



CITTÀ DI LANZO TORINESE
C.A.P. 10074 – PROVINCIA DI TORINO

SETTORE EDUCATIVO ED ASSISTENZIALE

Refezione

Residenza per Anziani

Descrizione

Piatti e Grammature

PRIMI

PIATTI	Grammi / persona
paste fresche, pasta per lasagne,	80
agnolotti, agnolotti di magro, tortellini (asciutti)	90
gnocchi	200
paste secche e riso asciutte	80
paste, riso, orzo, semolino in brodo	40
pasta ripiena in brodo	70
polenta	80 - 100
crostini	30 - 40
<u>pasta/riso/agnolotti in bianco o alla parmigiana</u>	
olio/burro	5
parmigiano	5
<u>pasta/riso/agnolotti al sugo di arrosto</u>	
sugo di arrosto	q.b.
parmigiano	5
<u>crema di asparagi/carote/ cipolle/ zucca/ zucchine/porri</u>	
zucca gialla/ cipolle/ carote/ zucchine/porri/asparagi	60
patata	50
olio	3
parmigiano	5
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
<u>sugo al pomodoro</u>	
pomodori pelati	70
olio	3
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
parmigiano	5
<u>condimento al pesto</u>	
basilico	q.b.
pinoli	5
parmigiano	5
olio	3

sugo al pomodoro fresco e basilico

pomodori freschi	70
basilico	q.b.
piante aromatiche	q.b.
olio	3

gnocchi di semolino

semolino	50
latte	20
parmigiano	7
uova pastorizzate	12
burro	3
olio	3
noce moscata	q.b.
sale	q.b.

gnocchi di patate

patate	40
farina bianca	30
uova pastorizzate	12
sale	q.b.

lasagne al forno

ragù di carne	
besciamelle:	
farina	5
latte	50
burro	5
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

minestra/passato di legumi

legumi: cannellini, piselli, ceci, lenticchie	40
patata	40
ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3

minestra di pasta e patate

patate	70
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

minestra di riso e piselli

riso	40
piselli	40
ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3

minestra di riso e spinaci

riso	40
spinaci	70
latte	q.b.
parmigiano	5
olio	3

minestra di riso e verza

riso	40
verza	70
parmigiano	5
olio	3

minestrina in brodo vegetale

brodo vegetale:

patate, cipolle, sedano, cipolla	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

Si richiede che le verdure impiegate per la preparazione del brodo di verdura vengano passate ed inserite nel brodo stesso.

Quando la stagionalità lo consente, alle sopraccitate verdure si aggiunge lo zucchini.

minestrone/passato di verdura

verdure miste: carote, zucchine o zucca, costine o coste, verza, porro, cipolla	70
patata	50
ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

minestrone tricolore

zucchine	40
carote	40
patata	40
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

ragù di carne o alla bolognese

pomodori pelati	70
carne di vitello tritata al momento	50
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

ragù di verdure

pomodori pelati	70
verdure miste: carote, zucchine, fagiolini, piselli, sedano, cipolla	70
piante aromatiche	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

sugo di funghi

pomodori pelati	70
funghi porcini o champignon	q.b.
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

sugo al tonno

pomodori pelati	70
tonno sott'olio sgocciolato	30
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
olio	3
sale	q.b.

sugo all'olio

parmigiano	7
olio	5
sale	q.b.

sugo alle melanzane

pomodori pelati	70
melanzane	60
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

sugo con olive e capperi

pomodori pelati	70
olive a rondelle verdi	7
capperi	q.b.
piante aromatiche e ortaggi tipo cipolla, sedano, carota, prezzemolo, origano, aglio	q.b.
vino bianco	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

condimento alla ricotta ed erba cipollina

ricotta	50
erba cipollina	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

sugo con piselli

pomodori pelati	70
piselli	30
verdure miste: carote, sedano, cipolla	40
piante aromatiche	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

pasta e fagioli

pasta	40
fagioli	40
ortaggi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q,b,

pizza margherita

pasta di pane	100
pomodori pelati	q.b.
olio	5
sale	q.b.

polenta

farina gialla	70
acqua	q.b.
olio	1
sale	q.b.

riso alla contadina

verdure miste: carote, piselli, sedano, cipolla	70
piante aromatiche	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

riso con la zucca/broccoli

zucca gialla/broccoli	70
patate	10
piante aromatiche	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

riso con patate

patate	500
piante aromatiche	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

risotto allo zafferano

zafferano	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

risotto primavera

verdure miste: carote, zucchine, fagiolini, piselli, sedano, cipolla	70
piante aromatiche	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

stracciatella

uovo	½
brodo vegetale	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

sugo alla papalina

piselli	20
piante aromatiche	q.b.
panna	q.b.

parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

zuppa di ceci e lattuga

ceci	70
lattuga	20
salvia	q.b.
pancetta	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

zuppa pane

pane	70
spinaci/erbette	20
aromi	q.b.
parmigiano	5
olio	3
sale	q.b.

