



# MENU' SELF SERVICE POLO PIAGGE

Settimana dal 29/04 al 04/05 - 2024



|                   | LUNEDI'   | MARTEDI'   | MERCOLEDI' | GIOVEDI'   | VENERDI'   | SABATO   |
|-------------------|---|--|------------|--|--|--|
| PRIMO             | 74 - Pasta all'amatriciana <sup>(A,B)</sup>   | 76 - Pasta e lenticchie <sup>(A)</sup> (Vr-Vn)   |            | 78 - Gnocchi ai 4 formaggi <sup>(A,B,F)</sup> (Vr)   | 80 - Risotto zucca e pancetta <sup>(N,Q)</sup>   | 5 - Pasta alla Gricia <sup>(A,B)</sup>   |
|                   | 75 - Minestrone con riso <sup>(N)</sup> (Vr-Vn)   | 39 - Ravioli ricotta e spinaci al pomodoro <sup>(A,B,F)</sup> (Vr)   |            | 79 - Zuppa di ceci e farro <sup>(A,N)</sup> (Vr - Vn)  | 81 - Passato di verdure <sup>(N)</sup> (Vr - Vn)   | 566 - Fesa di tacchino al limone <sup>(Q)</sup>  |
|                   | 41/42/43 - Riso all'olio (Vr-Vn) o burro <sup>(B)</sup> (Vr) o al pomodoro (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) |            | 41/42/43 - Riso all'olio (Vr-Vn) o burro <sup>(B)</sup> (Vr) o al pomodoro (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) | 1018 - Bietola ripassata (Vr - Vn)   |
| SECONDO           | 565 - Frittatona di zucchine <sup>(F)</sup> (Vr)  | 606 - Arrosto di tacchino al forno <sup>(Q)</sup>  |            | 536 - Hamburger alla griglia   | 590 - Filetto nasello al vapore e prezzemolo <sup>(H)</sup>  |  |
|                   | 566 - Fesa di tacchino al limone <sup>(Q)</sup><br>519 - Sformato di melanzane grigliate, pomodoro e basilico (Vr - Vn) | 568 - hamburger spinaci e patate <sup>(A)</sup> (Vr - Vn)<br>575 - Prosciutto crudo toscano                      |            | 608 - Omelette con cotto e formaggio <sup>(B,F)</sup><br>571 - Insalata di patate, broccoli, dadini di polenta, olive snocciolate - Vr - Vn<br>574 - Piadina IGP con verdure cotte e prosciutto <sup>(A)</sup> | 524 - Pollo al forno <sup>(Q)</sup><br>589 - Sformato di zucchine grigliate, pomodoro e basilico (Vr - Vn)       |  |
| PRODOTTO DA FORNO |   |  |            | 1037 - Zucchine trifolate (Vr-Vn)  | 546 - Pizza Marinara a tranci <sup>(A)</sup> con 1008 - insalata mista estiva o patatine (Vr)                    |  |
| CONTORNO          | 1018 - Bietola ripassata (Vr-Vn)  | 1039 - Insalata di patate e fagiolini (Vr-Vn)  |            | 1040 - insalata verde con noci/nocciole <sup>(D)</sup> (Vr-Vn)   | 1045 - Cavolfiore all'olio (Vr-Vn)   | Note: il pasto del sabato verrà fornito refrigerato con prenotazione entro le ore 9:00 del giorno precedente |
|                   | 1034 - finocchi in insalata (Vr-Vn)   | 1043 - insalata mista autunnale (Vr-Vn)  |            |  | 1042 - 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

|           |  |  |  |  |   |  |
|-----------|--|--|--|--|---|--|
| INSALATON | 1501 - Insalatona di Orzo e Tonno - Orzo, mais, pomodoro, lattuga, tonno <sup>(A-H)</sup>  | 1503b - Insalatona di Tonno e uova - Lattuga, carote, pomodoro, olive verdi snocciolate, mais, uova sode - Vr <sup>(H,F)</sup> |  | 1507 - Insalatona Nizzarda - Sedano, indivia belga, gherigli di noce, uova sode, filetti di acciuga/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, zucchina. |
| INSALATON | 1522b - Insalatona di avocado - Lattuga, carota, pomodoro, olive verdi snocciolate, fagiolo borlotto, avocado - Vr - Vn <sup>(A)</sup> | 1504 - Insalatona di Farro - Farro, ceci, pomodoro, sedano, iceberg, carciofi sott'olio - Vr - Vn <sup>(A-N)</sup>             |  | 1508b - Insalatona Variopinta: Peperone rosso, carota, pomodoro, lattuga, olive nere snocciolate, ananas fresco, prezzemolo, avocado - Vr - Vn | 1510 - Insalatona Contadina - Lattuga, radicchio, gherigli di noci, peperone giallo, dadini di polenta, basilico - Vr - Vn <sup>(B)</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