



# MENU' SELF SERVICE POLO PIAGGE

Settimana dal 13/01 al 18/01 - 2025



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'	SABATO
PRIMO	26 - Pasta al tonno <sup>(A,H)</sup> Risotto ai carciofi <sup>(N)</sup> 41/42/43-Riso all'olio (Vr-Vn) o al burro <sup>(B)</sup> (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	58-Risotto cozze e vongole <sup>(C,N,Q)</sup> 84-Crema di zucca, carote e patate <sup>(N)</sup> (Vr-Vn) 6/7/8-Pasta all'olio <sup>(A)</sup> (Vr-Vn) o burro <sup>(A,B)</sup> (Vr) o al pomodoro <sup>(A)</sup> (Vr-Vn)	60-Pasta piselli e prosciutto cotto <sup>(A)</sup> 61-Orzotto con zucchine <sup>(A,N)</sup> (Vr-Vn) 41/42/43-Riso all'olio (Vr-Vn) o burro <sup>(B)</sup> (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	Pasta con pesto e pomodoro <sup>(A,D,B,N)</sup> 85-Crema di fagioli <sup>(N)</sup> (Vr-Vn) 41/42/43-Riso all'olio (Vr-Vn) o burro <sup>(B)</sup> (Vr) o al pomodoro (Vr-Vn)	64-Risotto con zucchine e gamberetti* <sup>(N,G,Q)</sup> 25-Pasta con broccoletti <sup>(A,N)</sup> (Vr-Vn) 6/7/8-Pasta all'olio <sup>(A)</sup> (Vr-Vn) o burro <sup>(A,B)</sup> (Vr) o al pomodoro <sup>(A)</sup> (Vr-Vn)	27-Pasta al ragù <sup>(A,N)</sup> 530-Petto di pollo alla pisatra 1043-Insalata mista autunnale (Vr-Vn)
SECONDO	556- Polpette in umido <sup>(M,A,Q)</sup> 587-Omelette con formaggio e funghi* <sup>(B,F)</sup> (Vr) 518-Sformato con ceci, patate, carote e pangrattato <sup>(A)</sup> (Vr - Vn)	589-Sformato di zucchine grigliate, pomodoro e basilico (Vr - Vn) 590-Filetto nasello al vapore e prezzemolo <sup>(H)</sup> 597- Fettina di suino alla pizzaiola <sup>(Q)</sup>	591-Tilapia pomodorino e olive <sup>(H)</sup> 592-Roast beef di manzo <sup>(Q)</sup> 544-Cecina con zucchine (Vr - Vn)	Petto di pollo con piselli 593-Frittatone con spinaci <sup>(F)</sup> (Vr) 588- Sformato con carote, piselli e patate*	594-Sgombro limone e origano <sup>(H,Q)</sup> 549-Hamburger alla valdostana <sup>(B)</sup> 571- Insalata di patate, broccoli, dadini di polenta e olive (Vr-Vn)	Note: il pasto del sabato verrà fornito refrigerato con prenotazione entro le ore 9:00 del giorno precedente
PRODOTTO DA FORNO			Pizza Margherita <sup>(A,B)</sup> o Marinara <sup>(A)</sup> a tranci (Vr)	531-Piadina IGP prosciutto, insalata e stracchino <sup>(A-B)</sup>		
CONTORNO	1001-Lenticchie/1002-carote* (Vr-Vn) 1007-Pomodori/1042-insalata (Vr - Vn)	1009-Piselli* al tegame (Vr-Vn) 1006-Carote/1042-insalata (Vr-Vn)	1011-Cavolfiori*/1013-Fagiolini* (Vr-Vn) 1015-Ceci (Vr-Vn)	1031- Broccoli* all'olio 1043-Insalata mista autunnale (Vr-Vn)	1018-Bietola* ripassata (Vr-Vn) 1019- Insalata con carote (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	1525-Insalatona di Orzo e Tonno - Orzo, mais, pomodoro, lattuga, tonno <sup>(A-H)</sup>	1503b-Insalatona di tonno e uova - Lattuga, carota, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, uova sode e tonno <sup>(F-H)</sup>	1505-Insalatona di legumi - Fagiolo rosso, piselli, carote, patate, mais, olive verdi snocciolate, cetriolo fresco (Vr - Vn)	1507-Insalatona Nizzarda - Sedano, indivia belga, gherigli di noce, uova sode, tonno <sup>(D,N,F,H)</sup>	1509-Insalatona di riso integrale e tonno - Insalata di riso integrale, tonno, verdure al vapore (carote, fagiolini) <sup>(H)</sup>	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, zuccina.
INSALATONA	1502b-Insalatona con dadini di polenta - Lattuga, carota, pomodoro, olive verdi snocciolate, fagiolo borlotted, dadini di polenta - Vr - Vn	1504-Insalatona di Farro - Farro, ceci, pomodoro, sedano, iceberg, carciofi sott'olio - Vr - Vn <sup>(A-N)</sup>	1506-Insalatona leggera: Spinaci novelli, cavolo cappuccio, carota, peperone - Vr - Vn	1508b-Insalatona Variopinta: Peperone rosso, carota, pomodoro, lattuga, olive nere snocciolate, ananas fresco, avocado - Vr - Vn	1510- Insalatona contadina - Lattuga, radicchio, gherigli di noci, peperone giallo, dadini di polenta- Vr - Vn <sup>(D)</sup>	

Per le informazioni nutrizionali relative ai piatti proposti si rimanda al link [polopiagge@cimasristorazione.it](mailto: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