

MENU' DEL RIENTRO (SETT- OTT) PER LE SCUOLE PRIMARIE CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2024/2025 **Vegan**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 16/09 al 20/09	Pasta al pomodoro	Pasta all'olio EVO	Tofu e Pomodori	Pasta alle zucchine fresche	Risotto zafferano e piselli
	Tortino di ceci e zucchine	Lenticchie in umido	Pizza pomodoro e origano	Crocchette di legumi	Farinata* di ceci
	Fagiolini	Carote al vapore	Frutta di stagione	Carote julienne	Zucchine fresche trifolate
	Pane	Pane	Yogurt di soia	Pane	Pane & Torta di mele
	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)
* : congelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI
Giornata Nazionale della Mela
Menù di inizio anno scolastico
Giornata Mondiale Vegetariana

MERENDE POMERIDIANE a rotazione
• Yogurt
• Pane e Marmellata
• Banana
• Succo di frutta e biscotti
• Pane e Cioccolato
• Biscotti / crackers non salati
• Torta
• Pop corn



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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 23/09 al 27/09	Pasta al ragù di verdura	Risò al pomodoro	Pasta all'olio EVO	Risotto allo zafferano	Pasta al basilico
	Crocchette vegane*	Fagioli in insalata	Farinata* di ceci	Formaggio vegetale	Tofu alla pizzaiola
	Pomodori	Carote julienne	Insalata	Erbette	Fagiolini
	Pane & Gelato* di soia	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione & Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 30/09 al 04/10	Pasta al ragù di verdura	Risò all'inglese	Pasta all'olio EVO	Pasta al pomodoro e basilico	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz
	Formaggio vegetale	Crocchette di piselli e carote	Tofu alle verdure	Farinata* di ceci	Ceci alla pizzaiola
	Pomodori	Lattughino	Zucchine	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
4° SETTIMANA dal 07/10 al 11/10	Fagioli e Carote julienne	Pasta all'olio EVO	Risotto	Pasta integrale al pomodoro	Minestra di orzo e patate
	Pizza pomodoro e origano	Lenticchie in umido	Fagioli in insalata	Crocchette di piselli	Farinata* di ceci
	Frutta di stagione	Fagiolini	Insalata	Carote al vapore	Spinaci
	Yogurt di soia	Pane	Pane	Pane	Pane
		Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione



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 aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!