

Comune di Genova Ristorazione Scolastica

Sezione Primavera Menu anno scolastico 2025-2026





CALENDARIO MENU ANNO SCOLASTICO 2025-2026

SETTEMBRE								OTTOBRE							NOVEMBRE								
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
								4 settimana			1	2	3	4	5	4 settimana						1	2
1 settimana	8	9	10	11	12	13	14	1 settimana	6	7	8	9	10	11	12	1 settimana	3	4	5	6	7	8	9
2 settimana	15	16	17	18	19	20	21	2 settimana	13	14	15	16	17	18	19	2 settimana	10	11	12	13	14	15	16
3 settimana	22	23	24	25	26	27	28	3 settimana	20	21	22	23	24	25	26	3 settimana	17	18	19	20	21	22	23
4 settimana	29	30						4 settimana	27	28	29	30	31			4 settimana	24	25	26	27	28	29	30
		DICE	MBRE					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 settimana	1	2	3	4	5	6	7	1 settimana		111042	01	1	2	3	4	1 settimana		maz	01	910	von	Cub	1
2 settimana	8	9	10	11	12	13	14	2 settimana	5	6	7	8	9	10	11	2 settimana	2	3	4	5	6	7	8
3 settimana	15	16	17	18	19	20	21	3 settimana	12	13	14	15	16	17	18	3 settimana	9	10	11	12	13	14	15
4 settimana	22	23	24	25	26	27	28	4 settimana	19	20	21	22	23	24	25	4 settimana	16	17	18	19	20	21	22
				_25		21	20					29			25							28	
1 settimana 29 30 31					1 settimana	26	27	28	29	30	31		1 settimana	23	24	25	26	27	28				
		MA	RZO					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
1 settimana							1	2 settimana			1	2	3	4	5	2 settimana					1	2	3
2 settimana	2	3	4	5	6	7	8	3 settimana	6	7	8	9	10	11	12	3 settimana	4	5	6	7	8	9	10
3 settimana	9	10	11	12	13	14	15	4 settimana	13	14	15	16	17	18	19	4 settimana	11	12	13	14	15	16	17
4 settimana	16	17	18	19	20	21	22	1 settimana	20	21	22	23	24	25	26	1 settimana	18	19	20	21	22	23	24
1 settimana	23	24	25	26	27	28	29	2 settimana	27	28	29	30				2 settimana	25	26	27	28	29	30	31
2 settimana	30	31																					
GIUGNO						LUGLIO							AGOSTO										
	,					,	,	settimana	,					,	,	settimana	,					,	,
settimana menu	lun	mar 2	mer	gio	ven	sab	dom 7	menu	lun	mar	mer 1	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
3 settimana 4 settimana	1 8	9	3 10	4 11	5 12	6 13	14	3 settimana 4 settimana	6	7	8	9	3 10	11	12	3 settimana 4 settimana	3	4	5	6	7	<u>1</u> 8	9
1 settimana	15	16	17	18	19	20	21	1 settimana	13	14	15	16	17	18	19	1 settimana	10	11	12	13	14	15	16
2 settimana	22	23	24	25	26	27	28	2 settimana	20	21	22	23	24	25	26	2 settimana	17	18	19	20	21	22	23
3 settimana	29	30						3 settimana	27	28	29	30	31			3 settimana	24	25	26	27	28	29	30
																4 settimana	31						

PRIMA SETTIMANA							
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Lunedì	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	Focaccia					
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Martedì	Pranzo Merenda	Mesi invernali: Pasta al sugo di pinoli e erbe aromatiche – filetti di merluzzo* al pomodoro Mesi estivi: Pasta al pesto – filetti di merluzzo* al verde Carote in insalata Pane comune Mousse alla frutta con pane					
	Spuntino						
Mercoledì	Pranzo	Passato di verdura e legumi con bulghur Pizza margherita Pane comune					
	Merenda	Banana					
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Giovedì	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Carne di vitellone all'uccelletto Purea di patate Pane comune					
	Merenda	Yogurt bianco con frutta fresca					
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Venerdì	Pranzo	Pasta al sugo di pomodoro Polpettine di piselli* Insalata verde Pane comune					
	Merenda	Cucine: Frullato di frutta fresca senza latte con crackers senza sale Pasti veicolati: Frullato pronto con crackers senza sale					

310 B10

Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio Yogurt Olio extravergine di oliva Banana

Latte Uova

Succo di frutta (pasto scorta)

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 Ag



Succo di frutta (pasto scorta)

Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC

Pesce



		SECONDA SETTIMANA
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Lunedì	Pranzo	Risotto allo zafferano Filetti di merluzzo* lessati con olio extravergine e limone Patate lessate Pane comune
	Merenda	Mousse alla frutta con pane
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Martedì	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 crackers senza sale Pasti veicolati: Frullato pronto con crackers senza sale
	Spuntino	Mousse di frutta mista
Mercoledì	Pranzo	Minestra di verdure con farro Bocconcini di lonza alle mele Carote in insalata o lessate Pane comune
	Merenda	Pane e olio extravergine di oliva
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Giovedì	Pranzo	Pasta al ragù di vitellone Parmigiano reggiano Mesi invernali: Fagiolini saltati* Mesi estivi: Zucchine trifolate Pane comune
	Merenda	Torta casalinga senza zucchero
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Venerdì	Pranzo	Pasta al pesto Hamburger vegetale Insalata verde (solo per adulti) Pane comune
	Merenda	Banana

308

Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio Yogurt Olio extravergine di oliva Banana

Latte Uova

Succo di frutta (pasto scorta)

Alimenti DOP



Basilico Olio extravergine di oliva

Formaggio asiago Parmigiano Reggiano

Alimenti Equosolidali



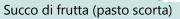
Banana

Alimenti Made in Italy



Olio extravergine di oliva Pasta di grano italiano Pelati/passata di pomodoro Riso di origine nazionale

Alimenti Senza Zuccheri Ag



Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC Pesce



		TERZA SETTIMANA
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Lunedì	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 pane Pasti veicolati: Frullato pronto con pane
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Martedì	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
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Mercoledì	Pranzo	Pansoti o ravioli di magro burro e salvia Bocconcini di pollo con olive e pinoli Carote saltate con aromi Pane comune
	Merenda	Pane e olio extravergine di oliva
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Giovedì	Pranzo	Pasta al pesto Arrosto di lonza Patate lessate Pane comune
	Merenda	Yogurt bianco con frutta fresca
	Spuntino	Frutta fresca di stagione
Venerdì	Pranzo	Riso al pomodoro Crocchette di mare* Mesi invernali: Cavolo cappuccio in insalata Mesi estivi: Insalata verde Pane comune
	Merenda	Focaccia

Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio Yogurt Olio extravergine di oliva Banana Latte

Succo di frutta (pasto scorta)

Alimenti DOP

Uova

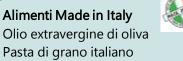


Basilico Olio extravergine di oliva Formaggio asiago Parmigiano Reggiano

Alimenti Equosolidali Banana

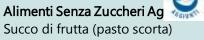


Alimenti Made in Italy



Pelati/passata di pomodoro Riso di origine nazionale

Alimenti Senza Zuccheri Ag



Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC Pesce



QUARTA SETTIMANA							
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Lunedì	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 crackers senza sale Pasti veicolati: Frullato pronto con crackers senza sale					
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Martedì	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Polpette di vitellone al pomodoro Purea di patate Pane comune					
	Merenda	Torta casalinga senza zucchero					
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Mercoledì	Pranzo	Pasta al pesto Mesi invernali: tortino di pesce (merluzzo*) al forno bietole saltate* con parmigiano Mesi estivi: filetto di merluzzo* al verde pomodori in insalata Pane comune					
	Merenda	Yogurt bianco con frutta fresca					
	Spuntino	Frutta fresca di stagione					
Giovedì	Pranzo	Crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con orzetti Bocconcini di pollo impanati Insalata verde Pane comune					
	Merenda	Focaccia					
	Spuntino	Mousse di frutta mista					
Venerdì	Pranzo	Risotto allo zafferano Torta pasqualina Pane comune					
	Merenda	Banana					

308

Omogeneizzato di frutta, carne, pesce, formaggio Yogurt Olio extravergine di oliva

Banana Latte Uova

Succo di frutta (pasto scorta)

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 Ag

Succo di frutta (pasto scorta)

Alimenti da Pesca Sostenibile e certificata MSC

Pesce



NOTE

Menu invernale dal 1° lunedì di novembre al 2° venerdì di aprile, dal lunedì successivo inizio menu estivo, sino 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:
 - o Non tagliare nessun alimento a rondelle;
 - o Tagliare la mozzarella a piccoli dadini;
 - o Tagliare a piccoli pezzetti: carote e finocchi cotti, pomodori, olive, mele, pere;
 - o 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: pappa pronta, mousse di frutta, crackers, acqua minerale.
- 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 sequenti 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. Seconda revisione giugno 2025.