



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
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 settimana	1	2	3	4	5	6	7	1 settimana				1	2	3	4	1 settimana							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
1 settimana	29	30	31					1 settimana	26	27	28	29	30	31		1 settimana	23	24	25	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
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 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	4	5	6	7	3 settimana			1	2	3	4	5	3 settimana						1	2
4 settimana	8	9	10	11	12	13	14	4 settimana	6	7	8	9	10	11	12	4 settimana	3	4	5	6	7	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						



Alimenti Biologici

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

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	Focaccia
Martedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	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
	Merenda	Mousse alla frutta con pane
Mercoledì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Passato di verdura e legumi con bulghur 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	Yogurt bianco con frutta fresca
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 crackers senza sale Pasti veicolati: Frullato pronto con crackers senza sale

SECONDA SETTIMANA

Lunedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Risotto allo zafferano Filetti di merluzzo* lessati con olio extravergine e limone Patate lessate Pane comune
	Merenda	Mousse alla frutta con pane
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 crackers senza sale Pasti veicolati: Frullato pronto con crackers senza sale
Mercoledì	Spuntino	Mousse di frutta mista
	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
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	Torta casalinga senza zucchero
Venerdì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al pesto Hamburger vegetale Insalata verde (solo per adulti) Pane comune
	Merenda	Banana



Alimenti Biologici

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

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 pane Pasti veicolati: Frullato pronto con pane
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	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
Giovedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta al pesto Arrosto di lonza Patate lessate Pane comune
	Merenda	Yogurt bianco con frutta fresca
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
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



QUARTA SETTIMANA

Alimenti Biologici

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

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 crackers senza sale Pasti veicolati: Frullato pronto con crackers senza sale
Martedì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	Pranzo	Pasta all'olio extravergine di oliva Polpette di vitellone al pomodoro Purea di patate Pane comune
	Merenda	Torta casalinga senza zucchero
Mercoledì	Spuntino	Frutta fresca di stagione
	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
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

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:
 - 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:** 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 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. Seconda revisione giugno 2025.