

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'**

Allegato n. C/2
AL CAPITOLATO SPECIALE D'ONERI

2019

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. L'impasto delle pizze dovrà essere prodotto in loco, da stendere al momento della preparazione, condimento con prodotti freschi. É fatto divieto di servire pizza surgelata.

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 Patatine 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 Patatine 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 Patatine 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 | Involtini alla valdostana Insalatona Arancini di riso Formaggi e salumi Secondi grill* | Pizza margherita Pizza farcita | Carote prezzemolate Insalata rucola e rucola Patatine fritte | Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina |

Menù Invernale – PRANZO - 3ª 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 Patatine 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 Patatine 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 Patatine 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 Patatine 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 | Arrosto 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 - 2ª 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 - 3ª 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 rucola | Pane/grissini Acqua minerale alla spina Bibita alla spina Birra alla spina |