



Comune di Genova  
Ristorazione scolastica

**(GE  
NO)  
VA**  
MORE THAN THIS

# MENU SCUOLA SECONDARIA

*AVVIO MENU SPERIMENTALE  
DAL 04 DICEMBRE 2017*



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




SECONDA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	<u>Mesi invernali:</u> pasta bio con crema di broccoli <u>Mesi estivi:</u> pasta bio con crema di zucchine	Carne di # vitellone all'ucelletto	Purea di patate	Frutta fresca
Martedì	*Ravioli di magro al sugo di pomodoro bio	<u>Mesi invernali:</u> crocchette di *merluzzo al forno con ovo prodotto bio <u>Mesi estivi:</u> *merluzzo al verde con olive e capperi	<u>Mesi invernali:</u> *biete lessate <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	<u>Mesi invernali:</u> vellutata di zucca con riso bio <u>Mesi estivi:</u> riso bio all'olio extravergine di oliva	Bocconcini di pollo impanati con ovo prodotto bio	Insalata mista	Frutta fresca
Giovedì	Pasta bio al pesto	Polpettone di *fagiolini bio con ovo prodotto bio	<u>Mesi invernali:</u> finocchi in insalata <u>Mesi estivi:</u> carote da sgranocchiare	Frutta fresca
Venerdì	*Lasagne al sugo di pomodoro bio	Mozzarella bio	<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 bio all'olio extravergine di oliva	*Bastoncini di merluzzo al forno	*Piselli stufati	Frutta fresca
Martedì	Pasta bio al sugo di pomodoro bio	Polpette di # vitellone con ovo prodotto bio	Purea di patate	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta bio al sugo di *pesce (merluzzo) o con ragù di trota iridea con pomodoro bio	<u>Mesi invernali:</u> stracchino bio <u>Mesi estivi:</u> mozzarella bio	<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 bio al pesto	Polpette di legumi bio al forno con ovo prodotto e ricotta bio	Insalata di carote e mais	Frutta fresca



QUARTA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	<u>Mesi invernali:</u> vellutata di porro e patate con crostini <u>Mesi estivi:</u> riso bio all'olio extra vergine di oliva	Sformato di * verdura con ricotta e ovo prodotto bio	Insalata verde	Frutta fresca
Martedì	Pasta bio al ragù di # vitellone con pomodoro bio	Bocconcino di parmigiano reggiano	<u>Mesi invernali:</u> carote da sgranocchiare <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Succo di frutta bio
Mercoledì	* Lasagne al sugo di pomodoro bio	Bocconcini di pollo con olive e pinoli	<u>Mesi invernali:</u> finocchi da sgranocchiare <u>Mesi estivi:</u> zucchine trifolate	Frutta fresca
Giovedì	Pasta bio al pesto	Tortino di legumi (fagioli)bio e * verdure con ovo prodotto e ricotta bio	<u>Mesi invernali:</u> carote in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> crema di legumi bio con riso bio <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con riso bio	Filetti di * halibut o * merluzzo impanati al forno con ovo prodotto bio	* Fagiolini lessati bio	Frutta fresca