SECONDI

PIATTI	GRAMMATURE
affettati misti (prosciutto cotto/crudo, bresaola, arrosto di tacchino, speck, pancetta)	60
formaggi tipo crescenza, robiola, mozzarella, ricotta, tomini, tipo annabella, stracchino, fontal, Berna, gorgonzola, certosa, italico.	70
tonno sott'olio ben sgocciolato	70
<u>albese</u>	
carne di vitello tagliata sottilissima oppure tritata	100
parmigiano a lamelle	q.b.
olio	3
limone	1×4
sale e pepe	q.b.
<u>arrosto di lonza/ tacchino/ vitello</u>	
fesa di tacchino, arrosto di vitello o lonza	100
olio	5
carote, cipolle, sedano	q.b.
aglio, rosmarino, salvia	q.b.
sale	q.b.
<u>arrosto di lonza al latte</u>	
arrosto di lonza	100
latte	q.b.
olio	q.b.
sale	q.b.
<u>bollito misto</u>	
carni miste per bollito	100
carota, patata, cipolla, sedano	q.b.
piante aromatiche	q.b.
olio	3
sale	q.b.
<u>castellana</u>	
prosciutto	50
formaggio tipo fontal	30
pane grattugiato	q.b.
olio	3
sale	q.b.
<u>coniglio in umido</u>	
bocconcini di coniglio	100

pomodori pelati	35
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
olio	3
sale	q.b.

coniglio al civet

Coniglio a pezzi fatto marinare in vino rosso con verdure	100
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
olio	6
sale	q.b.

cuori di merluzzo/platessa/palombo/cernia/pesce spada in umido

cuori di merluzzo/platessa/palombo/cernia/pesce spada	150
pomodori pelati	35
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
olio	3
sale	q.b.

flan di verdura/ tortino di verdure

uova	30
spinaci	30
patate	20
parmigiano	10
olio	7
aromi	q.b.
sale	q.b.

frittata con formaggio

uova	30
formaggio	40
olio	7
sale	q.b.

frittata di cipollotti freschi/ erbe/ spinaci/ verdure/ agli aromi

uova	50
cipollotti freschi/ erbe/ spinaci/ verdure/ agli aromi	50
olio	7
aromi	q.b.
sale	q.b.

insalata di pollo lesso

pollo	100
-------	-----

sedano	q.b.
olio	5
sale	q.b.
limone	q.b.

involtini di prosciutto

prosciutto	60
fontal	20
spinaci	10
olio	5
sale	q.b.

lingua in salsa

lingua	30
prezzemolo	q.b.
aglio	q.b.
olio	7
sale	q.b.

mozzarella in carrozza

mozzarella	80
fetta di pane	30
sale	q.b.

pesce al vapore, alla griglia ai ferri

pesce: halibut, cuori di merluzzo, palombo, pesce spada	150
erbe aromatiche	q.b.
olio	5
limone	q.b.
sale	q.b.

sogliola/ platessa alla milanese

filetto di platessa/ sogliola (peso netto)	150
uova pastorizzate	12
olio	7
pane grattugiato	q.b.
sale	q.b.
limone a parte	20

petti di pollo/ tacchino alla milanese

petti di pollo/ tacchino	100
uova pastorizzate	12

olio	7
pane grattugiato	q.b.
sale	q.b.
limone a parte	20

platessa/ sogliola/ trota/ cuori di merluzzo al forno

platessa/ sogliola/ trota/ cuori di merluzzo (peso netto)	150
olio	7
farina	q.b.
vino bianco	q.b.
trito di aromi	q.b.
sale	q.b.
limone a parte	q.b.

polpette in umido

carne di bovino o tacchino	80
pomodori pelati	35
olio	3
uova pastorizzate	10
parmigiano	7
latte	20
pane grattugiato	15
farina	q.b.
piante aromatiche e ortaggi	q.b.
sale	q.b.

prosciutto in gelatina

prosciutto cotto	30
sottaceti	q.b.
maionese	q.b.
gelatina	q.b.

rolata di vitello/ tacchino o rolatine di coniglio/ pollo

vitello/ tacchino/ coniglio/ pollo	80
prosciutto	10
olio	7
aromi	q.b.
sale	q.b.

scaloppina di vitello al limone /al marsala

scaloppina di vitello	100
farina	q.b.
olio	7
limone/marsala	q.b.

sale q.b.

sogliola alla mugnaia

sogliola 150

farina q.b.

burro 5

sale q.b.

spezzatino di tacchino/ vitello ai funghi

spezzatino di vitello/tacchino 100

pomodori pelati 20

funghi secchi ammollati q.b.

piante aromatiche e ortaggi q.b.

olio 5

sale q.b.

