



MENU' SELF SERVICE POLO PIAGGE

Settimana dal 01/07 al 06/07 - 2024



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	ENERGI'	SABATO
PRIMO	Fusilli alla mediterranea ^(A,N) (Vr-Vn)	Risotto integrale con zucchine e limone (Vr-Vn)	Pasta pomodorini e pancetta ^(A)	Gnocchi* di patate al pomodoro ^(A,S) (Vr-Vn)	Risotto con asparagi* e pomodorini (Vr-Vn)	
	Orecchiette alle cime di Rapa ^(A) (Vr - Vn)	Pasta al pesto e pomodoro ^(A,D) (Vr)	Insalata di farro ^(A,B,F,N) (Vr-Vn)	Pasta alle verdure ^(A) (Vr-Vn)	Insalata di pasta ^(A,B,F)	
	Riso all'olio (Vr-Vn) o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	Pasta all'olio ^(A) (Vr-Vn) o burro ^(A,B) (Vr) o al pomodoro ^(A) (Vr-Vn)	Riso all'olio (Vr-Vn) o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	Riso all'olio (Vr-Vn) o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro ^(S) (Vr-Vn)	Pasta all'olio ^(A) (Vr-Vn) o burro ^(A,B) (Vr) o al pomodoro ^(A,S) (Vr-Vn)	
SECONDO	Fesa di tacchino al forno	Polpettine con piselli ^(A,B,F,M) (Vr)	Petto di pollo agli agrumi	Hamburger alla valdostana ^(B)	Tacchino alla diavola	Note: il pasto del sabato verrà fornito refrigerato con prenotazione entro le ore 9:00 del giorno precedente
	Caprese con pomodoro e mozzarella ^(B) (Vr)	Sformato di melanzane grigliate, pomodoro e basilico ^(N) (Vr-Vn)	Merluzzo panato ^(A,H)	Cecina con verdure (Vr)	Insalatona mista (Vr-Vn)	
PRODOTTO DA FORNO	Hamburger di spinaci* e patate ^(A) (Vr - Vn)	Schiacciata Toscana con pomodoro e tonno ^(H)	Insalatona mista (Vr - Vn)	Pizza Margherita ^(A,B) (Vr)	Piadina IGP prosciutto, insalata e stracchino ^(A,B)	
CONTORNO	Lenticchie/carote (Vr-Vn) Pomodori/insalata (Vr - Vn)	Piselli al tegame (Vr-Vn) Carote/finocchi (Vr-Vn)	Cavolfiori/Fagiolini* (Vr-Vn) Ceci (Vr-Vn)	Broccoli all'olio (Vr-Vn) Insalata mista (Vr-Vn)	Bietola ripassata (Vr-Vn) Carote e insalata (Vr-Vn)	

Vn: ricetta vegana

Vr: ricetta vegetariana

* i prodotti contrassegnati potrebbero essere surgelati

Allergeni: A Glutine- B Latte - C Molluschi - D Frutta secca/guscio - E Fave - F Uova - G Crostacei - H Pesce - L Arachidi - M soia - N Sedano - P Sesamo - Q Anidride solforosa - R Lupini

MENU' INSALATONA DEL GIORNO

INSALATONA	Insalatona di Orzo e Tonno - Orzo, mais, pomodoro, lattuga, tonno ^(A-H)	Insalatona di tonno - Lattuga, cetriolo, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, uova sode e tonno ^(F-H)	Insalatona di legumi - Fagiolo borlotto, piselli, carote, patate, mais, olive nere snocciolate, cetriolo fresco (Vr - Vn)	Nizzarda - Sedano, indivia belga, gherigli di noce, uova sode, tonno ^(D,N,F,H)	Insalatona di riso integrale e tonno - Insalata di riso integrale, tonno, verdure al vapore (carote, fagiolini) ^(H)	Note: le verdure se non reperibili saranno sostituite in base alla stagionalità: cavolo cappuccio bianco e rosso, cipolla, finocchio, indivie, pereroni di diverso colore, porro, rucola, zucca, zucchina.
INSALATONA	Insalatona di legumi - Lattuga, cetriolo, pomodoro, olive verdi snocciolate, fagiolo borlotto, ceci - Vr - Vn ^(A)	Insalatona di Farro - Farro, ceci, pomodoro, sedano, insalata mista, carciofi sott'olio - Vr - Vn ^(A-N-S)	Insalatona leggera: Spinaci novelli, semi di girasole, cavolo cappuccio, carota, peperone - Vr - Vn	Variopinta: Peperone rosso, cetriolo, pomodoro, lattuga, olive nere snocciolate, ananas fresco, avocado - Vr - Vn ^(S)	Contadina - Lattuga, radicchio, gherigli di noci, peperone giallo, cetriolo- Vr - Vn ^(B)	

Per le informazioni nutrizionali relative ai piatti proposti si rimanda al link polopiagge@cimasristorazione.it e al sito <https://www.dsu.toscana.it/i-menu#pisa>

Specifiche prodotti:

Frutta 30% BIO
Ortaggi 30% BIO
Legumi 20% BIO
Cereali 20% BIO
Carni bovine 20% BIO + 10% IGP
Carni avicole 20% BIO + 80% antibiotic free

Carni suine 5% BIO o antibiotic free
Uova 100% BIO
Yogurt 100% BIO
Salumi/Formaggi 30% BIO o DOP/IGP
Prodotti esotici BIO o equo solidali
Pasta 20% BIO

Pesce zona FAO 37-27 + 1 volta all'anno BIO
Olio EVO 40% BIO
Conserva di pomodoro 33% BIO

Per tutti i prodotti, qualora possibile, privilegiare la filiera corta e il Km 0