

MENÙ GENERICO AUTUNNO - INVERNO 2025/2026 - Scuole dell'Infanzia e Primarie

Comune di Jesi e Monsano

Validato da U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
1 SETTIMANA				
Tagliatelle all' uovo ² al ragù vegetale Pesce ¹ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti/biscotti e frutta	Minestrone di verdure e legumi ⁶ con farro Carne bianca ³ Verdura cotta* Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pizza rossa	Pasta al pomodoro Legumi ⁶ Verdura cruda/verdura cotta Pane Ciambellone al cioccolato Spuntino: frutta fresca di stagione	Risotto con zucca gialla Uova ² Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt alla frutta	Pasta semi integrale al sugo aromatico Formaggio ⁵ Piselli [*] e carote Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.
2 SETTIMANA				
Pasta semi integrale al pomodoro Uova ² Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: cracker	Risotto al ragù vegetale Formaggio ⁵ Verdura cotta Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: ciambellone	Vellutata di verdure con corallini di farro Carne rossa ⁴ Patate al forno/purè di patate Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Pasta all'olio/con crema di parmigiano Pesce ¹ Verdura cruda Pane comune Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino	Pasta al ragù di legumi Carne bianca ³ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: spremuta d'arancia / succo di frutta 100% e grissini
3 SETTIMANA				
Pasta all'olio Legumi ⁶ Verdura cotta Pane Ciambellone Spuntino: frutta fresca di stagione	Pasta semi integrale al sugo di broccoli Carne rossa ⁴ Verdura cotta* Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pizza rossa	Pasta con piselli [*] / legumi ⁶ Formaggio ⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: crackers	Orzo/riso in brodo vegetale Carne bianca ³ Verdura cotta Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti /biscotti e frutta	Tagliatelle all' uovo ² al pomodoro Pesce ¹ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.
4 SETTIMANA				
Risotto allo zafferano Carne bianca ³ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: torta di carote	Passato di verdure e legumi ⁶ con orzo/crema di carote con orzo Pesce ¹ Patate al forno/verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Verdura cruda Piatto unico ⁷ Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: spremuta d'arancia / succo di frutta 100% e grissini	Pasta semi integrale al ragù di pesce fresco ¹ Formaggio ⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e barretta di cioccolato fondente	Pasta all'olio Legumi ⁶ Verdura cotta Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino
5 SETTIMANA				
Pasta al sugo aromatico Formaggio ⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Pasta alla ricotta ⁵ / all'olio Uova ² Verdura cotta Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti/ biscotti e frutta	Pasta semi integrale al sugo di broccoli/ragù vegetale Carne bianca ³ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt alla frutta	Minestrone di verdure e legumi ⁶ con farro/corallini di faro Carne rossa ⁴ Verdura cotta* Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: cracker	Risotto al pomodoro Pesce ¹ Verdura cruda Pane integrale Crostatina alla marmellata Spuntino: frutta fresca di stagione

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
6 SETTIMANA				
Passato di verdure e legumi⁶ con corallini di farro Carne bianca³ Patate lesse Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Risotto al di pesce fresco/seppia fresca⁶ Formaggio⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Pasta all'olio/con crema di parmigiano⁵ Pesce¹ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: spremuta d'arancia / succo di frutta 100% e grissini	Pasta semi integrale al pomodoro e basilico Uova² Finocchi in insalata Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pizza rossa	Pasta in salsa aurora⁵ Carne rossa⁴ Piselli* al porro / piselli* e carote Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: ciambellone
7 SETTIMANA				
Pasta al pomodoro Legumi⁶ Verdura cotta Pane Ciambellone al cioccolato Spuntino: frutta fresca di stagione	Vellutata di verdure e legumi⁶ con orzo Carne rossa⁴ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Tagliatelle all' uovo² al ragù vegetale Formaggio⁵ Verdura cotta* Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: crackers	Risotto alla zafferano Carne bianca³ Verdura cotta Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti / biscotti e frutta	Pasta semi integrale al sugo aromatico Pesce¹ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino
8 SETTIMANA				
Risotto alla parmigiana Pesce¹ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Legumi⁶ Insalata verde Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino	Passato di verdure e legumi⁶ con farro Carne bianca³ Purè di patate Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: yogurt alla frutta	Verdura cruda Piatto unico⁷ Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e barretta di cioccolata fondente	Pasta semi integrale al ragù vegetale / ragù di pesce fresco⁶ Formaggio⁵ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: spremuta d'arancia / succo di frutta 100% e grissini
9 SETTIMANA				
Pasta al ragù di legumi⁶ Formaggio⁵ Verdura cruda Pane integrale Frutta fresca di stagione Spuntino: focaccia al rosmarino	Pasta semi integrale al ragù bianco di verdure Carne bianca³ Verdura cruda Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: biscotti / biscotti e frutta	Risotto al radicchio IGP / alla zucca Uova² Verdura cotta* Pane Frutta fresca di stagione Spuntino: pane e olio e.v.o.	Pasta al pomodoro Pesce¹ Verdura cruda Pane integrale Torta di carote / crostata Spuntino: frutta fresca di stagione	Minestrone di verdure e legumi⁶ con orzo/ corallini di farro Carne rossa⁴ Patate al forno Pane Frutta fresca di stagione Spuntini: crackers

* Prodotto surgelato

NOTE: Lo spuntino riportato nel menù è previsto a metà mattinata.

Per mostrare visivamente la varietà del menù proposto per quanto riguarda le fonti proteiche, queste sono state evidenziate con colori diversi, i quali sono indicati nella legenda sottostante.

