

Menu Scuole Comune di Sestri Levante

Inverno | Anno Scolastico 2023-2024

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1 SETTIMANA	PASTA ALL'OLIO EVO	RISOTTO ALLA PARMIGIANA	PASSATO DI LEGUMI*	GNOCCHI AL PESTO	PASTA POMODORO E BASILICO
	TONNO FAGIOLINI*	LONZA ARROSTO	TORTA DI RISO	POLPETTE DI MANZO	FORMAGGIO
	YOGURT BIO	SPINACI*	INSALATA MISTA	CAROTE JULIENNE	PURE' DI PATATE*
2 SETTIMANA		FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	MOUSSE DI FRUTTA
	RISOTTO ALLA MILANESE	PASTA AL POMODORO	CREMA DI VERDURE*CON CROSTINI	PASTA AL PESTO	PASTA ALL'OLIO EVO
	POLLO AL FORNO	BASTONCINI DI PESCE*	BOCCONCINI DI POLLO IMPANATI	FORMAGGIO	POLPETTONE ALLA LIGURE*
	CAROTE JULIENNE	PURE' DI PATATE	MACEDONIA DI VERDURE*	PATATE ARROSTO*	INSALATA VERDE
3 SETTIMANA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	CIOCCOLATA EQUOSOLIDALE
	PASTA AL POMODORO	CREMA DI VERDURA*	PASTA ALL'OLIO EVO	RISO ALLA PARMIGIANA	PASTA AL PESTO
	PROSCIUTTO	TORTA DI RISO	ARROSTO DI VITELLO	COSCE DI POLLO DORATO	FRITTATA DI VERDURE*
	PURE' DI PATATE*	SPINACI*	INSALATA MISTA	CAROTE JULIENNE	PISELLI*
4 SETTIMANA	YOGURT KM 0	FRUTTA	FRUTTA	DOLCE	FRUTTA
	RISOTTO ALLA PARMIGIANA	PIZZA	CREMA DI VERDURE*CON CROSTINI	PASTA AL POMODORO	PASTA ALL'OLIO EVO
	BASTONCINI DI MERLUZZO*	PROSCIUTTO COTTO	POLPETTE DI MANZO	COTOLETTA AL FORNO	SFORMATO BIETOLA* E RICOTTA
	CAROTE AL VAPORE	INSALATA VERDE	FAGIOLINI*	MACEDONIA DI VERDURE*	INSALATA MISTA
	BUDINO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	MOUSSE DI FRUTTA

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.



Menu Scuole Comune di Sestri Levante

Inverno | Anno Scolastico 2023-2024

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
5 SETTIMANA	PASTA AL RAGU DI VERDURE*	PASTA ALL'OLIO EVO	TROFIE AL PESTO	PASTA AL POMODORO	PASSATO DI LEGUMI*
	FORMAGGIO	BASTONCINI DI MERLUZZO*	LONZA ARROSTO	PROSCIUTTO COTTO	TORTA DI RISO
	PATATE E SPINACI*	INSALATA MISTA	PISELLI*	MACEDONIA DI VERDURE*	CAROTE JULIENNE
	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	TORTA	FRUTTA
6 SETTIMANA	PASTA ALL'OLIO EVO	CREMA DI VERDURE*CON CROSTINI	PASTA AL RAGU'	PASTA AL PESTO	RISOTTO ALLA MILANESE
	POLLO AL FORNO	BOCCONCINI DI POLLO IMPANATI	SFORMATO BIETOLE* E RICOTTA	TONNO PATATE E FAGIOLINI*	POLPETTONE ALLA LIGURE*
	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA	CAROTE JULIENNE		INSALATA VERDE
	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA	BUDINO
7 SETTIMANA	PASTA AURORA	PASTA AL BURRO	PIZZA	CREMA DI VERDURE*	RISOTTO ALLA PARMIGIANA
	BASTONCINI DI MERLUZZO*	POLLO AL FORNO	PROSCIUTTO	TORTA DI RISO	FRITTATA DI VERDURE*
	SPINACI*	INSALATA MISTA	INSALATA MISTA	FAGIOLINI*	PATATE PREZZEMOLATE*
	FRUTTA	YOGURT BIO	FRUTTA	FRUTTA	FRUTTA
8 SETTIMANA	CREMA DI VERDURE*CON CROSTINI	PASTA AL RAGU'	PASTA AL POMODORO	PASTA ALL'OLIO EVO	RISOTTO ALLA PARMIGIANA
	COSCE DI POLLO	FORMAGGIO	TONNO PATATE FAGIOLINI*	SPEZZATINO CON PATATE*	SFORMATO BIETOLA* E RICOTTA
	INSALATA MISTA	PURE' DI PATATE*			INSALATA
	FRUTTA	FRUTTA	TORTA	FRUTTA	FRUTTA