spezzatino di tacchino/ vitello con piselli

bocconcini di tacchino/vitello 80

pomodori pelati 20

piselli 20

piante aromatiche q.b.

olio 5

sale q.b.

spezzatino di tacchino/ vitello in umido

bocconcini di tacchino/vitello 100

pomodori pelati 20

cipolle, carote, sedano q.b.

piante aromatiche: aglio, rosmarino, salvia q.b.

olio 5

sale q.b.

svizzere alle erbe

carne di bovino 70

spinaci o erbette 20

uova pastorizzate 12

pane ammollato nel latte q.b.

olio 3

parmigiano 7

sale q.b.

svizzere in umido

carne di bovino 75

uova pastorizzate 12

pane ammollato nel latte q.b.

olio	3
parmigiano	7
sale	q.b.
pomodori pelati	20
cipolle, carote, sedano	q.b.
piante aromatiche: aglio, rosmarino, salvia	q.b.

tomini farciti

tomini	80
prezzemolo	q.b.
olio00	5
sale	q.b.

torta salata

pasta sfoglia surgelata	1 conf.
uova pastorizzate	150
ricotta	150
zucchine/spinaci	200
parmigiano	30
olio	10
sale	q.b.

zucchine/ cipolle ripiene

zucchine /cipolle bianche	100
carne tritata	50
parmigiano	7
pane grattugiato	20
uova pastorizzate	12
prezzemolo	q.b.
olio	5
sale	q.b.

Pomodori o uova ripiene

pomodoro grande	1
uovo sodo	1
maionese	q.b.
olio	5
tonno	1x4
sale	q.b.
capperi	q.b.
acciughe	q.b.

Brasato

Carne per brasato	100
farina	q.b.

olio	5
sale	q.b.
cipolle, carote, sedano	q.b.
piante aromatiche: aglio, rosmarino, salvia	q.b.
vino	q.b.
Salame di Turgia lessato/cotechino lessato	70

CONTORNI

PIATTI	GRAMMATURE
<u>Cipolline glassate</u>	
cipolline	100
olio	5
sale	q.b.
<u>Cipolline glassate in agrodolce</u>	
cipolline	100
olio	5
sale	q.b.
zucchero	3
aceto	q.b.
<u>Crocchette di patate</u>	
patate lesse	100
uova pastorizzate	8
parmigiano	5
prezzemolo	q.b.
olio	3
sale	q.b.
<u>Erbette o verdura cotta in genere</u>	
erbette o verdura cotta in genere	150
olio	7
limone	q.b.
sale	q.b.
<u>Erbette o verdura in genere al burro</u>	
erbette o verdura cotta in genere	150
burro	5
sale	q.b.
parmigiano	3
<u>Melanzane/zucchine al funghetto</u>	
Melanzane/zucchine	100
olio	7
prezzemolo	q.b.
sale	q.b.
<u>Melanzane dorate (al forno)</u>	
melanzane	100
olio	7
uova pastorizzate	7
pangrattato	q.b.

sale	q.b.
------	------

Zucchine in carpione

zucchine	100
olio	7
aceto	q.b.
sale	q.b.

Broccoletti/ carote/ finocchi erbette o verdura cotta in genere saltate in padella

broccoletti/ carote/ finocchi/erbette o verdura cotta in genere	130
olio	7
sale	q.b.

Fagiolini/ zucchine in umido

fagiolini/ zucchine	100
pomodori pelati	20
aromi	q.b.
olio	7
sale	q.b.

Finocchi/ cavolfiori gratinati

finocchi/ cavolfiori	170
olio	7
parmigiano	5
sale	q.b.

Insalata di fagiolini/ cavolfiori/ finocchi/ verza/ insalata verde o di vari tipi

insalata di fagiolini/ cavolfiori/ finocchi/ carote/verza/ insalata verde o di vari tipi	120
olio	7
aceto	q.b.
sale	q.b.

Pomodori in insalata

pomodori	100
olio	7
sale	q.b.
aromi (basilico, origano)	q.b.

Patate arrosto

patate	200
olio	7
sale	q.b.

aromi: rosmarino, aglio q.b.

Patate lesse

patate 200
olio 7
sale q.b.

Peperonata

peperoni gialli e rossi 150
cipolla 20
pomodori pelati 20
piante aromatiche q.b.
olio 5
sale q.b.

Purè

patate 120
latte 30 cc.
burro 7
sale q.b.

VARIE

PIATTI	GRAMMATURE
Pane comune	50
Pane integrale	60
Grissini/fette biscottate	30
Frutta fresca/cotta/passata/macedonia	150
Budino	125
Gelato	125

COLAZIONE

PIATTI	GRAMMATURE
Latte parzialmente scremato	150
yogurt	125
fette biscottate	30 (4)
pane	50
Biscotti secchi	30
marmellata	25

N.b.: I pesi sono riferiti agli alimenti crudi e al netto dello scarto