



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE  
SCUOLA SECONDARIA DI 1^ GRADO  
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	<u>Mesi invernali:</u> patate al forno <u>Mesi estivi:</u> *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	<u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> insalata verde	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Sformato di *verdure	<u>Mesi invernali:</u> insalata verde <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Venerdì	Minestra di verdura con crostini	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	<u>Mesi invernali:</u> pasta all'olio extra vergine di oliva <u>Mesi estivi:</u> 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	*Bastoncini di merluzzo al forno	<u>Mesi invernali:</u> *fagiolini saltati <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Riso all'olio extra vergine di oliva	Bocconcini di pollo gratinati al forno	Insalata mista	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	<u>Mesi invernali:</u> patate al verde <u>Mesi estivi:</u> carote in insalata	Frutta fresca
Venerdì	*Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	<u>Mesi invernali:</u> carote alle erbe aromatiche <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate	Frutta fresca





COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE  
SCUOLA SECONDARIA DI 1^ GRADO  
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 <u>Mesi estivi:</u> Pasta al ragù di vitellone	Bocconcino di parmigiano reggiano	<u>Mesi invernali:</u> insalata verde <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate	Succo di frutta
Mercoledì	Pasta 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 verdura 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 SECONDARIA DI 1^ GRADO  
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	<u>Mesi invernali:</u> crema di legumi con crostini <u>Mesi estivi:</u> pasta al ragù vegetale	Stracchino	Patate al forno	Frutta fresca
Martedì	Risotto allo zafferano	Hamburger vegetale	<u>Mesi invernali:</u> carote in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta all'olio extravergine di oliva	Carne di vitellone alla pizzaiola	*Piselli	Frutta fresca
Giovedì	Carote e finocchi alla julienne in insalata - Pizza con formaggio e prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati			Frutta fresca
Venerdì	Pasta al sugo di pomodoro	*Bastoncini di merluzzo 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	Panino con hamburger di vitellone e insalata - patatine al forno e ketchup - frutta fresca - budino al cioccolato			
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	*Bastoncini di merluzzo al forno	Mesi Invernali: insalata di carote e mais Mesi estivi: pomodori in insalata	Frutta fresca
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> minestra di verdure con pasta integrale <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con pasta integrale	Bocconcini di tacchino gratinati al forno	<u>Mesi invernale:</u> purea di patate <u>Mesi estivi:</u> patate lessate	Frutta fresca





COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE  
SCUOLA SECONDARIA DI 1^ GRADO  
Menu in vigore dal 04 dicembre 2017

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

