



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1^ GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA PRIMARIA
Menu in vigore dal 04 dicembre 2017

| <u>1°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Lunedì | Pasta al sugo di pomodoro | Robiola o formaggio fresco spalmabile | Mesi invernali: patate al forno Mesi estivi: *fagiolini lessati | Frutta fresca |
| Martedì | Risotto allo zafferano | Cosce di pollo al forno | Carote in insalata | Frutta fresca |
| Mercoledì | Pizza margherita | Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati | Mesi invernali: finocchi in insalata Mesi estivi: insalata verde | Frutta fresca |
| Giovedì | Pasta al pesto | Sformato di*verdure | Mesi invernali: insalata verde Mesi estivi:pomodori in insalata | Frutta fresca |
| Venerdì | Minestra di verdura con orzo o pasta integrale | Tonno sott'olio | Patate lessate | Mousse di frutta |
| <u>2°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> |
| Lunedì | Mesi invernali: pasta all'olio extra vergine di oliva Mesi estivi: pasta al sugo di pinoli con erbe aromatiche | Carne di vitellone all'ucelletto | Purea di patate | Frutta fresca |
| Martedì | *Ravioli di magro al sugo di pomodoro | Mesi invernali: crocchette di *merluzzo al forno Mesi estivi:*merluzzo al verde con olive e capperi | Mesi invernali: *fagiolini saltati Mesi estivi:pomodori in insalata | Frutta fresca |
| Mercoledì | Mesi invernali: vellutata di zucca con riso Mesi estivi: riso all'olio extra vergine di oliva | Bocconcini di pollo gratinati al forno | Insalata mista | Frutta fresca |
| Giovedì | Pasta al pesto | Polpettone di *fagiolini | Mesi invernali: finocchi in insalata Mesi estivi:carote in insalata | Frutta fresca |
| Venerdì | *Lasagne al sugo di pomodoro | Mozzarella | Mesi invernali: carote alle erbe aromatiche Mesi estivi: zucchine trifolate | Frutta fresca |





COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLAPRIMARIA
Menu in vigore dal 04 dicembre 2017

| <u>3° SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Lunedì | Minestra di verdure con orzetti | *Bastoncini di merluzzo al forno | *Piselli stufati | Frutta fresca |
| Martedì | Pasta al sugo di pomodoro | Polpette di vitellone | Purea di patate | Frutta fresca |
| Mercoledì | Pasta al pesto | <u>Mesi invernali:</u> stracchino <u>Mesi estivi:</u> mozzarella | <u>Mesi invernali:</u> carote alle erbe aromatiche <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata | Frutta fresca |
| Giovedì | Riso all'olio extra vergine di oliva | Cosce di pollo al forno | <u>Mesi invernali:</u> cavolo cappuccio in insalata <u>Mesi estivi:</u> insalata verde | Frutta fresca |
| Venerdì | Pasta al sugo di pomodoro | Polpettine di legumi al forno | Insalata di carote e mais | Frutta fresca |
| <u>4°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> |
| Lunedì | Risotto allo zafferano | Sformato di *verdura | Carote in insalata | Frutta fresca |
| Martedì | <u>Mesi invernali:</u> *Lasagne al ragù di vitellone - bocconcino di parmigiano reggiano - Insalata verde <u>Mesi estivi:</u> pasta al ragù di vitellone | | | Succo di frutta |
| | Bocconcini di parmigiano reggiano | <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate | | |
| Mercoledì | Pasta integrale al sugo di pomodoro | Bocconcini di pollo con olive e pinoli | <u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata | Frutta fresca |
| Giovedì | <u>Mesi invernali:</u> minestra di verdure con riso <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con riso | Carne di vitellone all' uccelletto | Patate al forno | Frutta fresca |
| Venerdì | Pasta al pesto | Filetti di *merluzzo impanati al forno | *Fagiolini lessati | Frutta fresca |





COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1^ GRADO IN COABITAZIONE CON SCUOLA PRIMARIA
Menu in vigore dal 04 dicembre 2017

| <u>5°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Lunedì | Mesi invernali: crema di legumi con crostini Mesi estivi: pasta al ragù vegetale | Stracchino | Patate al forno | Frutta fresca |
| Martedì | Risotto allo zafferano | Hamburger vegetale | Mesi invernali: carote in insalata Mesi estivi: pomodori in insalata | Frutta fresca |
| Mercoledì | Pasta all'olio extravergine di oliva | Carne di vitellone alla pizzaiola | *Piselli | Frutta fresca |
| Giovedì | Carote e finocchi in insalata - Pizza con formaggio e prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati | | | Frutta fresca |
| Venerdì | Pasta al sugo di pomodoro | Filetti di *merluzzo gratinati al forno | Insalata verde e mais | Frutta fresca |
| <u>6°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> |
| Lunedì | Riso al sugo di pomodoro | Hamburger di vitellone e ketchup | Insalata verde | Frutta fresca |
| Martedì | Pasta al pesto | Stracchinata | Carote in insalata | Frutta fresca |
| Mercoledì | Pasta al sugo di pomodoro | Polpettone di *fagiolini | Insalata verde | Frutta fresca |
| Giovedì | Pasta all'olio extra vergine di oliva | Bocconcini di tacchino gratinati al forno | Mesi invernali: purea di patate Mesi estivi: patate lessate | Frutta fresca |
| Venerdì | Mesi invernali: minestra di verdure con pasta integrale Mesi estivi: minestra primavera con pasta integrale | *Bastoncini di merluzzo al forno | Mesi invernale: insalata di carote e mais Mesi estivi: pomodori in insalata | Frutta fresca |





NOTE

Mesi invernali: novembre/dicembre/gennaio/febbraio/marzo/dal 1° al 15 aprile

Mesi estivi: dal 16 al 30 aprile/maggio/giugno/luglio/agosto/settembre/ottobre

Pane integrale una o due volte la settimana

Le carote e i finocchi in insalata devono essere porzionati alla julienne

* prodotto surgelato - in caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

Caratteristiche dei prodotti utilizzati per la preparazione dei pasti

Carne bovina: 15% di produzione biologica - 85% prodotto tradizionale italiano (PAT), a filiera tracciata o certificata

Prodotti BIO :

-frutta fresca, purea di frutta, succhi e nettare di frutta, latte, pasta, riso, pomodori e prodotti trasformati, formaggio fresco, uova pastorizzate e yogurt 100%

-verdura e ortaggi, legumi, patate, farina, cereali, pane e prodotti da forno, olio extra vergine di oliva in percentuale variabile -

pesce 20% da acquacoltura biologica o pesca sostenibile

Prodotti DOP: parmigiano reggiano e basilico

Prodotti di Provenienza Italia: pomodori pelati, passata e polpa di pomodoro, carni avicole, prosciutto cotto, olio extra vergine di oliva

Le Imprese inoltre, in virtù delle offerte di gara, utilizzano ulteriori alimenti BIO, DOP e di Provenienza Italia

Redazione: Ufficio Nutrizione e Dietetica - Dietiste: Cinzia Pellegrini – Mariateresa Marrella

Con la collaborazione e approvazione della Asl 3 Liguria Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Data di emissione: 22 giugno 2017 3° revisione giugno 2019

