



MENU' SELF SERVICE POLO PIAGGE

Settimana dal 20/01 al 24/01 - 2025



UNIVERSITÀ
DI PISA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
PRIMO	27-Pasta al ragù ^(A,N) 29-Risotto con piselli e zafferano ^(N,Q) (Vr - Vn) 6/7/8-Pasta all'olio ^(A) (Vr-Vn) o burro ^(A,B) (Vr) o al pomodoro ^(A) (Vr-Vn)	65-Pasta con broccoli e salsiccia ^(A,N) Risotto zucchine e pomodorini (Vr - Vn) 41/42/43-Riso all'olio (Vr-Vn) o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	3-Pasta al pesto ^(A,D,B) (Vr) 54-Orzotto di zucca ^(A,N) (Vr - Vn) 6/7/8-Pasta all'olio ^(A) (Vr-Vn) o burro ^(A,B) (Vr) o al pomodoro ^(A) (Vr-Vn)	30-Riso integrale ai funghi* ^(N,Q) (Vr - Vn) 55-Pasta piselli, tonno e olive verdi ^(A,H) 41/42/43-Riso all'olio (Vr-Vn) o burro ^(B) (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	31-Risotto porro e patate ^(Q) (Vr - Vn) 56-Pasta ai moscardini e olive ^(A,H) 6/7/8-Pasta all'olio ^(A) (Vr-Vn) o burro ^(A,B) (Vr) o al pomodoro ^(A) (Vr-Vn)	
SECONDO	Straccetti di Pollo agli agrumi 521 - Pesce panato ^(A,H) 502-Sformato di spinaci e patate ^(N) (Vr - Vn)	503-Fusi di pollo al forno ^(Q) 504-Hamburger vegetali ^(A) (Vr - Vn) 506-Omelette zucchine e prosciutto ^(F)	582- Spiedini di tacchino al forno ^(Q) 508-Involto di pesce con fagiolini ^(H,Q) 507-Straccetti vegani alla griglia con verdure di stagione ^(M) (Vr - Vn)	525 - Frittata alla contadina ^(F,B) 509-Arista di maiale alla senape ^(Q,5) 519-Sfornato di melanzane grigliate, pomodoro e basilico (Vr - Vn)	584-Persico* con patate e erbe ^(H,Q) 585-Petto di pollo vino e salvia ^(Q) 586-Cecina con broccoli (Vr - Vn)	Note: il pasto del sabato verrà fornito refrigerato con prenotazione entro le ore 9:00 del giorno precedente
PRODOTTO DA FORNO			515-Pizza margherita a tranci ^(A,B)	514-Schiacciata Toscana all'olio Tonno e insalata ^(A,H)		
CONTORNO	1013- Fagiolini al vapore/1036-zucchine bollite (Vr - Vn) 1042-insalata (Vr - Vn)	1002-Carote al tegame ^(N) /1009-piselli al tegame ^(N) (Vr - Vn) 1034 - Finocchi (Vr - Vn)	1025-Patate sabbiose ^(A) (Vr - Vn) 1006-carote julienne(Vr - Vn)	1017-Bietola al vapore/1041-puré di patate ^(B) - (Vr - Vn) 1007-Pomodori in insalata (Vr-Vn)	1037-Zucchine trifolate (Vr - Vn) 1043 -Insalata mista autunnale (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 - S Senape

MENU' INSALATONA DEL GIORNO

INSALATONA	1519-Insalatona di Orzo e Tonno - Orzo, mais, pomodoro, insalata mista, tonno - Vr ^(A - H - D)	Insalatona Alternativa - Dadini di polenta, olive nere, patate, broccoli, noci ^(D) (Vr-Vn)	1521-Insalatona di Tonno - Lattuga, cetriolo, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, tonno ^(H)	1511-Insalatona di Pollo - Insalata mista, pomodoro, olive nere, carote, pollo	Insalatona di formaggio - Cetriolo, peperone, couscous, cipolla, formaggio spalmabile, avocado - Vr ^(A - B)	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	1510-Insalatona Contadina con mozzarella - Lattuga, radicchio, gherigli di noci, peperone, dadini di polenta - Vr-Vn ^(B - D)	1518-Insalatona Belga - Indivia belga, sedano bianco, peperone, formaggio fresco spalmabile, mais Vr ^(B - N)	Insalatona di avocado - Insalata, mista, carote, avocado, fagioli borlotti, pomodoro, olive - Vr - Vn	1524-Insalatona autunnale con polenta - Patate, broccoli, olive nere snocciolate, dadini di polenta - Vr - Vn	Insalatona Primavera - Insalata mista, sedano, carota, ceci, pomodoro, noci ^(D - N) - Vr - Vn	

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