

October 2017 Menu

SCHOLASTIC YEAR 2017 – "The International School in Genoa" GRADE 2nd TO 12th

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
October 2nd-6th	Pasta with tomatoes and courgettes	Rice with saffron	Amatriciana pasta	Pastas with tomato sauce	Pasta with Pesto, potatoes and green beans
	Vegetable soup	Carrots cream soup	Vegetable cream soup	Lentils Soup	Pasta with beans
	Roast turkey	Roast loin pork	Lemon escalope	Roasted chicken	Mediterranean hake fillets
	Spinach omelette	Eggplants Roulade	Caprese salad	Ham and Cheese roulade	Vegetables Omelette
	Classic Chef salad	Tuna fish and tomatoes salad	Boiled vegebles salad	Ham and cheese salad	Eggs and green beans salad
	Carrots seasoned with oil	Courgettes with parsley	Green beans with butter	Mashed potatoes	Seasoned peas
	Mixed salad/Fresh vegetables	Grated carrots	Tomatoe and corn salad	Green salad	Green salad
	Fresh fruit	Fruit mousse	Yogurt	Chocolate pudding	Apricot tart
October 9th-13th	Sardinian gnocchi with ragù sauce	Lasagna with tomatoes	Pastas with tomato sauce	Gnocchi al pesto	Homemade pizza margherita
	Vegetable soup with pasta	Legume soup	Chards soup	Vegetable soup	Vegetable soup with rice
	Breaded chicken breast	Pork loin stew with vegetables	Turkey roast with rosemary	Hamburger with cheese	*Hake with tomatoes
	Grilled vegetables and cheese	Quiche lorraine	Courgettes omelet	Bresaola with arugula	Chards pie
	Chef mixed salad	Salad with tuna and tomatoes	Salad with boiled vegetables	Salad with ham and cheese	Salad with eggs and green beans
	Gratinéed fennels	Vichy carrots	Mixed vegetable salad	Chards seasoned with oil	Green peas stew
	Mixed salad/Fresh vegetables	Fennels salad	Tomatoes salad	Savoy cabbage salad	Spelt salad
	Fresh fruit	Fruit mousse	Yogurt	Vanilla pudding	Fresh fruit
October 16th-20th	Pasta with ricotta and tomato	Pasta with ragù	Pasta with vegetable ragù	Ravioli with butter and sage	Pasta with tuna and olives
	Vegetable soup with croutons	Potatoes cream soup	Small pasta with broth	Legumes cream soup with rice	Carrots cream soup
	Turkey nuggets	Meatloaf with vegetables	Chicken breast with tomatoes and cheese	Chicken legs stew	*Flounder fillets with butter and parsley
	Green omelet	Cold turkey rump with tomatoes	Caprese salad	Vegetable pie	Breaded mozzarella cheese
	Chef mixed salad	Salad with tuna and tomatoes	Salad with boiled vegetables	Salad with ham and cheese	Salad with eggs and green beans
	Spinach with parmesan cheese	Courgettes with parsley	Braised carrots	Vegetable stew	Boiled cauliflower
	Mixed salad / Fresh vegetables	Red cabbage salad	Potatoes salad with parsley	Green salad	Chickpeas salad
	Fresh fruit	Fruit mousse	Yogurt	Chocolate pudding	Apricot tart
October 23rd-27th	Farfalle pasta with tomatoes and olives	Pasta with butter	Pasta with pesto	Pasta with tomato and mozzarella cheese	Homemade pizza margherita
	Vegetable soup with legumes	Vegetable cream soup	Tortellini	Legumes cream soup	Courgettes cream soup
	Vegetable omelet	Meat bites with butter and aromatic herbs	Breaded rump turkey	Hamburger	*Fish fingers
	Potatoes and ham pie	Pasqualina vegetable pie	Ham	Grilled vegetables salad	Chicken stew
	Chef mixed salad	Salad with tuna and tomatoes	Salad with boiled vegetables	Salad with ham and cheese	Salad with eggs and green beans
	French green peas	Baked potatoes	Gratinéed chards	Carrots seasoned with oil	Courgettes with parsley
	Mixed salad / Fresh vegetables	Green salad	Corn salad	Tomatoes salad	Beans salad
	Fresh fruit	Fruit mousse	Yogurt	Creme caramel	Fresh fruit

ALTERNATIVES TO THE FIRST COURSE AVAILABLE EVERY DAY: WHITE/TOMATO PASTA/RICE

ALTERNATIVES TO THE SECOND COURSE AVAILABLE EVERY DAY: GRILLED CHICKEN BREAST

ALTERNATIVES TO THE DESSERT AVAILABLE EVERY DAY: FRESH FRUIT AND/OR YOGURT

Menu ottobre 2017

ANNO SCOLASTICO 2017 – "The International School in Genoa" Elementari/Medie/Liceo

