

MENU' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026 **no carne**



1° SETTIMANA dal 15/09 al 19/09	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Gnocchetti sardi • al pesto di zucchine • 	Risotto • alla parmigiana	Fagiolini •	Pasta • al pomodoro •	Pasta • all'olio EVO •
	Farinata di ceci •	Lenticchie • in umido	Pizza margherita	Crocchette di pesce • 	Frittata • al forno
	Pomodori •	Carote • al vapore	Pane • 	Carote • julienne	Zucchine • trifolate
	Pane • 	Pane • 	Frutta di stagione •	Pane • 	Pane • 
2° SETTIMANA dal 22/09 al 26/09	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta • al pesto •	Riso • all'inglese	Pasta • al ragù di verdura	Pasta • integrale al tonno	Risotto • zafferano e zucchine • fresche
	Farinata di ceci •	Insalata di Merluzzo • 	Crocchette di pesce •	Parmigiano Reggiano DOP	Frittata • al forno
	Carote • julienne	Fagiolini •	Pomodori • 	Spinaci •	Insalata •
	Pane • 	Pane • 	Pane •  Frutta di stagione • & Gelato •	Pane • 	Pane • 
3° SETTIMANA dal 29/09 al 03/10	LUNEDI	MARTEDI	 MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta • al ragù di verdura •	Pasta • al pesto •	Risotto • allo zafferano	Pasta • al pomodoro •	Pasta • all'olio EVO •
	Mozzarella •	Tonno all'olio d'oliva	Crocchette di piselli • patate • e carote •	Frittata • al forno	Platessa • impanata • 
	Pomodori •	Carote • julienne	Lattughino • e mais •	Zucchine •	Fagiolini •
	Pane • 	Pane • 	Pane • 	Pane • 	Pane • 
4° SETTIMANA dal 06/10 al 10/10	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI 	VENERDI
	Fagiolini •	Gnocchetti sardi • al pesto •	Risotto • alla parmigiana	Polenta • con	Pasta • al pomodoro •
	Pizza margherita	Lenticchie • in umido	Frittata • con zucchine •	Fagioli • alla pizzaiola	Platessa • impanata • 
	Pane • 	Carote • al vapore	Insalata •	Erbette •	Carote • julienne
	Frutta di stagione •	Pane • 	Pane • 	Pane • 	Pane • 
5° SETTIMANA dal 13/10 al 17/10	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Yogurt •	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 Inizio Anno Scolastico
- World Vegetarian Day
- Menù Polenta Day



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' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026 **no carne**

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	 GIOVEDI 	VENERDI
1° SETTIMANA dal 13/10 al 17/10	Raviolini agli spinaci Asiago DOP 1/2 porzione Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Tonno all'olio d'oliva Finocchi • in insalata Pane • ◇ Frutta di stagione •	Lasagne • vegetariane Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Crocchette di ceci • e zucca • Lattughino • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Minestra di orzo • e patate • Merluzzo* al limone • Piselli* • e carote • Pane • ◇ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 20/10 al 24/10	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE
3° SETTIMANA dal 27/10 al 31/10	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE
4° SETTIMANA dal 03/11 al 07/11	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE



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



World Food Day





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