

# Menu Scuole Comune di Sestri Levante

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1 SETTIMANA	PASTA POMODORO E BASILICO	INSALATA DI RISO	CREMA DI VERDURE *	TROFIE AL PESTO	PASTA ALL'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA
	STRACCHINO	POLLO AGLI AROMI	TORTA DI RISO	SFORMATO DI BIETOLE E RICOTTA *	TONNO,PATATE E FAGIOLINI*
	PURE' DI PATATE *	INSALATA DI POMODORI	INSALATA MISTA DI STAGIONE	CAROTE JULIENNE	
	FRUTTA FRESCA	GELATO	FRUTTA	FRUTTA	MOUSSE DI FRUTTA
2 SETTIMANA	RAVIOLI BURRO E SALVIA	PASTA AL RAGU'	PASTA AL PESTO	CREMA DI VERDURE*	PASTA AL POMODORO
	BASTONCINI DI PESCE*	PROSCIUTTO COTTO	POLLO AL FORNO	TORTA DI RISO	POLPETTONE ALLA LIGURE*
	CAROTE JULIENNE	FAGIOLINI AL VAPORE*	POMODORI	INSALATA MISTA DI STAGIONE	INSALATA
	YOGURT	FRUTTA	TORTA MARGHERITA	FRUTTA	FRUTTA
3 SETTIMANA	PASTA ALL'OLIO EVO	CREMA DI VERDURA*CON CROSTINI	INSALATA DI RISO	PASTA AL POMODORO	PASTA AL PESTO
	FUSI DI POLLO	SPALMABILE	SFORMATO DI BIETOLE E RICOTTA*	STRACCETTI DI MANZO	POLPETTE DI MERLUZZO*
	FAGIOLINI *	PATATE AL FORNO *	INSALATA MISTA	CAROTE E PATATE	POMODORI
	FRUTTA	FRUTTA	GELATO	FRUTTA	FRUTTA
4 SETTIMANA	PASTA AL RAGU'	PASTA ALL'OLIO EXTRAVERGINE	PASTA AURORA	RAVIOLI DI MAGRO AL POMODORO	RISO AL POMODORO
	RICOTTA (MATERNA) STRACCHINO	PROSCIUTTO COTTO	TONNO ,PATATE E FAGIOLINI*	ARROSTO DI LONZA	BASTONCINI DI PESCE*
	SPINACI AL VAPORE*	PURE' DI PATATE*		PISELLI *	INSALATA
	FRUTTA	TORTA MARGHERITA	FRUTTA	FRUTTA	YOGURT

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.