SI INFORMANO I CONSUMATORI CON ALLERGIE O INTOLLERANZE ALIMENTARI, o chi per essi (genitori/tutori), che negli alimenti e nelle bevande preparati e somministrati possono essere contenuti uno o più dei seguenti allergeni come ingredienti o in tracce derivanti dal processo produttivo: CEREALI CONTENENTI GLUTINE, CROSTACEI, UOVA, PESCE, ARACHIDI, SOIA, LATTE (INCLUSO LATTOSIO), FRUTTA A GUSCIO, SEDANO, SENAPE, SEMI DI SESAMO, ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI in concentrazioni superiori a 10 mg/kg o 10 mg/litro, LUPINI, MOLLUSCHI e tutti i relativi prodotti derivati o a base di (ai sensi dell'Allegato II Reg. UE 1169/11, D. Lgs. 109/92, 88/2009 e s.m.i.). Le informazioni relative alla presenza di soggetti con allergie o intolleranze alimentari vengono raccolte mediante la presentazione di idonea certificazione medica e in fase di produzione vengono formulati pasti personalizzati, privi degli allergeni per cui risulta documentata una sensibilizzazione.

I piatti contrassegnati da (*) potrebbero essere preparati con materie prime congelate e/o surgelate

Ogni giorno sarà servita una porzione di pane semplice o integrale.

La frutta fresca varierà fra le seguenti tipologie seguendo la naturale stagionalità dei prodotti: banana, mela, pesca, albicocca, kiwi, pera, cocomero, melone, prugna, arance, clementine. Mele trentine e Limoni di Sicilia.

La verdura fresca varierà fra le differenti tipologie seguendo la naturale stagionalità dei prodotti: Pomodori, carote, insalata, zucchine e cavoli a **KMO** e finocchi e melanzane **BIO**.

Il formaggio varierà a rotazione fra le differenti tipologie offerte.

ALIMENTI A KM ZERO: Pane ligure, zucchine fresche, pomodori, insalata, base pizza ligure, pandolce, focaccia ligure, cavolo, carote fresche, canestrelli liguri, pangrattato, trofie, ravioli di magro, pansoti, Acqua minerale fonte ligure (in caso di emergenza), Yogurt e ricotta (in alternativa al BIO **Caseificio Val di Vara**), olio extravergine d'oliva **Cooperativa Olivicoltori Sestresi** e carne bovina Bio della **Cooperativa San Pietro Vara** (1 volta al mese).

ALIMENTI BIO: Riso, olio extravergine d'oliva (in alternativa a quello locale), Latticini (burro, Yogurt, ricotta, latte, mozzarella, stracchino), Pomodori pelati, Verdure surgelate (Bio o lotta integrata: bietole, spinaci, carote, Zucchine, Fagiolini, broccoli, cavolfiore), Legumi (lenticchie, ceci, fagioli), cereali (miglio, farro, orzo), farina, misto d'uovo pastorizzato, farina mais, plum-cake, succo/purea di frutta (in alternativa alla frutta per le scuole), confetture frutta (per preparazione dolci), cioccolata equo-solidale, banana equo-solidale, biscotti (per pranzo al sacco gite).

ALIMENTI DOP/IGP: Grana Padano DOP, Gorgonzola DOP.