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
2-6 ottobre	Fusilli Pomodoro e Zucchine	Risotto con Zafferano	Sedani alla amatriciana	Pasta al sugo	Pasta al Pesto con patate e fagiolini
	Minestra di Verdura	Crema di Carote	Passato di verdura	Minestra di lenticchie	Pasta e Fagioli
	Arrosti di tacchino	Arrosti di Lonza al Forno	Scaloppina al Limone	Pollo al forno	*Filetti di Nasello alla mediterranea
	Frittata di Spinaci	Fagottini di Melanzane	Insalata Caprese	Involtini di Prosciutto e Formaggio	Omelette alle verdure
	Insalatona Classica dello chef	Insalatona con Tonno e Pomodori	Insalatona con verdure bollite	Insalatona con prosciutto e formaggio	Insalatona con uova e fagiolini
	Carote all'Olio	Zucchine Prezzemolate	Fagiolini al burro	Purea di patate fresche	Piselli alla francese
	Insalata Mista /verdure fresche	Carote grattugiate	Insalata di pomodoro e mais	Insalata verde	Insalata verde
	Frutta Fresca	Mousse di frutta	Yogurt	Budino al cioccolato	Crostata di albicocche
9-13 ottobre	Gnocchetti Sardi al Ragù	Lasagne al Pomodoro	Pasta al sugo	Gnocchi al pesto	Pizza Margherita fatta in casa
	Minestrone di verdure con pasta	Minestra di Legumi	Minestra di Bietole	Minestra vegetale	Passato di Verdure con riso
	Petto di pollo alla milanese	Spezzatino di lonza con verdure	Arrosti di Tacchino al Rosmarino	Hamburger al Formaggio	*Cuore di Nasello al pomodoro
	Verdure Grigliate e Formaggio	Quiche lorraine	Frittata di Zucchine	Bresaola con Rucola	Torta di Bietole
	Insalatona Classica dello chef	Insalatona con Tonno e Pomodori	Insalatona con verdure bollite	Insalatona con prosciutto e formaggio	Insalatona con uova e fagiolini
	Finocchi Gratinati	Carote Vichy	Macedonia di Verdure	Bietoline all'olio	Pisellini in umido
	Insalata Mista/verdure fresche	Insalata di finocchi	Insalata di pomodori	Insalata di verza	insalata di farro
	Frutta Fresca	Mousse di frutta	Yogurt	Budino alla vaniglia	Frutta Fresca
16-20 ottobre	Pasta con ricotta e pomodoro	Pasta al sugo	Pasta al Ragù Vegetale	Ravioli Burro e Salvia	Pasta al Sugo di Tonno e Olive
	Minestrone di verdura con crostini	Crema di patate	Pastina in brodo vegetale	Crema di Legumi con riso	Vellutata di carote
	Bocconcini di tacchino impanati	Polpettone di carne allo genovese	Petto di pollo alla pizzaiola	Cosce di pollo in umido	*Filetto Platessa alla mugnaia
	Frittata alle erbe	Fesa di Tacchino Fredda con Pomodori	Insalata Caprese	Sformato di verdure	Mozzarella dorata
	Insalatona Classica dello chef	Insalatona con Tonno e Pomodori	Insalatona con verdure bollite	Insalatona con prosciutto e formaggio	Insalatona con uova e fagiolini
	Spinaci al Parmigiano	Zucchine Prezzemolate	Carote Brasate	Ratatouille	Cavolfiori al vapore
	Insalata Mista/verdure fresche	Insalata di Cavolo Rosso	Insalata di patate e prezzemolo	Insalata verde	insalata di ceci
	Frutta Fresca	Mousse di frutta	Yogurt	Budino al cioccolato	Crostata di albicocche
23-27 ottobre	Farfalle Pomodoro e Olive	Pasta al burro	Pasta al pesto	Pasta pomodoro e mozzarella	Pizza Margherita fatta in casa
	Minestrone di verdure con legumi	Passato di Verdura	Tortellini	Vellutata di Legumi con crostini	Crema di Zucchine
	Frittata alle verdure	Carne all'uccelletto	Fesa di tacchino alla milanese	Hamburger	*Bastoncini di Pesce
	Tortino di patate e prosciutto	Torta pasqualina	Prosciutto	Insalata di Verdure Grigliate	Spezzatino di pollo in umido
	Insalatona Classica dello chef	Insalatona con Tonno e Pomodori	Insalatona con verdure bollite	Insalatona con prosciutto e formaggio	Insalatona con uova e fagiolini
	Piselli alla francese	Patate al Forno	Bietole gratinate	Carote all'Olio	Zucchine Prezzemolate
	Insalata Mista/verdure fresche	insalata verde	Insalata di mais	Insalata pomodoro	insalata di fagioli cannellini
	Frutta Fresca	Mousse di frutta	Yogurt	Crema caramell	Frutta Fresca

ALTERNATIVE AL PRIMO PIATTO TUTTI I GIORNI: PASTA E RISO AL POMODORO/BURRO

ALTERNATIVE AL SECONDO PIATTO TUTTI I GIORNI: PETTO DI POLLO ALLA PIASTRA

ALTERNATIVE AL DESSERT TUTTI I GIORNI: FRUTTA FRESCA E/O YOGURT