



**CONSULENZA, ANALISI, PROGETTAZIONE IN AMBITO
ALIMENTARE, AGRICOLO, AMBIENTALE**
Soc. cooperativa fondata nel 1979



C.N.R.
CONSIGLIO NAZIONALE DELLE RICERCHE

AREA DI RICERCA MILANO 1

**SPECIFICHE TECNICHE
RELATIVE AI MENU'**

Allegato n. 2
AL CAPITOLATO SPECIALE D'ONERI

Giugno 2010

SEDE E UFFICI

via A. Binda 19 - 20143 Milano - Tel. (02) 89122357/89122193 - Fax (02) 89122247
<http://www.conal.it> - e-mail: conal@conal.it

LABORATORIO DI ANALISI CHIMICHE E MICROBIOLOGICHE
via Modica 14/2 - 20143 Milano - Tel. (02) 89128612 - Fax (02) 89128594

UFFICI DECENTRATI

Terralba (OR) - viale Sardegna 79 - Tel. (0783) 83258 - Noto (SR) - c.so V. Emanuele 64/10 - Tel. (0931) 836591

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ ESTIVO - 1ª settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Bucatini all'amatriciana Minestra di verdure Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Pollo al forno Palombo alla marinara Omelette con formaggio e funghi	Fagiolini al burro Patate al forno Zucchine julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Insalata di riso Pasta e lenticchie Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Roastbeef all'inglese Filetto di sgombro ai ferri Crocchette di ricotta e spinaci	Erbette all'agro Piselli con cipolle Insalata di orzo Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Pasta al pesto Minestrone con riso Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Braciola di maiale alla milanese Nasello alla mugnaia Melanzane e peperoni ripieni	Carote all'olio Patate prezzemolate Peperoni in insalata Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Gnocchi alla sorrentina Riso e prezzemolo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Vitello tonnato Platessa impanata Gateaux di patate e formaggio	Caponata Melanzane alla griglia Insalata di pomodori Insalata di farro	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Pasta alle vongole Zuppa toscana Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Grigliata mista di carne Insalata di mare Pizza margherita	Zucchine trifolate Patate al forno Cetrioli in insalata Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ ESTIVO - 2^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Maccheroni alla siciliana Passato di verdura Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Scaloppe di pollo alla sorrentina Platessa dorata Rotolo di frittata e formaggio	Fagiolini al pomodoro Patate prezzemolate Zucchine julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Insalata di pasta Crema di patate con orzo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Arrosto di maiale al forno Merluzzo gratinato Parmigiana di melanzane	Melanzane trifolate Erbette all'agro Carote julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Tortelloni burro e salvia Zuppa di cereali Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Hamburger ai ferri Seppie con piselli Scamorza alla piastra	Coste all'olio Patate al vapore Peperoni in insalata Insalata di orzo e farro	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Gnocchi al pesto Pasta e fagioli Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Arrosto di vitello ripieno Nasello ai peperoni Mozzarella in carrozza	Zucchine all'agro Piselli al pomodoro Insalata di pomodori Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Linguine al salmone Minestra d'orzo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Straccetti di tacchino Filetto di platessa impanato Pizza alle verdure	Carote prezzemolate Patate al forno Insalata di mais Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ ESTIVO - 3^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta pomodoro e rucola Minestra di verdure Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Roastbeef al pepe verde Filetto di merluzzo gratinato Frittata con erbe e spinaci	Fagiolini all'olio Patate al forno Zucchine julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Pasta alla carrettiera Riso e ceci Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Cosciotto di maiale ai ferri Palombo dorato Verdure ripiene	Caponata Funghi trifolati Insalata di pomodori Insalata di farro	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Risotto ai carciofi Minestra di farro Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Tacchino curry e mele Salmone olio e limone Tortino di ricotta e spinaci	Zucchine all'agro Patate prezzemolate Insalata di mais Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Ravioli burro e salvia Riso e prezzemolo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Petto di pollo alla milanese Cernia in umido Fagottini di verdure	Erbette all'olio Fagioli all'uccelletto Peperoni in insalata Insalata d'orzo	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Spaghetti alle cozze Orzo e lenticchie Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Grigliata mista di carne Filetto di sogliola impanato Pizza capricciosa	Carote all'olio Patate al forno Cetrioli in insalata Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ ESTIVO - 4^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta all'arrabbiata Minestrone alla ligure Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Scaloppine di tacchino al limone Insalata di mare Omelette alle cipolle	Fagiolini al pomodoro Patate al vapore Ceci in insalata Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Linguine al pesto Pasta e fagioli Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Pollo alla diavola Merluzzo fritto Gateaux di patate e formaggio	Macedonia di verdure Melanzane al funghetto Carote julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Risotto gamberetti e zucchine Tortellini in brodo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Coniglio alla ligure Seppioline in umido Mozzarella in carrozza	Coste all'olio Patate prezzemolate Peperoni in insalata Insalata di farro e orzo	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Gnocchi al ragù di verdure Zuppa di farro Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Hamburger alla pizzaiola Nasello gratinato Melanzane alla parmigiana	Zucchine trifolate Spinaci saltati Insalata di pomodori Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Pasta alla pescatore Passato di verdura Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Pomodori e peperoni ripieni di carne Salmone al forno Pizza prosciutto e funghi	Carote all'olio Patate al forno Insalata di mais Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ INVERNALE - 1^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta all'amatriciana Minestrone di verdure Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Cotoletta alla milanese Trotta alle erbe Omelette al formaggio	Fagiolini al burro Patate al forno Carote julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Risotto alla paesana Pasta e fagioli Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Arrosto di lonza al latte Sgombro al vapore Scamorza alla piastra	Erbette all'agro Finocchi gratinati Insalata di carote Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Pizzoccheri alla valtellinese Crema di carciofi Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Pollo al forno Filetto di cernia alla griglia Polenta e gorgonzola	Carote all'olio Patate al vapore Insalata di carote e mais Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Lasagne alla bolognese Minestrone con pasta Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Bollito misto in salsa verde Filetto di merluzzo alla livornese Fagottino con ricotta e trevisana	Piselli alla pancetta Cavolfiori Insalata d'orzo Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Pasta alle vongole Zuppa toscana Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Grigliata mista Salmone al vapore Pizza margherita	Spinaci al forno Patate prezzemolate Cavolini di Bruxelles Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ INVERNALE - 2^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta al salmone Minestra d'orzo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Goulash all'Ungherese Filetto di pesce persico al forno Rotolo di frittata e formaggio	Fagiolini al pomodoro Patate al vapore Insalata d'orzo Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Pasta alla sorrentina Zuppa di ceci Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Scaloppine alla valdostana Filetto di nasello agli aromi Torta salata	Cavolfiori al forno Zucchine al forno Carote julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Gnocchi al ragù Minestrone di carciofi con riso Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Tagliata di manzo al pepe verde Palombo alla griglia Gateaux di patate e formaggio	Coste all'olio Patate al forno Insalata di finocchi Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Risotto alla salsiccia Tortellini in brodo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Brasato di manzo con polenta Filetto di merluzzo alla mugnaia Crocchette di ricotta e spinaci	Spinaci Cavolini di Bruxelles Insalata di farro Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Pasta alle vongole Zuppa di fagioli Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Salsiccia al forno Bastoncini di totano impanati Pizza al salame piccante	Carote prezzemolate Piselli alla cipolla Insalata di barbabietole Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ INVERNALE - 3^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta alla carbonara Minestra di riso Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Saltimbocca alla romana Sogliola impanata Omelette alle verdure	Piselli al burro Patate al forno Carote julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Risotto ai funghi Passato di verdura con crostini Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Pollo al curry Seppioline in umido Brie in crosta	Erbette all'agro Finocchi gratinati Insalata d'orzo Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Pasta alla puttanesca Riso e lenticchie Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Wurstel e crauti Salmone al forno Torta pasqualina	Carote all'olio Carciofi trifolati Insalata rossa Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Risotto alla milanese Pasta e fagioli Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Polenta e cassoeula Merluzzo gratinato Piadina	Caponata Cavolfiori all'olio Insalata di farro Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Pasta mare e monti Zuppa del casale Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Grigliata mista di carne Baccalà alla vicentina Pizza alle verdure	Spinaci saltati Patate al forno Cavolini di Bruxelles Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

