

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE e PESCE**



| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|---|--|---|--|--|
| 1° SETTIMANA dal 17/02 al 21/02 | Pasta integrale• al pomodoro Mozzarella• Spinaci*• gratinati ▲ Pane • ◇ Frutta di stagione • | Pasta• all'olio EVO• Farinata di ceci* Insalata• e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione • | Fagiolini*• Lasagne• vegetariane Pane • ◇ Frutta di stagione • | Passato di verdura• con crostini Frittata• al forno Purè di patate Pane • ◇ Frutta di stagione • | Risotto• alla parmigiana Crocchette di piselli* Carote• al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione • |
| 2° SETTIMANA dal 24/02 al 28/02 | Pasta tricolore all'olio EVO• Crocchette vegetariane Insalata arlecchino (carote•, olive e mais*) Pane • ◇ Frutta di stagione • & Chiacchiere | Minestra di orzo• e patate• Frittata• al forno Broccoli• e zucca• Pane • ◇ Frutta di stagione • | Risotto• allo zafferano Ceci in insalata Finocchi• julienne Pane • ◇ Frutta di stagione • | Fagiolini*• Pizza margherita Pane • ◇ Frutta di stagione • Yogurt • | VENERDI Pasta• al pomodoro• Stufato di lenticchie• e patate• Carote• al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione • |
| 3° SETTIMANA dal 03/03 al 07/03 | LUNEDI CARNEVALE | MARTEDI CARNEVALE | MERCOLEDI Raviolini agli spinaci Parmigiano Reggiano DOP Finocchi• gratinati Pane • ◇ Frutta di stagione • | GIOVEDI Pasta• al ragù di verdura• Frittata• al forno Fagiolini*• Pane • ◇ Frutta di stagione • | VENERDI Riso• all'inglese Farinata di ceci* Carote• julienne Pane • ◇ Frutta di stagione • |
| 4° SETTIMANA dal 10/03 al 14/03 | LUNEDI Polenta• Lenticchie in umido• Spinaci*• Pane • ◇ Frutta di stagione • | MARTEDI Passato di verdura• con maccheroncini• Frittata• al forno Patate• Pane • ◇ Frutta di stagione • | MERCOLEDI Pasta• all'olio EVO• Crocchette di piselli*• e carote• Lattughino• con cavolo cappuccio bianco• Pane • ◇ Frutta di stagione • | GIOVEDI Riso• al pomodoro• Asiago DOP Fagiolini*• Pane • ◇ Frutta di stagione • | VENERDI Pasta• al pesto* Tortino di cannellini Carote• julienne Pane • ◇ Frutta di stagione • |

LEGENDA

- : prodotto da **agricoltura biologica**
- : prodotto proveniente da **Mercato Equosolidale**
- : prodotto **Km Zero**
- : prodotto proveniente da **pesca sostenibile (MSC)**
- ▲ : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



Parola alla Food Policy

Menù Green: amici del clima anche a tavola

Un'alimentazione sostenibile è il primo passo per garantire ai nostri bambini e al Pianeta il benessere che meritano. Il **Menù Green** nasce per consentire ai nostri bambini di mangiare sano e sostenibile, senza dimenticare il gusto e le antiche tradizioni mediterranee. Una volta a settimana sarà proposto un menù interamente vegetale, per dimostrare a loro e a tutti che la sostenibilità comincia da tavola. Pasto dopo pasto.

Per saperne di più:

Una volta a settimana, la **MELA** sarà e la **BANANA** sarà
 La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate, no legumi)
 ◇ Un giorno a settimana, il pane somministrato viene prodotto dal **"FORNO AL FRESCO"** presso la **Casa Circondariale di Bergamo** (non sarà biologico)

Vuoi conoscere le ricette del menù? Vuoi scoprire curiosità sui menù speciali?
 Vai su **bergamo.scuole.sercar.it** aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE e PESCE**



| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|--|---|--|--|---|
| 1° SETTIMANA dal 17/03 al 21/03 | Pasta • all'olio EVO • Stufato di legumi • e carote • in umido Pane • ◊ Frutta di stagione • | Risotto • alla parmigiana Crocchette di piselli* Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta • al ragù di verdura • Formaggio Branzi FTB Lattughino • Pane • ◊ Frutta di stagione • & Torta al cacao | Passato di verdura • con crostini Frittata • al forno Patate • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta • al pomodoro • Insalata di ceci • e patate • al pesto* Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione • |
| 2° SETTIMANA dal 24/03 al 28/03 | Pasta • all'olio EVO • Farinata di ceci* Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Minestra di orzo • e patate • Tortino di cannellini Spinaci* • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta • al pomodoro • Frittata • alle verdure • Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione • | Risotto • allo zafferano Piselli* • stufati all'origano Finocchi • e carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione • | Fagiolini* • Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt • |
| 3° SETTIMANA dal 31/03 al 04/04 | Riso • all'inglese Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta • al ragù di verdura • Lenticchie • in umido Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Risotto • con crema d'asparagi* Crocchette di piselli* Carote • fresche e piselli* • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Raviolini agli spinaci Mozzarella • 1/2 porzione Finocchi • gratinati Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta • integrale al pomodoro • e pesto* Frittata • al forno Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione • |
| 4° SETTIMANA dal 07/04 al 11/04 | Pasta • al pomodoro • Parmigiano Reggiano DOP Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione • | Lasagne • vegetariene Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta • all'olio EVO • Insalata calda di ceci e patate • Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione • | Polenta • Lenticchie in umido • Spinaci* • Pane • ◊ Frutta di stagione • | Risotto • allo zafferano Crocchette di piselli* • e carote • Lattughino • con cavolo cappuccio bianco • Pane • ◊ Frutta di stagione • |



