



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'uccelletto	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

