



**Comune di Genova
Ristorazione Scolastica**

**Sezione Primavera
Menu anno scolastico 2023-2024**



PRIMA SETTIMANA

GIORNO	PRANZO	MERENDA
Lunedì	Pasta all'olio extra vergine di oliva Polpettine di *piselli 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 Filetti di merluzzo al verde Patate lessate Frutta fresca di stagione	Pane e olio extra vergine di oliva
Mercoledì	Pizza margherita Prosciutto cotto Finocchi in insalata (mesi invernali) Pomodori in insalata (mesi estivi) Frutta fresca di stagione	Banana
Giovedì	Vellutata di zucca con riso (mesi invernali) Vellutata di zucchine con riso (mesi estivi) Carne di vitellone all'uccelletto Patate lessate Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta (mesi invernali) *Gelato fiordilatte (mesi estivi)
Venerdì	Pasta al sugo di pomodoro Sformato di *verdure Insalata verde Frutta fresca di stagione	Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)

SECONDA SETTIMANA

GIORNO	PRANZO	MERENDA
Lunedì	Minestra di verdure con farro Coscia di pollo al forno Carote in insalata Frutta fresca di stagione	Pane e marmellata
Martedì	Risotto allo zafferano Filetti di *merluzzo gratinati Finocchi in insalata (mesi invernali) Pomodori in insalata (mesi estivi) Frutta fresca di stagione	Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)
Mercoledì	Pasta all'olio extravergine di oliva Bocconcini di lonza alle mele Purea di patate Mousse di frutta	Torta casalinga allo yogurt (mesi invernali) *Gelato fiordilatte (mesi estivi)
Giovedì	Pasta al ragù di vitellone Parmigiano reggiano *Fagiolini saltati (mesi invernali) Zucchine trifolate (mesi estivi) Frutta fresca di stagione	Focaccia
Venerdì	Pasta al pesto Hamburger vegetale Insalata verde e mais Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta

TERZA SETTIMANA

GIORNO	PRANZO	MERENDA
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	Minestra di verdure con orzetti (mesi invernali) Minestra primavera con orzetti (mesi estivi) Pizza margherita (mesi invernali) Mozzarella (mesi estivi) Pomodori in insalata (mesi estivi) Frutta fresca di stagione	Banana
Mercoledì	Pansotti o ravioli di magro burro e salvia Bocconcini di pollo con olive e pinoli Bietole con parmigiano Frutta fresca di stagione	Torta margherita
Giovedì	Pasta al pesto Arrosto di lonza *Bietole con parmigiano Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta (mesi invernali) *Gelato fiordilatte (mesi estivi)
Venerdì	Pasta all'olio extravergine di oliva Crocchette di *pesce Carote in insalata Frutta fresca di stagione	Pane e olio extra vergine di oliva

QUARTA SETTIMANA

GIORNO	PRANZO	MERENDA
Lunedì	Pasta al sugo di pomodoro Formaggio asiago o stacchino (mesi invernali) Mozzarella (mesi estivi) *Fagiolini saltati (mesi invernali) Pomodori in insalata (mesi estivi) Frutta fresca di stagione	Frullato di frutta fresca (cucina diretta) Frullato pronto (pasti veicolati)
Martedì	Crema di piselli o fagioli cannellini con crostini (mesi invernali) Minestra primavera con riso (mesi estivi) Polpette di vitellone Insalata verde Frutta fresca di stagione	Torta casalinga allo yogurt (mesi invernali) *Gelato fiordilatte (mesi estivi)
Mercoledì	Pasta al pesto Filetti di *merluzzo impanati Carote in insalata Frutta fresca di stagione	Yogurt alla frutta
Giovedì	Risotto allo zafferano Bocconcini di tacchino gratinati Insalata verde e mais Frutta fresca di stagione	Focaccia
Venerdì	Pasta all'olio extravergine di oliva Torta pasqualina Budino al cioccolato	Frutta fresca di stagione

NOTE

Mesi invernali da novembre al 15 aprile

Mesi estivi dal 16 aprile a fine ottobre – per il gelato il periodo estivo va da maggio a settembre

Pane integrale una o 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 BAMBINI 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 BIO

100%: 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 – Maria Anna Pompei
Approvato dalla ASL 3 Liguria Igiene degli Alimenti e della Nutrizione