Comune di Genova
Ristorazione Scolastica

Sezione Primavera
Menu anno scolastico 2024-2025

CALENDARIO
MENU ANNO SCOLASTICO 2024-2025

SETTEMBRE							
settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
							1
	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						

OTTOBRE							
settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
4 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			

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

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

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

FEBBRAIO							
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
1 settimana	24	25	26	27	28		

MARZO							
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
1 settimana	24	25	26	27	28	29	30
2 settimana	31						

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

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

GIUGNO							
settimana menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
2 settimana							1
3 settimana	2	3	4	5	6	7	8
4 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						

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

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

PRIMA SETTIMANA		
Lunedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Mesi invernali: Vellutata di zucca con riso Mesi estivi: Vellutata di zucchine con riso Prosciutto cotto senza lattati, caseinati e polifosfati Piselli* in umido Pane comune
	Merenda	Cucine: Latte intero e corn flakes Pasti veicolati: Mousse di frutta e corn flakes
Martedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Mesi invernali: Pasta al sugo di pinoli e erbe aromatiche Mesi estivi: Pasta al pesto Nuggets di pesce* fatti in casa Carote in insalata Pane comune
	Merenda	Focaccia
Mercoledì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Passato di verdura e legumi senza pasta Pizza margherita Pane comune
	Merenda	Banana
Giovedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Carne di vitellone all'uccelletto Purea di patate Pane comune
	Merenda	Mesi invernali: Yogurt alla frutta Mesi estivi: Gelato fiordilatte*
Venerdì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al sugo di pomodoro Polpettine di piselli* Insalata verde Pane comune
	Merenda	Cucine: Frullato di frutta fresca senza latte con biscotti prima infanzia Pasti veicolati: Frullato pronto con biscotti prima infanzia

Alimenti Biologici
Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio
Yogurt alla banana
Olio extravergine di oliva
Banana
Latte
Uova
Succo di frutta

Alimenti DOP
Basilico
Olio extravergine di oliva
Formaggio asiago
Parmigiano Reggiano

Alimenti Equosolidali
Banana

Alimenti Made in Italy
Olio extravergine di oliva
Pasta di grano italiano
Pelati/passata di pomodoro
Riso di origine nazionale

Alimenti Senza Zuccheri Aggiunti
Succo di frutta

Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC
Pesce

SECONDA SETTIMANA		
Lunedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Risotto allo zafferano Cotoletta di merluzzo* impanata Carote in insalata o lessate Pane comune
	Merenda	Pane e olio extravergine di oliva
Martedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Coscia di pollo al forno Mesi invernali: Finocchi in insalata Mesi estivi: Pomodori in insalata Pane comune
	Merenda	Cucine: Frullato di frutta fresca senza latte con corn flakes Pasti veicolati: Frullato pronto con corn flakes
Mercoledì	Spuntino	Mousse di frutta mista
	Pranzo	Minestra di verdure con farro Bocconcini di lonza alle mele Patate al forno Pane comune
	Merenda	Mesi invernali: Torta casalinga allo yogurt Mesi estivi: Gelato fiordilatte*
Giovedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al ragù di vitellone Parmigiano reggiano Mesi invernali: Fagiolini saltati* Mesi estivi: Zucchine trifolate Pane comune
	Merenda	Focaccia
Venerdì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al pesto Hamburger vegetale Insalata verde (solo per adulti) Pane comune
	Merenda	Yogurt alla frutta

Alimenti Biologici
Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio
Yogurt alla banana
Olio extravergine di oliva
Banana
Latte
Uova
Succo di frutta

Alimenti DOP
Basilico
Olio extravergine di oliva
Formaggio asiago
Parmigiano Reggiano

Alimenti Equosolidali
Banana

Alimenti Made in Italy
Olio extravergine di oliva
Pasta di grano italiano
Pelati/passata di pomodoro
Riso di origine nazionale

Alimenti Senza Zuccheri Aggiunti
Succo di frutta

Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC
Pesce

TERZA SETTIMANA		
Lunedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Mesi invernali: Polpettone di fagiolini* Mesi estivi: Sformato di zucchine Insalata verde (solo per adulti) Pane comune
	Merenda	Cucine: Latte intero con biscotti prima infanzia Pasti veicolati: Frullato pronto con biscotti prima infanzia
Martedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Mesi invernali: Passato di verdura e legumi senza pasta Pizza margherita Mesi estivi: Pasta e ceci al pomodoro Mozzarella Pomodori in insalata Pane comune
	Merenda	Banana
Mercoledì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pansotti o ravioli di magro burro e salvia Bocconcini di pollo con olive e pinoli Carote saltate con aromi Pane comune
	Merenda	Torta margherita
Giovedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al pesto Arrosto di lonza Patate lessate Pane comune
	Merenda	Mesi invernali: Yogurt alla frutta Mesi estivi: Gelato fiordilatte*
Venerdì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Riso al pomodoro Crocchette di mare* Mesi invernali: Cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: Insalata verde Pane comune
	Merenda	Focaccia

Alimenti Biologici
Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio
Yogurt alla banana
Olio extravergine di oliva
Banana
Latte
Uova
Succo di frutta

