



Comune di Genova
Ristorazione scolastica

GENOVA
MORE THAN THIS

MENU SCUOLA INFANZIA E RELATIVE COABITAZIONI

MENU IN VIGORE DAL 4 DICEMBRE 2017



2 revisione maggio 2018

PRIMA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
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	Insalata verde	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al pesto	Sformato di * verdure	<u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	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 sugo di pinoli ed erbe aromatiche	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 extra vergine 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 in insalata	Frutta fresca
Venerdì	* Lasagne al sugo di pomodoro	Mozzarella	<u>Mesi invernali:</u> carote alle erbe aromatiche <u>Mesi estivi:</u> zucchini trifolati	Frutta fresca

TERZA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
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 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	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 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 * verdure	Insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta al ragù di vitellone	Bocconcino di parmigiano reggiano	<u>Mesi invernali:</u> carote in insalata <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate	Succo di frutta
Mercoledì	* Lasagne 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	Pasta al pesto	Carne di vitellone all'ucelletto	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 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	Minestra di verdure con farro o orzo	Pizza margherita		Frutta fresca
Venerdì	Pasta al sugo di pomodoro	Medaglioni di trota o filetti di * merluzzo gratinati al forno	Insalata verde e mais	Frutta fresca



SESTA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	Riso al sugo di pomodoro	Hamburger di vitellone (ketchup per scuola primaria e secondaria di 1° grado)	Insalata verde	Frutta fresca
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 lessate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta al ragù di lenticchie (rosse decorticate)	Polpettone di * fagiolini	<u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> carote in insalata	Frutta fresca
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> minestra di verdura con pasta integrale <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



MERENDE

Sezione Primavera

	PRIMA SETTIMANA	SECONDA SETTIMANA	TERZA SETTIMANA
Lunedì	**Latte intero e biscotti prima infanzia (cucina diretta) Mousse di frutta (pasti veicolati)	Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)	**Latte intero e biscotti prima infanzia ai cereali misti(cucina diretta) Frutta fresca (pasti veicolati)
Martedì	Yogurt alla frutta	Banana	<u>Mesi invernali:</u> pane e olio extra vergine di oliva <u>Mesi estivi:</u> * gelato fiordilatte
Mercoledì	Banana	**Latte intero e fiocchi di cereali (cucina diretta) Yogurt alla frutta (pasti veicolati)	Banana
Giovedì	Pane e marmellata	Focaccia	Mousse di frutta
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> yogurt alla frutta <u>Mesi estivi:</u> * gelato fiordilatte	Yogurt alla frutta	Yogurt alla frutta
	QUARTA SETTIMANA	QUINTA SETTIMANA	SESTA SETTIMANA
Lunedì	Torta casalinga allo yogurt	**Latte intero e fiocchi di cereali (cucina diretta) Yogurt alla frutta (pasti veicolati)	Torta casalinga di carote
Martedì	Frutta fresca	Banana	**Latte intero e biscotti prima infanzia ai cereali misti(cucina diretta) Mousse di frutta (pasti veicolati)
Mercoledì	Yogurt alla frutta	<u>Mesi invernali:</u> pane e marmellata <u>Mesi estivi:</u> * gelato fiordilatte	Banana
Giovedì	Pane e olio extra vergine di oliva	Frutta fresca	Pane e marmellata
Venerdì	Banana	Yogurt alla frutta	Yogurt alla frutta



CALENDARIO ANNO SCOLASTICO 2018/2019



settembre

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

ottobre

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

novembre

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

dicembre

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

gennaio

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

febbraio

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

marzo

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

aprile

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

maggio

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

giugno

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

luglio

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

agosto

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

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

** latte intero fresco o pastorizzato ad alte temperature.

Per bimbi Sezione Primavera

A seconda dell'orario concordato in ogni singola scuola l'utente potrà consumare la colazione o la merenda.

- Colazione - Cucine dirette: **latte intero e biscotti prima infanzia . Pasti veicolati: succo di frutta e biscotti prima infanzia

- Le carote e i finocchi possono essere confezionati in insalata o lessati

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, latte fresco, olio extra vergine di oliva, latte fresco (colazione sezione primavera).

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

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

