane Frutta	Culurgiones al sugo Brasato agli aromi Verdura fresca Pane Frutta	Pasta al ragù di carne Prosciutto crudo dolce Verdura cotta Pane Frutta	Risotto con funghi porcini Polpette al forno Verdure al forno Pane Frutta
<i>Venerdì</i>	Pasta al ragù di carne Uova alla coque Verdura fresca Pane Frutta	Risotto con piselli e pancetta Bastoncini di pesce al forno Verdure crude miste Pane Frutta	Risotto allo zafferano Polpettine di pesce al forno Verdura fresca Pane Frutta	Pasta al sugo di pom. e tonno Filetti di pesce al forno Verdura fresca mista Pane Frutta