Legenda colori fonti proteiche: Legumi  Formaggi  Carne  Pesce  Uova  Piatto unico 

- 1) Pesce:** (zona FAO 37 – zona FAO 27: origine: Oceano Atlantico Nord-Orientale, Mar Mediterraneo, Mar Adriatico): pesce da pesca: filetti di alici fresche/ sardine fresche al forno, polpettine o polpettone o sformato di pesce fresco, burger di pesce fresco, filetti di sgombero all'olio, ragù di pesce fresco (primo piatto), ragù di seppia (primo piatto), pesce surgelato (in caso di indisponibilità del pesce fresco);
La preparazione delle polpette / burger/ polpettone sarà differenziata nel corso delle settimane utilizzando le seguenti tipologie di pesce fresco in base alla disponibilità del pescato: alici, sardine, sarde, cefalo, triglie, sgombero, merluzzo, moscardini, seppie. Per i progetti di educazione alimentare potranno essere proposte anche altre specie ittiche;
- 2) Uova:** frittata alle verdure, frittata al forno, frittata con patate, uova strapazzate, frittata al latte, tagliatelle all'uovo (primo piatto), ravioli ricotta e spinaci (primo piatto), lasagne (primo piatto), tortellini di carne vaccina (primo piatto);
- 3) Carne bianca:** sovra cosce di pollo al forno, petto di pollo panato, tacchino al forno, bocconcini di tacchino agli aromi, bocconcini di tacchino alla pizzaiola, petto di pollo panato al limone, polpette di pollo, ragù di carne (primo piatto);
- 4) Carne rossa:** polpettone di carne, straccetti di vitellone al pomodoro, arista di maiale al forno, fettine alla pizzaiola, polpette di carne al pomodoro, hamburger; ragù di carne (primo piatto), tortellini di carne al ragù vegetale (primo piatto);
- 5) Formaggio:** Casciotta d'Urbino, mozzarella, stracchino, asiago, ricotta, parmigiano reggiano, primo sale, Casatella trevigiana, Italico, robiola, sformatino al formaggio, polpette di ricotta, sugo di salsa aurora (primo piatto), crema di parmigiano (primo piatto), sugo alla ricotta (primo piatto), ravioli ricotta e spinaci (primo piatto);
- 6) Legumi:** crocchette di legumi, lenticchie al pomodoro, sformatino di legumi e miglio, polpettine di legumi agli aromi, polpette di legumi e miglio, burger di legumi, fagioli al sughetto, hummus di ceci, lenticchie saporite, sformatino di legumi, piselli* al porro (contorno), piselli* e carote (contorno) minestrone / passato / vellutata di verdure e legumi con cereale (primo piatto), sugo con piselli* (primo piatto), ragù di legumi (primo piatto);
La preparazione delle polpette/burger/sformatino sarà differenziata nel corso delle settimane utilizzando le seguenti tipologie di legumi: ceci, fagioli (varie varietà), lenticchie, piselli;
- 7) Piatto unico:** lasagne al ragù di carne, ravioli ricotta e spinaci al ragù vegetale, tortellini di carne (vaccina) al ragù vegetale;

Verdura cruda: insalata verde, carote julienne, finocchi in insalata, insalata mista, insalata di cavolo cappuccio, pinzimonio di verdure;

Verdura cotta: spinaci* all'olio, spinaci* all'olio e parmigiano, cavolfiore gratinato, cavolo cappuccio all'olio, finocchi gratinati, bietole* all'olio, zucca al forno, carote al vapore, finocchi gratinati, purè di carote, purè di broccoli, verza, carote sabbiate, carote al vapore, ratatouille di verdure (con verdure di stagione);

Patate: patate lesse, purè di patate, patate al forno;

* Prodotto surgelato.

CARATTERISTICHE PRODOTTI:

- **Prodotti di origine biologica provenienti da fornitori locali (filiera corta):** carne (manzo, pollo, tacchino), cereali (orzo, farro, riso, miglio), pasta / pastina di grano duro, pasta semi integrale di grano duro, pastina di farro, farina, legumi (ceci, lenticchie, fagioli), pane fresco comune e integrale, prodotti ortofrutticoli freschi, confettura di frutta, uova di gallina in guscio, uovo pastorizzato, olio e.v.o, pasta fresca all'uovo;
- **Prodotti di origine biologica italiani:** yogurt intero, mozzarella, stracchino, asiago, Casatella trevigiana, robiola, parmigiano reggiano, pomodori pelati, prodotti ortofrutticoli freschi, uova di gallina in guscio, uovo pastorizzato, cracker, barretta di cioccolato fondente, latte UHT, verdure surgelate, biscotti, succhi di frutta 100% frutta, grissini;
- **Prodotti provenienti da fornitori locali (filiera corta):** carne di maiale, ricotta vaccina, primo sale, pasta fresca all'uovo, dolci da forno artigianali e pizza (focaccia al rosmarino, pizza rossa);
- **Prodotti DOP:** Parmigiano Reggiano bio DOP, Casciotta d'Urbino DOP (prodotto locale), Casatella trevigiana BIO DOP, Asiago BIO DOP;
- **Prodotti IGP:** Radicchio trevigiano IGP;
- **Prodotti Bio Equosolidali:** barretta di cioccolato fondente, banane.

Il menù potrebbe essere modificato in caso di eventi non programmabili o per cause di forza maggiore. Il ricettario è presente presso il Centro Cottura.

Validato da U.O.C. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