QUINTA SETTIMANA	PRIMO PIATTO	SECONDO PIATTO	CONTORNO	FRUTTA O DESSERT
Lunedì	<u>Mesi invernali:</u> minestra di verdura con pasta integrale bio <u>Mesi estivi:</u> pasta integrale bio al ragù vegetale con pomodoro bio	Stracchino bio	Patate al forno	Frutta fresca
Martedì	Risotto bio allo zafferano	Hamburger vegetale con ovo prodotto bio	<u>Mesi invernali:</u> carote in insalata <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta bio all'olio extra vergine di oliva	Carne di vitellone alla pizzaiola con pomodoro bio	*Piselli	Frutta fresca
Giovedì	Carote e finocchi alla julienne in insalata Pizza con pomodoro e formaggio bio e prosciutto cotto di coscia nazionale senza polifosfati			Frutta fresca
Venerdì	Pasta bio al sugo di pomodoro bio	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 con ovo prodotto bio e insalata, patatine al forno e ketchup Frutta fresca e budino al cioccolato			
Martedì	Pasta integrale bio al pesto	Stracchinata con ovo prodotto e stracchino bio	Carote in insalata	Frutta fresca
Mercoledì	Pasta bio all'olio extra vergine di oliva	Bocconcini di tacchino impanati al forno con ovo prodotto bio	<u>Mesi invernali:</u> purea di patate <u>Mesi estivi:</u> patate e peperoni al forno	Frutta fresca
Giovedì	Pasta bio al ragù di lenticchie bio (rosse decorticate) con pomodoro bio	*Polpettone di fagiolini bio con ovo prodotto bio	<u>Mesi invernali:</u> finocchi da sgranocchiare <u>Mesi estivi:</u> carote da sgranocchiare	Frutta fresca
Venerdì	<u>Mesi invernali:</u> crema di legumi bio con crostini <u>Mesi estivi:</u> minestra primavera con pasta integrale bio	*Bastoncini di merluzzo al forno	<u>Mesi invernali:</u> insalata verde <u>Mesi estivi:</u> pomodori in insalata	Frutta fresca



## CALENDARIO ANNO SCOLASTICO 2017/2018 dal 4 dicembre 2017

dicembre							gennaio							febbraio									
settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
									1	2	3	4	5	6	7	4 SETTIMANA				1	2	3	4
2 SETTIMANA	4	5	6	7	8	9	10	6 SETTIMANA	8	9	10	11	12	13	14	5 SETTIMANA	5	6	7	8	9	10	11
3 SETTIMANA	11	12	13	14	15	16	17	1 SETTIMANA	15	16	17	18	19	20	21	6 SETTIMANA	12	13	14	15	16	17	18
4 SETTIMANA	18	19	20	21	22	23	24	2 SETTIMANA	22	23	24	25	26	27	28	1 SETTIMANA	19	20	21	22	23	24	25
5 SETTIMANA	25	26	27	28	29	30	31	3 SETTIMANA	29	30	31					2 SETTIMANA	26	27	28				
marzo							aprile							maggio									
settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
2 SETTIMANA				1	2	3	4								1	5 SETTIMANA		1	2	3	4	5	6
3 SETTIMANA	5	6	7	8	9	10	11	1 SETTIMANA	2	3	4	5	6	7	8	6 SETTIMANA	7	8	9	10	11	12	13
4 SETTIMANA	12	13	14	15	16	17	18	2 SETTIMANA	9	10	11	12	13	14	15	1 SETTIMANA	14	15	16	17	18	19	20
5 SETTIMANA	19	20	21	22	23	24	25	3 SETTIMANA	16	17	18	19	20	21	22	2 SETTIMANA	21	22	23	24	25	26	27
6 SETTIMANA	26	27	28	29	30	31		4 SETTIMANA	23	24	25	26	27	28	29	3 SETTIMANA	28	29	30	31			
								5 SETTIMANA	30														
giugno							luglio							agosto									
settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
3 SETTIMANA					1	2	3								1	6 SETTIMANA			1	2	3	4	5
4 SETTIMANA	4	5	6	7	8	9	10	2 SETTIMANA	2	3	4	5	6	7	8	1 SETTIMANA	6	7	8	9	10	11	12
5 SETTIMANA	11	12	13	14	15	16	17	3 SETTIMANA	9	10	11	12	13	14	15	2 SETTIMANA	13	14	15	16	17	18	19
6 SETTIMANA	18	19	20	21	22	23	24	4 SETTIMANA	16	17	18	19	20	21	22	3 SETTIMANA	20	21	22	23	24	25	26
1 SETTIMANA	25	26	27	28	29	30		5 SETTIMANA	23	24	25	26	27	28	29	4 SETTIMANA	27	28	29	30	31		
								6 SETTIMANA	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, ovo prodotto , 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 della Dott. Federica Pascali Asl 3 - 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 ...**

