

Comune di Genova Ristorazione Scolastica

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





CALENDARIO MENU ANNO SCOLASTICO 2024-2025

SETTEMBRE						OTTOBRE							NOVEMBRE										
settimana								settimana								settimana							
menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
							1	4 settimana		1	2	3	4	5	6	1 settimana					1	2	3
	2	3	4	5	6	7	8	1 settimana	7	8	9	10	11	12	13	2 settimana	4	5	6	7	8	9	10
1 settimana	9	10	11	12	13	14	15	2 settimana	14	15	16	17	18	19	20	3 settimana	11	12	13	14	15	16	17
2 settimana	16	17	18	19	20	21	22	3 settimana	21	22	23	24	25	26	27	4 settimana	18	19	20	21	22	23	24
3 settimana	23	24	25	26	27	28	29	4 settimana	28	29	30	31				1 settimana	25	26	27	28	29	30	
4 settimana	30																						
		DICE	MBRE					GENNAIO							FEBBRAIO								
settimana								settimana								settimana							
menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1 settimana	_						1	2 settimana			1	2	3	4	5	2 settimana						1	2
2 settimana	2	3	4	5	6	7	8	3 settimana	6	7	8	9	10	11	12	3 settimana	3	4	5	6	7	8	9
3 settimana	9	10	11	12	13	14	15	4 settimana	13	14	15	16	17	18	19	4 settimana	10	11	12	13	14	15	16
4 settimana	16	17	18	19	20	21	22	1 settimana	20	21	22	23	24	25	26	1 settimana	17	18	19	20	21	22	23
1 settimana	23	24	25	26	27	28	29	2 settimana	27	28	29	30	31			2 settimana	24	25	26	27	28		
2 settimana	30	31																					
		MA	RZO					APRILE							MAGGIO								
settimana								settimana								settimana							
menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
2 settimana						1	2	3 settimana		1	2	3	4	5	6	3 settimana				1	2	3	4
3 settimana	3	4	5	6	7	8	9	4 settimana	7	8	9	10	11	12	13	4 settimana	5	6	7	8	9	10	11
4 settimana	10	11	12	13	14	15	16	1 settimana	14	15	16	17	18	19	20	1 settimana	12	13	14	15	16	17	18
1 settimana	17	18	19	20	21	22	23	2 settimana	21	22	23	24	25	26	27	2 settimana	19	20	21	22	23	24	25
2 settimana	24	25	26	27	28	29	30	3 settimana	28	29	30					3 settimana	26	27	28	29	30	31	
3 settimana	31																						
GIUGNO						LUGLIO						AGOSTO											
settimana								settimana								settimana							
menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom	menu	lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
							1	4 settimana		1	2	3	4	5	6	4 settimana					1	2	3
4 settimana	2	3	4	5	6	7	8	1 settimana	7	8	9	10	11	12	13	1 settimana	4	5	6	7	8	9	10
1 settimana	9	10	11	12	13	14	15	2 settimana	14	15	16	17	18	19	20	2 settimana	11	12	13	14	15	16	17
2 settimana	16	17	18	19	20	21	22	3 settimana	21	22	23	24	25	26	27	3 settimana	18	19	20	21	22	23	24
3 settimana	23	24	25	26	27	28	29	4 settimana	28	29	30	31				4 settimana	25	26	27	28	29	30	31
4 settimana	30																						

PRIMA SETTIMANA

GIORNO	PRANZO						
Lunedì	Vellutata di zucca con riso (mesi invernali) Vellutata di zucchine con riso (mesi estivi) Prosciutto cotto senza: lattati/caseinati/polifosfati *Piselli in umido Pane comune Frutta fresca di stagione						
Martedì	Pasta a sugo di pinoli e erbe aromatiche (mesi invernali) Pasta a al pesto (mesi estivi) Nuggets di *pesce fatti in casa (Carote in insalata) Pane comune						
Mercoledì	Pizza margherita/pizza rossa (piatto unico) Frutta fresca di stagione Budino al cioccolato						
Giovedì	Pasta Mall'olio extravergine di oliva extravergi						
Venerdì	Pasta al sugo di pomodoro Polpettine di *piselli Insalata verde Pane comune Frutta fresca di stagione						

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 Mall'olio extravergine di oliva Mall'oliva
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 *Fagiolini saltati (mesi invernali) Zucchine trifolate (mesi estivi) Pane comune Frutta fresca di stagione
Venerdì	Pasta sal pesto balance Hamburger vegetale Insalata verde per secondaria e adulti Pane comune Frutta fresca di stagione

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

QUARTA SETTIMANA							
GIORNO	PRANZO						
Lunedì	*Lasagne al pomodoro al forno Pr. e Sec./Pasta al pomodo Inf. Formaggio asiago (mesi invernali) Mozzarella (mesi estivi) Insalata mista (mesi invernali) Pomodori in insalata (mesi estivi) Pane comune Frutta fresca di stagione						
Martedì	Pasta all'olio extravergine di oliva Polpette di vitellone Purea di patate Grissini Frutta fresca di stagione						
Mercoledì	Pasta sal pesto Filetti di *merluzzo gratinati *Bietole saltate con parmigiano reggiano Pane comune Frutta fresca di stagione						
Giovedì	Crema di legumi (piselli o fagioli cannellini) con orzetti Inf. e Pr./Panino Sec. Bocconcini di pollo impanati Inf. e Pr./Cotoletta di pollo impanata con ketchup Sec. Insalata verde Pane comune Frutta fresca di stagione o frutta fresca di stagione e yogurt per Sec.						
Venerdì	Risotto allo zafferano Torta pasqualina Pane comune Mousse di frutta mista						

NOTE

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

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

Le scuole infanzia in coabitazione con le primarie, a gestione esternalizzata, serviranno le lasagne a tutti.

Pane integrale 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.

*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

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.

Le imprese in virtù delle offerte di gara, utilizzano ulteriori alimenti BIO, DOP e di provenienza Italia, oltre ai limiti minimi previsti dai CAM:

Banana equo solidale o biologica

Basilico DOP

Formaggio asiago DOP

Latte BIO di origine nazionale

Olio EVO italiano, BIO, DOP

Parmigiano Reggiano DOP

Pasta di grano italiano

Pelati/Passata pomodoro di origine nazionale

Pesce da pesca sostenibile e certificata MSC

Riso di origine nazionale

Uova pastorizzate BIO

Succhi di frutta BIO e senza zuccheri aggiunti

Yogurt BIO

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