Alimenti DOP
Basilico
Olio extravergine di oliva
Formaggio asiago
Parmigiano Reggiano

Alimenti Equosolidali
Banana

Alimenti Made in Italy
Olio extravergine di oliva
Pasta di grano italiano
Pelati/passata di pomodoro
Riso di origine nazionale

Alimenti Senza Zuccheri Aggiunti
Succo di frutta

Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC
Pesce

QUARTA SETTIMANA		
Lunedì	**Spuntino**	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al sugo di pomodoro Mesi invernali: Formaggio asiago Insalata mista Mesi estivi: Mozzarella Pomodori in insalata Pane comune
	Merenda	Cucine: Frullato di frutta fresca senza latte con corn flakes Pasti veicolati: Frullato pronto con corn flakes
Martedì	**Spuntino**	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Polpette di vitellone Purea di patate Pane comune
	Merenda	Mesi invernali: Torta casalinga allo yogurt Mesi estivi: Gelato fiordilatte*
Mercoledì	**Spuntino**	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al pesto Filetti di merluzzo* gratinati Bietole saltate* con parmigiano Pane comune
	Merenda	Yogurt alla frutta
Giovedì	**Spuntino**	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con orzetti Bocconcini di pollo impanati Insalata verde Pane comune
	Merenda	Focaccia
Venerdì	**Spuntino**	Mousse di frutta mista
	Pranzo	Risotto allo zafferano Torta pasqualina Pane comune
	Merenda	Banana

Alimenti Biologici
Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio
Yogurt alla banana
Olio extravergine di oliva
Banana
Latte
Uova
Succo di frutta

Alimenti DOP
Basilico
Olio extravergine di oliva
Formaggio asiago
Parmigiano Reggiano

Alimenti Equosolidali
Banana

Alimenti Made in Italy
Olio extravergine di oliva
Pasta di grano italiano
Pelati/passata di pomodoro
Riso di origine nazionale

Alimenti Senza Zuccheri Aggiunti
Succo di frutta

Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC
Pesce

NOTE

Mesi invernali: dal 1° lunedì di novembre al 2° venerdì di aprile

Mesi estivi: dal 3° lunedì di aprile a tutto ottobre.

*prodotto surgelato – in caso di necessità potranno essere utilizzate altre verdure surgelate oltre a quelle già indicate

** latte intero fresco pastorizzato ad alte temperature

- Le sezioni primavera in coabitazione con le scuole primarie, a gestione esternalizzata, serviranno le lasagne al pomodoro al forno (il lunedì della 4° settimana).
- Il pane integrale verrà servito almeno una volta a settimana.
- Per le sezioni primavera:
  - Non tagliare nessun alimento a rondelle;
  - Tagliare la mozzarella a piccoli dadini;
  - Tagliare a piccoli pezzetti: carote e finocchi cotti, pomodori, olive, mele, pere;
  - Le carote crude devono essere tagliate grattugiate.

Menu emergenza:

- Colazione (se prevista): Tè deteinato e biscotti prima infanzia.
- Pranzo CUCINE: pasta al pomodoro, parmigiano Reggiano, grissini, succo di frutta, acqua minerale.
- Pranzo veicolati: tonno, succo di frutta, grissini, acqua minerale, budino al cacao.
- Merenda: succo di frutta con biscotti prima infanzia

Gli alimenti utilizzati per la preparazione del menu scolastico, in virtù dei CAM (criteri minimi ambientali), hanno le seguenti caratteristiche:

- Frutta, ortaggi, legumi, cereali: biologici per almeno il 50% in peso; almeno un'ulteriore somministrazione di frutta deve essere resa, se non con frutta biologica, con frutta certificata nell'ambito del sistema di qualità nazionale di produzione integrata o equivalenti;
- Uova: biologiche al 100%;
- Salumi e formaggi: almeno il 30% in peso deve essere biologico;
- Latte (anche in polvere per asili nido) e yogurt: biologico al 100%;
- Olio extravergine di oliva: biologico per almeno il 40% in capacità;
- Pelati, polpa e passata di pomodoro: per almeno il 33% in peso devono essere biologici;
- Succhi di frutta o nettari di frutta: biologici al 100%
- Carne bovina: biologica per almeno il 50% in peso;
- Carne suina: biologica per almeno il 10% in peso, oppure in possesso di una certificazione volontaria di prodotto rilasciata da un organismo di valutazione della conformità competente, relativa ai seguenti requisiti «benessere animale in allevamento, trasporto e macellazione» e «allevamento senza antibiotici»;
- Carne avicola: biologica per almeno il 20% in peso
- Omogeneizzati: tacchino, pollo, agnello, manzo, pesce, formaggio, frutta, verdure 100% biologici

- Le imprese, in virtù delle offerte di gara, utilizzano ulteriori alimenti BIO, DOP e di provenienza Italia, oltre le percentuali minime definite dai CAM (criteri minimi ambientali).

Redazione a carico dell' Ufficio Nutrizione e Dietetica,
Dietista Cristina Cian.
Approvato dalla Asl3 Liguria Igiene degli Alimenti e della Nutrizione.
Data di emissione: Giugno 2024. Prima revisione 29/11/2024.