



Comune di Genova
Ristorazione scolastica

GENOVA
MORE THAN THIS

MENU SCUOLA SECONDARIA

1[^]REVISIONE MENU IN VIGORE DAL 04 DICEMBRE 2017



PRIMA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	Farro al sugo di pomodoro	Robiola o formaggio fresco spalmabile	<u>Mesi invernali:</u> * spinaci saltati <u>Mesi estivi:</u> *fagiolini lessati	Frutta fresca
Martedì	Risotto allo zafferano	Cosce di pollo al forno	Carote in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta al pesto	Sformato di *verdura	<u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Giovedì	Pizza margherita	Prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati	Insalata verde	Frutta fresca
Venerdì	Minestra di verdura con orzo o pasta integrale	Tonno sott'olio	Patate lessate	Mousse di frutta



SECONDA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	<u>Mesi invernali:</u> pasta all'olio extra vergine di oliva <u>Mesi estivi:</u> pasta con crema di zucchine	Carne di # vitellone all'ucelletto	Purea di patate	Frutta fresca
Martedì	*Ravioli di magro al sugo di pomodoro	<u>Mesi invernali:</u> crocchette di *merluzzo al forno <u>Mesi estivi:</u> *merluzzo al verde con olive e capperi	<u>Mesi invernali:</u> * fagiolini saltati <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	<u>Mesi invernali:</u> vellutata di zucca con riso <u>Mesi estivi:</u> riso all'olio extravergine di oliva	Bocconcini di pollo gratinati al forno	Insalata mista	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Polpettone di *fagiolini	<u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> carote alla julienne 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

TERZA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	Riso all'olio extravergine di oliva	*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 sugo di *pesce (merluzzo) o con ragù di trota iridea	<u>Mesi invernali:</u> stracchino <u>Mesi estivi:</u> mozzarella	<u>Mesi invernali:</u> carote alle erbe aromatiche al forno <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Giovedì	Minestra di verdure con farro o orzo	Cosce di pollo al forno	<u>Mesi invernali:</u> cavolo cappuccio in insalata <u>Mesi estivi:</u> insalata verde	Frutta fresca
Venerdì	Pasta al pesto	Polpettine di legumi al forno	Insalata di carote e mais	Frutta fresca



QUARTA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	Risotto allo zafferano	Sformato di * verdura	Insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al ragù di # vitellone	Bocconcino di parmigiano reggiano	<u>Mesi invernali:</u> carote alla julienne in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Succo di frutta
Mercoledì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Bocconcini di pollo con olive e pinoli	<u>Mesi invernali:</u> finocchi alla julienne in insalata <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Carne di #vitellone all'uccelletto	Patate al forno	Frutta fresca
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> crema di legumi con riso <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con riso	Filetti di * halibut o * merluzzo impanati al forno	* Fagiolini lessati	Frutta fresca

QUINTA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	<u>Mesi invernali:</u> minestra di verdura con pasta integrale <u>Mesi estivi:</u> pasta integrale 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 extra vergine 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	Medaglioni di trota gratinati al forno	Insalata verde e mais	Frutta fresca
				
SESTA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	Panino con hamburger di vitellone e insalata, patatine al forno e ketchup Frutta fresca e budino al cioccolato			
Martedì	Pasta al pesto	Stracchinata	Carote in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta all'olio extra vergine di oliva	Bocconcini di tacchino gratinati al forno	<u>Mesi invernali:</u> purea di patate <u>Mesi estivi:</u> patate e peperoni al forno	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al ragù di lenticchie (rosse decorticate)	*Polpettone di fagiolini	<u>Mesi invernali:</u> finocchi alla julienne in insalata <u>Mesi estivi:</u> carote alla julienne in insalata	Frutta fresca
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> crema di legumi con crostini <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con pasta integrale	*Bastoncini di merluzzo al forno	<u>Mesi invernali:</u> insalata verde <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca



© Cattura rettangolare

CALENDARIO ANNO SCOLASTICO 2017/2018 dal 4 dicembre 2017

dicembre

menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu
								6 SETTIMANA
2 SETTIMANA	4	5	6	7	8	9	10	1 SETTIMANA
3 SETTIMANA	11	12	13	14	15	16	17	2 SETTIMANA
4 SETTIMANA	18	19	20	21	22	23	24	3 SETTIMANA
5 SETTIMANA	25	26	27	28	29	30	31	4 SETTIMANA

gennaio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu
1	2	3	4	5	6	7	4 SETTIMANA
8	9	10	11	12	13	14	5 SETTIMANA
15	16	17	18	19	20	21	6 SETTIMANA
22	23	24	25	26	27	28	1 SETTIMANA
29	30	31					2 SETTIMANA

febbraio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

marzo

menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu
2 SETTIMANA				1	2	3	4	
3 SETTIMANA	5	6	7	8	9	10	11	1 SETTIMANA
4 SETTIMANA	12	13	14	15	16	17	18	2 SETTIMANA
5 SETTIMANA	19	20	21	22	23	24	25	3 SETTIMANA
6 SETTIMANA	26	27	28	29	30	31		4 SETTIMANA
								5 SETTIMANA

aprile

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu
						1	5 SETTIMANA
2	3	4	5	6	7	8	6 SETTIMANA
9	10	11	12	13	14	15	1 SETTIMANA
16	17	18	19	20	21	22	2 SETTIMANA
23	24	25	26	27	28	29	3 SETTIMANA
30							

maggio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

giugno

menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu
3 SETTIMANA				1	2	3		
4 SETTIMANA	4	5	6	7	8	9	10	2 SETTIMANA
5 SETTIMANA	11	12	13	14	15	16	17	3 SETTIMANA
6 SETTIMANA	18	19	20	21	22	23	24	4 SETTIMANA
1 SETTIMANA	25	26	27	28	29	30		5 SETTIMANA
								6 SETTIMANA

luglio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu
						1	6 SETTIMANA
2	3	4	5	6	7	8	1 SETTIMANA
9	10	11	12	13	14	15	2 SETTIMANA
16	17	18	19	20	21	22	3 SETTIMANA
23	24	25	26	27	28	29	4 SETTIMANA
30	31						

agosto

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



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

carne bovina, prodotto tradizionale italiano a filiera tracciata o a filiera certificata inserito nell'elenco approvato dal Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali .

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

Pane integrale una o due volte la settimana

PRODOTTI BIO, DOP E DI PROVENIENZA ITALIA distribuiti in tutti i lotti.

PRODOTTI BIO : pasta, riso, formaggio fresco, pomodori pelati, uova pastorizzate, legumi secchi, mousse di frutta e succhi di frutta.

PRODOTTI DOP: parmigiano reggiano e basilico.

PRODOTTI DI PROVENIENZA ITALIA: latte utilizzato per il formaggio e grano utilizzato per la pasta di semola.

Le imprese in virtù delle offerte di gara utilizzano ulteriori alimenti biologici e DOP, visionabili presso i refettori scolastici e nel sito del Comune di Genova

Redazione:

Ufficio Nutrizione e Dietetica Dietiste: Cinzia Pellegrini – Mariateresa Marrella

Collaborazione e approvazione dell' Asl 3 Liguria - Igiene degli Alimenti e della Nutrizione



**Nel sito del Comune di Genova sono disponibili ulteriori informazioni
relative al menu scolastico:**

DIETE SPECIALI

RICETTARI

E ALTRO ...

