



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SEZIONE PRIMAVERA
Menu anno scolastico 2022-2023

| <u>1°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> | <u>MERENDA</u> |
|--------------------|--|-----------------------------------|---|---------------------------|--|
| Lunedì | Pansotti o ravioli di magro al burro e salvia | *Bastoncini di merluzzo | Insalata verde e mais | Frutta fresca di stagione | Latte intero e biscotti prima infanzia(cucina diretta) Mousse di frutta e biscotti prima infanzia (pasti veicolati) |
| Martedì | Pasta al pesto | Polpettine di *piselli | Carote in insalata | Frutta fresca di stagione | Pane e olio extra vergine di oliva |
| Mercoledì | Pizza margherita | Prosciutto cotto | Mesi invernali: cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: pomodori in insalata | Frutta fresca di stagione | Banana |
| Giovedì | Mesi invernali: vellutata di zucca con riso Mesi estivi: vellutata di zucchine con riso | Carne di vitellone all'uccelletto | Patate lesate | Frutta fresca di stagione | Mesi invernali: yogurt alla frutta Mesi estivi: *gelato fiordilatte |
| Venerdì | Pasta al sugo pomodoro | Sformato di *verdure | Insalata verde | Frutta fresca di stagione | Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati) |
| <u>2°SETTIMANA</u> | <u>1°PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> | <u>MERENDA</u> |
| Lunedì | Minestra di verdure con pasta | Coscia di pollo al forno | Carote in insalata | Frutta fresca di stagione | Pane e marmellata |
| Martedì | Risotto allo zafferano | Filetti di *merluzzo gratinati | Mesi invernali: finocchi in insalata Mesi estivi: pomodori in insalata | Frutta fresca di stagione | Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati) |
| Mercoledì | Pasta all' olio extra vergine di oliva | Bocconcini di lonza alle mele | Patate al forno | Mousse di frutta | Mesi invernali: torta casalinga allo yogurt Mesi estivi:*gelato fiordilatte |
| Giovedì | Pasta al ragù di vitellone | Parmigiano reggiano | Mesi invernali: *fagiolini saltati Mesi estivi: zucchine trifolate | Frutta fresca di stagione | Focaccia |
| Venerdì | Pasta al pesto | Hamburger vegetale | Insalata verde e mais | Frutta fresca di stagione | Yogurt alla frutta |



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SEZIONE PRIMAVERA
Menu anno scolastico 2022-2023

| <u>3° SETTIMANA</u> | <u>1° PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> | <u>MERENDA</u> |
|---------------------|--|---|---|---------------------------|--|
| Lunedì | Riso al sugo di pomodoro | Polpettone di *fagiolini | Insalata mista (verde, carote e olive verdi) | Frutta fresca di stagione | Latte intero e biscotti prima infanzia (cucina diretta) Frullato pronto e biscotti prima infanzia (pasti veicolati) |
| Martedì | Mesi invernali: minestra di verdure con orzetti Mesi estivi: minestra primavera con orzetti | Mesi invernali: Pizza margherita Mesi estivi: Mozzarella | Mesi estivi: pomodori in insalata | Frutta fresca di stagione | Banana |
| Mercoledì | Pasta al burro | Bocconcini di pollo con olive e pinoli | Patate al forno | Frutta fresca di stagione | Torta margherita |
| Giovedì | Pasta al pesto | Arrosto di lonza | *Bietole con parmigiano | Frutta fresca di stagione | Mesi invernali: Yogurt alla frutta Mesi estivi: *gelato fiordilatte |
| Venerdì | Pasta all'olio extra vergine di oliva | Crocchette di *pesce | Insalata verde | Frutta fresca di stagione | Pane e olio extra vergine di oliva |
| <u>4° SETTIMANA</u> | <u>1° PIATTO</u> | <u>2° PIATTO</u> | <u>CONTORNO</u> | <u>FRUTTA/ DESSERT</u> | <u>MERENDA</u> |
| Lunedì | Risotto allo zafferano | Mesi invernali: stracchino Mesi estivi: mozzarella | Mesi invernali: *fagiolini saltati Mesi estivi: pomodori in insalata | Frutta fresca di stagione | Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati) |
| Martedì | Mesi invernali: crema di piselli o fagioli cannellini con crostini Mesi estivi: minestra primavera con riso | Polpette di vitellone | Insalata verde | Frutta fresca di stagione | Mesi invernali: torta casalinga allo yogurt Mesi estivi: *gelato fiordilatte |
| Mercoledì | Pasta al pesto | Mesi invernali: *filetti di merluzzo impanati Mesi estivi: filetti di *merluzzo al verde con olive e capperi | Carote in insalata | Frutta fresca di stagione | Yogurt alla frutta |
| Giovedì | Pasta al sugo di pomodoro | Bocconcini di tacchino gratinati | Purea di patate | Frutta fresca di stagione | Focaccia |
| Venerdì | Pasta all'olio extra vergine di oliva | Torta pasqualina | | Budino al cioccolato | Frutta fresca di stagione |



COMUNE DI GENOVA - RISTORAZIONE
SEZIONE PRIMAVERA
Menu anno scolastico 2022-2023

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 per il gelato il periodo estivo va da maggio a settembre

Pane integrale due volte la settimana

* 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

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

N.B. A seconda dell'orario di frequenza concordato in ogni singola scuola, l'utente potrà consumare la colazione o la merenda.

INDICAZIONI TAGLIO ALIMENTI PER I BIMBI DELLA SEZIONE PRIMAVERA

Non tagliare nessun alimento a rondelle

Tagliare la mozzarella a piccoli dadini

Sminuzzare finemente il pesce

Tagliare a piccoli pezzetti: carote, finocchi, pomodori, olive, mele e pere

Caratteristiche dei prodotti utilizzati per la preparazione dei pasti

Carne bovina (vitellone) 15% di produzione biologica - 85% prodotto tradizionale italiano (PAT)

Prodotti BIO100%:frutta fresca, purea di frutta, succhi e nettare di frutta, latte, pasta, riso, pomodori e prodotti trasformati, formaggio fresco, uova pastorizzate e yogurt in

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

20% pesce 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

Approvato dalla Asl 3 Liguria Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Data di emissione: settembre 2020 - 2 revisione giugno 2022