



# MENU GREEN FOOD WEEK 2026

## MENSA CAMPUS UNIVERSITARIO DI SAVONA



LUNEDÌ 13 aprile 2026	MARTEDÌ 14 aprile 2026	MERCOLEDÌ 15 aprile 2026	GIOVEDÌ (giornata meatless) 16 aprile 2026	VENERDÌ 17 aprile 2026
<b>PRIMI</b>	<b>PRIMI</b>	<b>PRIMI</b>	<b>PRIMI</b>	<b>PRIMI</b>
PASTA BIO IN BIANCO	PASTA BIO IN BIANCO	PASTA BIO IN BIANCO	PASTA BIO IN BIANCO	PASTA BIO IN BIANCO
PASTA INTEGRALE BIO	PASTA INTEGRALE BIO	PASTA INTEGRALE BIO	PASTA INTEGRALE BIO	PASTA INTEGRALE BIO
PASTA IN BIANCO PER CELIACI	PASTA IN BIANCO PER CELIACI	PASTA IN BIANCO PER CELIACI	PASTA IN BIANCO PER CELIACI	PASTA IN BIANCO PER CELIACI
RISO IN BIANCO	RISO IN BIANCO	RISO IN BIANCO	RISO IN BIANCO	RISO IN BIANCO
PASTA/RISO AL POMODORO	PASTA/RISO VERDURE	PASTA/RISO ARRABBIATA	PASTA/RISO PUTTANESCA	PASTA/RISO AL POMODORO
PASTA/RISO AL PESTO	PASTA/RISO FORMAGGI	PASTA/RISO AL PESTO	PASTA/RISO AL SUGO DI NOCI	PASTA/RISO AL CACIO PEPE
PASTA/RISO GAMBERI E ZUCCHINE	PASTA/RISO AI FUNGHI*	PASTA/RISO RAGU' DI SOIA	PASTA/RISO AI CARCIOFI	PASTA/RISO ALLA BOSCAIOLA
LASAGNE AL PESTO	RAVIOLI DI MAGRO	LASAGNE VEGETARIANE	PANSOTTI	GNOCCHI
PASTA E FAGIOLI	ZUPPA DI LEGUMI	ZIMINO DI CECI	ZUPPA DI CANNELLINI	VELLUTATA DI FAVE
VELLUTATA DI ZUCCA	VELLUTATA di BROCCOLI	VELLUTATA DI PISELLI	VELLUTATA DI LENTICCHIE	MINISTRONE ALLA LIGURE
<b>SECONDI E PIATTI FREDDI</b>	<b>SECONDI E PIATTI FREDDI</b>	<b>SECONDI E PIATTI FREDDI</b>	<b>SECONDI E PIATTI FREDDI</b>	<b>SECONDI E PIATTI FREDDI</b>
POLPETTONE ALLA LIGURE	VERDURE RIPIENE	TORTA DI VERDURA	HAMBURGER VEGANI*	BRICK CON TONNO/VERDURA
COTOLETTA DI SOIA	FALAFEL E SALSA TAHINI	FRITTATINA DI "GIANCHETTI"	MELANZANE ALLA PARMIGIANA	FRITTO MISTO DI PESCE
POLPO IN UMIDO CON PATATE*	FILETTI DI SCORFANO*	CROCCHETTE DI SOIA AL POMODORO	CREPPELLE AI FORMAGGI	TOFU CON PEPERONI
PIZZA VEGANA/VEGETARIANA	PIZZA VEGANA/VEGETARIANA	PIZZA VEGANA/VEGETARIANA	PIZZA VEGANA/VEGETARIANA	PIZZA VEGANA/VEGETARIANA
PIADINA VEGANA/VEGETARIANA	PIADINA VEGANA/VEGETARIANA	PIADINA VEGANA/VEGETARIANA	PIADINA VEGANA/VEGETARIANA	PIADINA VEGANA/VEGETARIANA
PIADINA SPECK/TACCHINO	PIADINA COTTO/TACCHINO	PIADINA CRUDO/TACCHINO	PIADINA CON FRITTATA	PIADINA TACCHINO
INSALATONA UOVA MOZZARELLA	INSALATONA UOVA MOZZARELLA	INSALATONA UOVA MOZZARELLA	INSALATONA UOVA MOZZARELLA	INSALATONA UOVA MOZZARELLA
INSALATONA VEGANA	INSALATONA VEGANA	INSALATONA VEGANA	INSALATONA VEGANA	INSALATONA VEGANA
NICOISE	POMODORO MOZZARELLA	FAGIOLINI TONNO MOZZARELLA	INSALATA DI LEGUMI E VERDURE MISTE	TABULE' CON GAMBERI
FORMAGGI MISTI	POLPETTE DI RICOTTA	POKE MOZZARELLA UOVA RISO VERDURE	TOMINI AROMATIZZATI	FORMAGGI MISTI
<b>CONTORNI</b>	<b>CONTORNI</b>	<b>CONTORNI</b>	<b>CONTORNI</b>	<b>CONTORNI</b>
PURE'	PATATE AL FORNO	CROCCHETTE DI PATATE *	PATATE AL FORNO	PATATE AL FORNO
MELANZANE AL FUNGHETTO	PISELLI SALTATI*	CRAUTI	LENTICCHIE IN UMIDO	FAGIOLI ALL'UCCELLETTO
FAGIOLINI AL VAPORE*	BIETOLE AL VAPORE	ZUCCHINE AL VERDE	CAROTE PREZZEMOLATE*	BROCCOLI AL VAPORE
INSALATA VERDE /MISTA	INSALATA VERDE /MISTA	INSALATA VERDE /MISTA	INSALATA VERDE /MISTA	INSALATA VERDE /MISTA
INSALATA DI LEGUMI	INSALATA FAGIOLI ROSSI	INSALATA D'ORZO	POKE' RISO VERDURE	PANISSA ALLA LIGURE
<b>DESSERT/FRUTTA</b>	<b>DESSERT/FRUTTA</b>	<b>DESSERT/FRUTTA</b>	<b>DESSERT/FRUTTA</b>	<b>DESSERT/FRUTTA</b>
BUDINO CIOC./VANIGLIA	BUDINO CIOC./VANIGLIA	BUDINO CIOC./VANIGLIA	BUDINO CIOC./VANIGLIA	BUDINO CIOC./VANIGLIA
CROSTATA MARMELLATA	TORTA DI MELE	CROSTATA MARMELLATA	TORTA DI MELE	CROSTATA CON MARMELLATA
MACEDONIA	MACEDONIA	MACEDONIA	MACEDONIA	MACEDONIA
FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE	FRUTTA DI STAGIONE
YOGURT	YOGURT	YOGURT	YOGURT	YOGURT

- PIATTO VEGANO
- PIATTO VEGETARIANO
- PIATTO GLUTEN FREE
- PIATTO REGIONALE
- PIATTO ETNICO
- \* PRODOTTO SURGELATO

