

|

**PROCEDURA APERTA PER L’AFFIDAMENTO DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE PRESSO IL
CENTRO DI PREPARAZIONE OLIMPICA “BRUNO ZAULI” DI FORMIA**

ALLEGATO N.3

Specifica tecnica relativa alle frequenze e alla composizione dei menu

STRUTTURA DEL MENU

La struttura del menu è variabile, pertanto dà la possibilità all'utente di scegliere, per ciascuna portata, tra più preparazioni gastronomiche tra loro equivalenti, componendo il proprio pasto secondo i gusti personali.

La struttura del menu giornaliero prevede:

▪ **Pranzo**

- Un primo piatto a scelta tra 4
- Un secondo piatto a scelta tra 4
- Un contorno a scelta tra 4 di cui 2 cotti e 2 crudi
- Tre frutti freschi, con garantita la variabilità giornaliera
- Un panino
- Acqua

▪ **Cena**

- Un primo piatto a scelta tra 4
- Un secondo piatto a scelta tra 4
- Un contorno a scelta tra 4 di cui 2 cotti e 2 crudi
- Due frutti freschi, con garantita la variabilità giornaliera
- Un panino
- Acqua

Struttura del pasto - PRANZO:

PRIMO	A scelta tra 4:	<ul style="list-style-type: none">• 1 a base di pasta o riso asciutti conditi o paste speciali• 1 minestra di verdura o legumi• 1 pasta o riso in bianco• 1 pastina o semolino in brodo
SECONDO	A scelta tra 4:	<ul style="list-style-type: none">• 1 a base di carne• 1 a base di pesce, verdure, formaggi o uova• 1 salume• 1 formaggio
CONTORNO	A scelta tra 4:	<ul style="list-style-type: none">• 2 contorni cotti• 2 contorno crudo
FRUTTA	A scelta tra 3:	<ul style="list-style-type: none">• 3 varietà giornaliera
PANE		<ul style="list-style-type: none">• 1 panino
ACQUA		<ul style="list-style-type: none">• acqua minerale in bottiglia

Struttura del pasto - CENA:

PRIMO	A scelta tra 4:	<ul style="list-style-type: none">• 1 a base di pasta o riso asciutti conditi
--------------	-----------------	---

		<ul style="list-style-type: none"> • 1 minestra di verdura o legumi • 1 pasta o riso in bianco • 1 pastina o semolino in brodo
SECONDO	A scelta tra 4:	<ul style="list-style-type: none"> • 2 a base di carne, pesce, verdure, formaggi o uova • 1 salume • 1 formaggio
CONTORNO	A scelta tra 4:	<ul style="list-style-type: none"> • 2 contorno cotti • 2 contorno crudo
FRUTTA	A scelta tra 2:	<ul style="list-style-type: none"> • 2 varietà giornaliere
PANE		<ul style="list-style-type: none"> • 1 panino
ACQUA		<ul style="list-style-type: none"> • acqua minerale in bottiglia

MENÙ COLAZIONE

Al fine dell'alimentazione degli Atleti presenti si indica che nella Colazione a Buffet si dovrà prevedere di far trovare i seguenti alimenti:

- Bevanda di Latte bianco (preferibilmente parzialmente scremato)
- Bevanda di Latte bianco + bevanda di orzo
- Bevanda di Caffè
- Bevanda di orzo
- Bevanda di The
- Bevanda al cacao
- Bevanda alla Camomilla
- Spremute di agrumi e succhi di frutta senza aggiunta di zucchero
- Yogurt naturale (magri e interi, alla frutta)
- Frutta di stagione (se possibile anche fette di melone d'inverno, fette di ananas, macedonia di frutta fresca non zuccherata, mele e prugne cotte senza aggiunta di zucchero)
- Fette biscottate (normali ed integrali)
- Cracker non salati (normali ed integrali)
- Fette di pane o panini (casereccio, senza sale, integrale)
- Pane bianco
- Pane integrale
- Brioches confezionata
- Fette biscottate
- Biscotti secchi Cereali soffiati (corn flakes normali, riso soffiato, fiocchi di avena ecc.)
- Brioches, oppure merendine oppure fette di torte casalinghe (brioches integrali tipo buoni integrali; oppure cornetti integrali al miele; oppure crostatine di marmellata; oppure torta di carote; oppure pan di Spagna; oppure tortine di frutta; oppure plum cake; oppure ciambellone al cacao; ecc.)
- Marmellata (mono-porzioni alberghiere).
- Miele (mono-porzioni alberghiere).
- Burro (mono-porzioni alberghiere).
- Monoporzioni di grana, fontina, groviera, formaggio dolce, formaggio spalmabile light, formaggini light.
- Fette di prosciutto cotto o crudo.
- Zucchero e dolcificante
- Limone monoporzione

NB: tutte le bevande sono ottenute da prodotti solubili

L'atleta può così comporre liberamente la sua prima colazione secondo le indicazioni individuali.

PASTI PER RICORRENZE

Il Fornitore deve garantire, senza alcun onere aggiuntivo, l'integrazione dei pasti da consumarsi in occasione di **ricorrenze particolari** (religiose o civili) concordate fino ad un massimo di n.5 annue.

La composizione del menu per il pranzo, in tali circostanze, deve comprendere:

- Primo piatto
- Secondo piatto
- Contorno
- Frutta
- Dolce (integrazione)
- Spumante (integrazione)
- Pane

Sempre in relazione alle esigenze degli Atleti a Pranzo e Cena dovranno essere previste le seguenti pietanze all'interno del menù:

- Pasta/riso al pomodoro o in bianco;
- Carne bianca o rossa da cuocere al momento, ai ferri;
- Piatto freddo (prosciutto(formaggi));
- Almeno due contorni, uno crudo e uno cotto.

FREQUENZA DI INSERIMENTO DELLE PREPARAZIONI GASTRONOMICHE

Il Fornitore per l'elaborazione del menu dovrà utilizzare le portate, le categorie di preparazioni gastronomiche e le frequenze previste per ciascuna categoria, nonché le grammature delle singole preparazioni gastronomiche.

Le frequenze sotto riportate fanno riferimento allo svolgimento del servizio per 7 giorni (pranzo e cena)

Preparazioni gastronomiche	PRANZO	CENA
	N° volte settimanali	N° volte settimanali
Primi Piatti:		
Preparazioni a base di paste speciali	2	-
Preparazioni a base di pasta asciutta condita	3	2
Preparazioni a base di riso asciutto condito	2	1
Minestre a base di verdura	4	2
Minestre a base di legumi	3	2
Pasta in bianco	4	4
Riso in bianco	3	3
Pastina in brodo	5	5
Semolino in brodo	2	2
Secondi Piatti:		
Preparazioni a base di carni rosse	3	1
Preparazioni a base di carni bianche	3	1
Preparazioni a base di carni di suino	1	1
Preparazioni a base di pesce	2	1
Preparazioni a base di verdure	2	1
Preparazioni a base di formaggi	1	1
Preparazione a base di uova	2	1
Salumi	7	7
Formaggi	7	7
Contorni:		
Contorni crudi	7	7
Contorni cotti	14	7
Frutta - Dessert:		
Frutta fresca di stagione	5	7
Dessert o dolce o yogurt	2	0
Pane o grissini		
Pane - grissini	7	7