



MENU' SELF SERVICE POLO PIAGGE

Settimana dal 18 al 22/05 - 2026



UNIVERSITÀ
DI PISA

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
PRIMO	123 - Pasta all'arrabbiata (1,6,10,13,9) (Vn) 243 - Crema di zucchine e basilico con crostini(1,9) (Vn) 212-Riso all'olio (Vn) o burro ⁽⁷⁾ (Vr) o al pomodoro (9) (Vn)	186- Pasta alla puttanesca (1,6,10,13,2,4,14,9) 871- Risotto ai 4 formaggi (7,3,1) (Vr) 38/45-Pasta all'olio (1,6,10,13) (Vn) o burro ^(1,6,10,13,7) (Vr) o al pomodoro (1,6,10,13,9) (Vn)	76 - Pasta con pesto alla trapanese (1,6,10,13,8,3,7,9) (Vr) 229- Riso alla zucca (1,10,13,6, 12,9) Vn 38/45-Pasta all'olio (1,6,10,13) (Vn) o burro ^(1,6,10,13,7) (Vr) o al pomodoro (1,6,10,13,9) (Vn)	199 - Lasagna alla bolognese (1,6,10,13,3, 9,7,12) 255- Zuppa di legumi e cereali (1,6,10,13,9) (Vn) 212-Riso all'olio (Vn) o burro ⁽⁷⁾ (Vr) o al pomodoro (Vn) (9)	852- Pasta gratinata (1,6,10,13,7,3) 174 - Risotto cozze e zafferano (2,4,14,12) 38/45-Pasta all'olio (1,6,10,13) (Vn) o burro ^(1,6,10,13,7) (Vr) o al pomodoro (1,6,10,13,9)
SECONDO	860 - Bocconcini di pollo al curry (12,1) 503 - Frittata con cipolle (3,7) (Vr) 541 - Burger di ceci e patate (1) (Vn)	469 - Filetto di merluzzo in crosta di patate (2,4,14,1) 868- Arista con rucola 539 - Cecina con verdure di stagione (Vn)	374 - Polpette di carne con piselli (1,3,7) 606 - Bualetto ricotta e spinaci (1,7,10,6, 3) (Vr) 857 - Sformato di broccoli (Vn)	393 - Pollo alla cacciatora (12) 674 - Scamorza al forno (7) (Vr) 547 - Burger vegetali (1) (Vn)	446- Alici gratinate al forno (2,4,14,1) 506 - Rollè di macinato ripieno con verdure (1,7,3) 876- Omelette con zucchine (7,3,9)
PRODOTTO DA FORNO				583 - Pizza Marinara a tranci ⁽¹⁾ (Vn)	Schiacciata Toscana all'olio ⁽¹⁾ melanzane insalata e pomodori (Vn)
CONTORNO	739-Spinaci saltati - (Vn) 775 -Purea di lenticchie al pomodoro Vn 694-Insalata con carote (Vn)	760- Ceci con salvia e rosmarino (Vn) 779 Fagiolini all'agro Vn 694- Insalata mista (Vn)	792 - Patate al forno (Vn) 769 - Fagioli al fiasco Vn 694-Insalata e radicchio (Vn)	772-Cannellini in umido (Vn) 746 - Bietole al limone Vn 690-Insalata di Carote e Finocchii (Vn)	722-Broccoli all'olio (Vn) 782 - Piselli al tegame Vn 696- Pomodori in insalata (Vn)

Vn: ricetta vegana

Vr: ricetta vegetariana

* I prodotti contrassegnati potrebbero essere surgelati

In linea Self-Service sarà possibile richiedere pasti dietetici o "in bianco" SOLO SU PRENOTAZIONE.

possibile anche chiedere pasti da asporto senza prenotazione scegliendo fra i cibi disponibili, senza priorità rispetto alla linea self (consigliamo il prelievo nelle seguenti fasce orarie 11:45-12:00 13:00-13:15 dopo le 14:00)

Sarà

Allergeni: 1 Glutine, 2 Crostacei, 3 Uova, 4 Pesce, 5 Arachidi, 6 Soia, 7 Latte, 8 Frutta a guscio, 9 Sedano, 10 Senape, 11 Semi di sesamo, 12 Anidride solforosa e solfiti, 13 Lupini, 14 Molluschi

MENU' INSALATONA DEL GIORNO

INSALATONA	Insalatona ricca - Lattuga, cetriolo, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, dadini di prosciutto crudo	Insalatona con polenta - Lattuga, carota, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, ceci - Vn	Insalatona Tonno e fagioli - Tonno, pomodoro, lattuga, fagioli cannellini (2,4,14)	Caprese - pomodoro e mozzarella - Vr (7)	Insalatona di Cous cous - Cous cous, mais, pomodoro, lattuga, semi di girasole - Vn (1,6,10,13)
INSALATONA	Insalatona primavera - Insalata mista, mais, peperoni, cipolla, semi di girasole Vn	Insalatona con formaggio - Sedano, cetriolo, carote, formaggio, olive nere snocciolate - Vr (9,7)	Insalata mista con legumi - insalata mista, carote, pomodoro, mais, fagioli - Vn	Insalatona Belga - Indivia belga, sedano bianco, peperone, carote, mais - Vn (9)	Insalatona Contadina con mozzarella - Lattuga, radicchio, gherigli di noci, peperone giallo, mozzarella - Vr (8,7)

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 Pasta 20% BIO

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

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