MENÙ INVERNALE - 4^a settimana

	Primo Piatto/Piatto Unico	Secondo Piatto	Contorno	Frutta/Dessert	Pane/Bevande
Lunedì	Pasta ai quattro formaggi Risotto alla milanese Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Scaloppine di tacchino al limone Nasello al pepe Frittata con asparagi	Zucchine al forno Patate al vapore Insalata d'orzo e farro Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Martedì	Pizzoccheri alla valtellinese Pasta e ceci Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Polenta e brasato Filetto di sgombrò ai ferri Quiche lorraine	Cavolfiori al forno Fagiolini al pomodoro Carote julienne Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Mercoledì	Risotto alla marinara Minestrone alla toscana Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Cotoletta di pollo Filetto di pesce persico Torta salata	Coste all'olio Patate al prezzemolate Insalata di finocchi Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Giovedì	Lasagne Zuppa d'orzo Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Tagliata di manzo Merluzzo alla mugnaia Torta pasqualina	Spinaci lessati Piselli saltati Insalata rossa e verde Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino
Venerdì	Pasta al tonno Minestra di farro Pasta o riso in bianco Pasta o riso al pomodoro	Tacchino ai ferri Filetto di cernia in umido Pizza capricciosa	Carote prezzemolate Patate al forno Insalata di barbabietole Insalata mista	Frutta di stagione Dessert	Pane/grissini Acqua minerale naturale Acqua minerale gassata Bibita alla spina o in lattina Birra Vino

SPECIFICHE TECNICHE RELATIVE AI MENU

	Alternativa al Primo Piatto (1 a scelta)	Alternativa al Secondo Piatto (1 a scelta)	Alternativa a Frutta/Dessert
Tutti i giorni	Contorno Salumi (<i>porzione ridotta</i>) Formaggi (<i>porzione ridotta</i>) Frutta fresca o alternative	Bistecca alla piastra Formaggi (<i>porzione intera</i>) Salumi (<i>porzione intera</i>) Scatolame 1 contorno + 1 frutta 2 frutti di stagione o alternative	Yogurt Dessert al cucchiaino o confezionato Frutta o macedonia di frutta fresca Succo di frutta Brioches