LEGENDA

- : prodotto da **agricoltura biologica**
- : prodotto proveniente da **Mercato Equosolidale**
- : prodotto **Km Zero**
- : prodotto proveniente da **pesca sostenibile (MSC)**
- : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



Menù Festa del Papà

Menù Libera Terra

Menù di Primavera



Parola alla Food Policy

Menù Green: amici del clima anche a tavola
Un'alimentazione sostenibile è il primo passo per garantire ai nostri bambini e al Pianeta il benessere che meritano. Il **Menù Green** nasce per consentire ai nostri bambini di mangiare sano e sostenibile, senza dimenticare il gusto e le antiche tradizioni mediterranee. Una volta a settimana sarà proposto un menù interamente vegetale, per dimostrare a loro e a tutti che la sostenibilità comincia da tavola. Pasto dopo pasto.
Per saperne di più:
www.foodpolicybergamo.it

Una volta a settimana, la **MELA** sarà e la **BANANA** sarà
La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate, no legumi)
◊ Un giorno a settimana, il pane somministrato viene prodotto dal **"FORNO AL FRESCO"** presso la **Casa Circondariale di Bergamo** (non sarà biologico)

Vuoi conoscere le ricette del menù? Vuoi scoprire curiosità sui menù speciali?
Vai su bergamo.scuole.sercar.it aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE e PESCE**



1° SETTIMANA
dal 14/04 al 18/04

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|--------------------|-------------------------|-------------------|-------------------|
| Tortelli ai piselli  | Pasta al pomodoro | Risotto alla parmigiana | VACANZE DI PASQUA | VACANZE DI PASQUA |
| Cotoletta vegetariana | Mozzarella | Frittata al forno | | |
| Insalata, carote & mais* | Spinaci* gratinati | Fagiolini* | | |
| Pane ♦ | Pane ♦ | Pane ♦ | | |
| Frutta di stagione & Colomba | Frutta di stagione | Frutta di stagione | | |

2° SETTIMANA
dal 21/04 al 25/04

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|-------------------|-------------------|----------------------------|--------------------|------------|
| VACANZE DI PASQUA | VACANZE DI PASQUA | Pasta al pomodoro e pesto* | Riso all'inglese | FESTIVITA' |
| | | Asiago DOP | Farinata di ceci* | |
| | | Carote al vapore | Fagiolini* | |
| | | Pane ♦ | Pane ♦ | |
| | | Frutta di stagione | Frutta di stagione | |

3° SETTIMANA
dal 28/04 al 02/05

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|------------------------------|--------------------|--------------------|------------|--------------------|
| Risotto allo zafferano | Pizza margherita | Pasta al pomodoro | FESTIVITA' | Pasta all'olio EVO |
| Piselli* stufati all'origano | Pomodori | Frittata al forno | | Farinata di ceci* |
| Insalata & mais* | Pane ♦ | Fagiolini* | | Zucchine |
| Pane ♦ | Frutta di stagione | Pane ♦ | | Pane ♦ |
| Frutta di stagione | Yogurt | Frutta di stagione | | Frutta di stagione |

4° SETTIMANA
dal 05/05 al 09/05

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---------------------|---|--------------------------------------|---------------------|-----------------------|
| Pasta al pomodoro | Scarpinocc de Par  | Risotto zafferano e zucchine fresche | Lasagne vegetariane | Pasta al pesto* |
| Lenticchie in umido | Taleggio del Monte Bronzone | Frittata con patate | | Tortino di cannellini |
| Carote julienne | Lattughino | Pomodori | Fagiolini* | Erbette* |
| Pane ♦ | Pane ♦ | Pane ♦ | Pane ♦ | Pane ♦ |
| Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione | Frutta di stagione |

LEGENDA

- : prodotto da **agricoltura biologica**
- : prodotto proveniente da **Mercato Equosolidale**
- : prodotto **Km Zero**
- : prodotto proveniente da **pesca sostenibile (MSC)**
- : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

 **Menù di Pasqua**

 **Menù Bergamasco**

Green menù Parola alla Food Policy

Menù Green: amici del clima anche a tavola

Un'alimentazione sostenibile è il primo passo per garantire ai nostri bambini e al Pianeta il benessere che meritano. Il **Menù Green** nasce per consentire ai nostri bambini di mangiare sano e sostenibile, senza dimenticare il gusto e le antiche tradizioni mediterranee. Una volta a settimana sarà proposto un menù interamente vegetale, per dimostrare a loro e a tutti che la sostenibilità comincia da tavola. Pasto dopo pasto.

