

# MENU' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE CON CUCINA - a.s. 2023/2024 **VEGAN**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 01/04 al 05/04	VACANZE DI PASQUA		Pasta integrale al pomodoro e basilico Farinata di ceci* Fagiolini Pane Frutta di stagione	Tofu e Carote julienne Pizza pomodoro e origano Pane Frutta di stagione Yogurt di soia	Riso all'inglese Lenticchie in umido Spinaci Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 08/04 al 12/04	Pasta al pomodoro Formaggio vegetale Carote julienne Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pasta al ragù di lenticchie Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Crocchette di legumi Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	Minestra di orzo e patate Fagioli in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Tofu alle verdure Zucchine Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 15/04 al 19/04	Pasta al pomodoro Farinata di ceci* Insalata Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Tofu alla pizzaiola Patate lesse Pane Frutta di stagione	Risotto con crema di asparagi* Polpette di piselli Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Orzo agli spinaci Formaggio vegetale Pomodori Pane Frutta di stagione	Pasta al basilico Lenticchie in umido Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 22/04 al 26/04	Pasta all'olio EVO Crocchette di piselli e carote Pomodori Pane Frutta di stagione	Risotto Formaggio vegetale Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Farinata di ceci* Fagiolini Pane Frutta di stagione	FESTIVITA' PONTE	

## 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 Primavera



Giornata Mondiale della Terra



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](http://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 "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](http://bergamo.scuole.sercar.it) aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!

# MENU' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE CON CUCINA - a.s. 2023/2024 **VEGAN**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 29/04 al 03/05	Risotto	Pasta al pomodoro	FESTIVITA'	Pasta al basilico	Risotto allo zafferano e zucchine fresche
	Formaggio vegetale	Farinata di ceci*		Piselli* al pomodoro	Crocchetta di tofu e patate
	Erbette	Carote fresche al vapore		Fagiolini	Carote julienne
	Pane	Pane		Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione		Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 06/05 al 10/05	Pasta all'olio EVO	Pasta al ragù di verdura	Risò all'inglese	Tofu e Pomodori	Pasta integrale al pomodoro e basilico
	Lenticchie in umido	Tofu alle verdure	Crocchette di legumi	Pizza pomodoro e origano	Ceci in insalata
	Carote al vapore	Insalata e mais*	Zucchine trifolate	Pane	Fagiolini
	Pane	Pane	Pane	Frutta di stagione	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt di soia	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 13/05 al 17/05	Trofie al basilico	Risò al pomodoro	Pasta con crema di zucchine fresche	Fagiolini	Pasta all'olio EVO
	Cotoletta vegana	Fagioli stufati	Formaggio vegetale	Pasta al ragù di lenticchie	Farinata di ceci*
	Pomodori	Carote julienne	Erbette	Pane	Zucchine
	Pane	Pane	Pane	Frutta di stagione	Pane
	Frutta di stagione & Crostata s/latte e uovo	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 20/05 al 24/05	Orzo agli spinaci	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatiz	Pasta al basilico	Risotto allo zafferano	Pasta al pomodoro
	Formaggio vegetale	Crocchette di fagioli e melanzane	Insalata di ceci	Crocchetta di tofu e patate	Tortino di cannellini
	Zucchine fresche	Pomodori	Fagiolini	Insalata	Carote julienne
	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
- nnp**
- \* : congelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

## MENU' SPECIALI

Menù Bergamasco

Menù della Festa della Mamma



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](http://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 "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](http://bergamo.scuole.sercar.it) aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!

# MENU' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE CON CUCINA - a.s. 2023/2024 **VEGAN**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 27/05 al 31/05	Pasta al sugo di melanzane fresche	Gnocchetti sardi con cema di zucchine	Risotto	Pasta al ragù di verdura	Riso all'inglese
	Formaggio vegetale	Tofu alla pizzaiola	Insalata di fagioli	Farinata di ceci*	Lenticchie in umido
	Insalata	Patate lesse	Pomodori	Fagiolini	Carote al vapore
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 03/06 al 07/06	Risotto zafferano e zucchine fresche	Pasta al pomodoro	Tofu e Pomodori	Pasta all'olio EVO	Pasta integrale al pomodoro e basilico
	Polpette di legumi	Farinata di ceci*	Pizza pomodoro e origano	Tortino di ceci e zucchine	Piselli* stufati al prezzemolo
	Fagiolini	Insalata	Pane	Carote julienne	Pomodori
	Pane	Pane	Frutta di stagione	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Gelato* di soia	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 10/06 al 14/06	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 17/06 al 21/06	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE

## 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**
- NDP**
- \* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

## MENU' SPECIALI



Menù di fine anno scolastico



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](http://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 "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](http://bergamo.scuole.sercar.it) aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!