



**Comune di Genova
Ristorazione Scolastica**

**Scuola Infanzia
Scuola Primaria
Scuola Secondaria
Menu anno scolastico 2024-2025**



PRIMA SETTIMANA

GIORNO

PRANZO

Lunedì

Mesi invernali: Vellutata di zucca con riso
 Mesi estivi: Vellutata di zucchine con riso
 Prosciutto cotto senza lattati/caseinati/polifosfati
 Piselli in umido*
 Pane comune
 Frutta fresca di stagione

Martedì

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
 Frutta fresca di stagione

Mercoledì

Passato di verdura e legumi senza pasta
 Pizza margherita
 Grissini
 Frutta fresca di stagione

Solo per secondarie:
 Pizza margherita (piatto unico)
 Banana e budino al cioccolato

Giovedì

Pasta all'olio extravergine di oliva
 Carne di vitellone all'ucelletto
 Purea di patate
 Pane comune
 Frutta fresca di stagione

Venerdì

Pasta al sugo di pomodoro
 Polpettine di piselli*
 Insalata verde
 Pane comune
 Frutta fresca di stagione

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

GIORNO

PRANZO

Lunedì

Risotto allo zafferano
Cotoletta di merluzzo* impanata
Carote in insalata o lessate
Pane comune
Frutta fresca di stagione

Martedì

Pasta all'olio extravergine di oliva
Coscia di pollo al forno
Mesi invernali: Finocchi in insalata
Mesi estivi: Pomodori in insalata
Pane comune
Frutta fresca di stagione

Mercoledì

Minestra di verdure con farro
Bocconcini di lonza alle mele
Patate al forno
Grissini
Mousse di frutta mista

Giovedì

Pasta al ragù di vitellone
Parmigiano reggiano
Mesi invernali: Fagiolini saltati*
Mesi estivi: Zucchine trifolate
Pane comune
Frutta fresca di stagione

Venerdì

Pasta al pesto
Hamburger vegetale
Insalata verde (per secondaria e adulti)
Pane comune
Frutta fresca di stagione

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

| GIORNO | PRANZO |
|------------------|---|
| Lunedì | Pasta all'olio extravergine di oliva Mesi invernali: Polpettone di fagiolini* Mesi estivi: Sformato di zucchine Insalata verde (per secondaria e adulti) Pane comune Frutta fresca di stagione |
| Martedì | Mesi invernali: Passato di verdura e legumi senza pasta Pizza margherita Mesi estivi: Pasta e ceci al pomodoro Mozzarella Pomodori in insalata Grissini Frutta fresca di stagione |
| Mercoledì | Pansotti o ravioli di magro al burro e salvia Bocconcini di pollo con olive e pinoli Carote saltate con aromi Pane comune Frutta fresca di stagione |
| Giovedì | Pasta al pesto Arrosto di lonza Patate lessate Pane comune Frutta fresca di stagione |
| Venerdì | Riso al pomodoro Crocchette di mare* Mesi invernali: Cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: Insalata verde Pane comune Frutta fresca di stagione |

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



| GIORNO | PRANZO |
|------------------|---|
| Lunedì | <p>Mesi invernali: Pasta al sugo di pomodoro (per infanzia) Lasagne al pomodoro al forno (per primaria e secondaria) Formaggio asiago Insalata mista</p> <p>Mesi estivi: Pasta al sugo di pomodoro Mozzarella Pomodori in insalata</p> <p>Pane comune Frutta fresca di stagione</p> |
| Martedì | <p>Pasta all'olio extravergine di oliva Polpette di vitellone Purea di patate Grissini Frutta fresca di stagione</p> |
| Mercoledì | <p>Pasta al pesto Filetti di merluzzo* gratinati Bietole saltate* con parmigiano Pane comune Frutta fresca di stagione</p> |
| Giovedì | <p>Crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con orzetti Bocconcini di pollo impanati Insalata verde Pane comune Frutta fresca di stagione</p> |
| | <p><u>Solo per secondaria:</u> Panino con Cotoletta di pollo impanata e ketchup Insalata verde frutta fresca di stagione e yogurt</p> |
| Venerdì | <p>Risotto allo zafferano Torta pasqualina Pane comune Mousse di frutta mista</p> |

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

- Le scuole infanzia in coabitazione con le primarie, a gestione esternalizzata, serviranno le lasagne al pomodoro al forno (lunedì della 4° settimana).
- Il pane integrale verrà servito almeno una volta a settimana.
- Per le scuole primarie e secondarie: le carote e i finocchi in insalata saranno porzionati alla julienne.
- Per le scuole infanzia:
 - Non tagliare nessun alimento a rondelle;
 - Tagliare la mozzarella a piccoli dadini;
 - Tagliare a piccoli pezzetti: carote e finocchi cotti, pomodori, olive, mele, pere;
 - Per le carote crude: partire da un taglio a rondelle e successivamente tagliarle alla julienne.

Menu emergenza:

- Cucine esternalizzate: pasta al pomodoro, parmigiano Reggiano, grissini, succo di frutta, acqua minerale.
- Pasti veicolati: tonno, succo di frutta, grissini, acqua minerale, budino al cacao

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.