Per saperne di più:
www.foodpolicybergamo.it

Una volta a settimana, la **MELA** sarà e la **BANANA** sarà

La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate, no legumi)

♦ Un giorno a settimana, il pane somministrato viene prodotto dal **"FORNO AL FRESCO"** presso la **Casa Circondariale di Bergamo** (non sarà biologico)

Vuoi conoscere le ricette del menù? Vuoi scoprire curiosità sui menù speciali?
Vai su **bergamo.scuole.sercar.it** aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE e PESCE**



| | LUNEDI | MARTEDI | green menu MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|--|--|---|---|---|
| 1° SETTIMANA dal 12/05 al 16/05 | Trofie al pesto* Crocchette vegetariene Zucchine trifolate Pane • ◊ Frutta di stagione • & Crostatina alla marmellata | Pasta integrale• al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP Pomodori• Pane • ◊ Frutta di stagione • | Risotto• alla parmigiana Lenticchie• in umido Carote• al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta• al ragù di verdura• Frittata• al forno Insalata• e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione • | Pasta• all'olio EVO• Farinata di ceci* Fagiolini*• Pane • ◊ Frutta di stagione • |
| 2° SETTIMANA dal 19/05 al 23/05 | Raviolini agli spinaci Asiago DOP Zucchine• fresche gratinate▲ Pane • ◊ Frutta di stagione • | green menu Gnocchetti sardi• all'olio EVO• aromatizzato Crocchette di fagioli• e melanzane• Pomodori• Pane • ◊ Frutta di stagione • | MERCOLEDI Pasta• al pesto* Ceci alla pizzaiola Fagiolini*• Pane • ◊ Frutta di stagione • | GIOVEDI Risotto• allo zafferano Frittata• con patate• Insalata• Pane • ◊ Frutta di stagione • | VENERDI Pasta• al pomodoro• Tortino di cannellini Carote• julienne Pane • ◊ Frutta di stagione • |
| 3° SETTIMANA dal 26/05 al 30/05 | green menu Riso• al pomodoro• Farinata di ceci* Carote• al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione • | MARTEDI Gnocchetti sardi• al pesto di zucchine•■ Lenticchie• in umido Fagiolini*• Pane • ◊ Frutta di stagione • | MERCOLEDI Pasta• al sugo di melanzane• fresche Mozzarella• Insalata• Pane • ◊ Frutta di stagione • | GIOVEDI Risotto• alla parmigiana Insalata di ceci Pomodori• Pane • ◊ Frutta di stagione • | VENERDI Pasta• al ragù di verdura• Frittata• al forno Zucchine• trifolate Pane • ◊ Frutta di stagione • |
| 4° SETTIMANA dal 02/06 al 06/06 | LUNEDI FESTIVITA' | MARTEDI Pasta• al pomodoro• Piselli* stufati all'origano Insalata • e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione • | MERCOLEDI Pizza margherita Pomodori• Pane • ◊ Frutta di stagione • Gelato* | GIOVEDI Pasta• all'olio EVO• Frittata• alle zucchine• Carote• julienne Pane • ◊ Frutta di stagione • | VENERDI Risotto• zafferano e zucchine• fresche Farinata di ceci* Fagiolini*• Pane • ◊ Frutta di stagione • |



LEGENDA

- : prodotto da **agricoltura biologica**
- : prodotto proveniente da **Mercato Equosolidale**
- : prodotto **Km Zero**
- : prodotto proveniente da **pesca sostenibile (MSC)**
- ▲ : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

Menù della Festa della Mamma

Menù di Fine Anno



Parola alla Food Policy

Menù Green: amici del clima anche a tavola

Un'alimentazione sostenibile è il primo passo per garantire ai nostri bambini e al Pianeta il benessere che meritano. Il **Menù Green** nasce per consentire ai nostri bambini di mangiare sano e sostenibile, senza dimenticare il gusto e le antiche tradizioni mediterranee. Una volta a settimana sarà proposto un menù interamente vegetale, per dimostrare a loro e a tutti che la sostenibilità comincia da tavola. Pasto dopo pasto.

Per saperne di più:
www.foodpolicybergamo.it

Una volta a settimana, la **MELA** sarà ■ e la **BANANA** sarà
 La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate, no legumi)
 ◊ Un giorno a settimana, il pane somministrato viene prodotto dal **"FORNO AL FRESCO"** presso la **Casa Circondariale di Bergamo** (non sarà biologico)

Vuoi conoscere le ricette del menù? Vuoi scoprire curiosità sui menù speciali?
 Vai su bergamo.scuole.sercar.it aggiungi la webapp alla tua home page e