

MENU' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026 **Veget**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 15/09 al 19/09	Gnocchetti sardi • al pesto di zucchine • Farinata di ceci* Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • alla parmigiana Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Fagiolini* • Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt •	Pasta • al pomodoro • Crocchette di piselli* Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Frittata • al forno Zucchine • trifolate Pane • ◊ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 22/09 al 26/09	Pasta • al pesto* Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Riso • all'inglese Fagioli alla pizzaiola Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di verdura Crocchette vegetariane Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione • & Gelato*	Pasta • integrale al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP Spinaci* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • zafferano e zucchine • fresche Frittata • al forno Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 29/09 al 03/10	Pasta • al ragù di verdura • Mozzarella • Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pesto* Insalata di ceci e patate Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Crocchette di piselli* • patate • e carote • Lattughino • e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Frittata • al forno Zucchine • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Farinata di ceci* Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 06/10 al 10/10	Fagiolini* • Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt •	Gnocchetti sardi • al pesto* Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Risotto • alla parmigiana Frittata • con zucchine • Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •	GIOVEDI Polenta • con Fagioli • alla pizzaiola Erbette* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	VENERDI Pasta • al pomodoro • 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



- Menù di Inizio Anno Scolastico
- World Vegetarian Day
- Menù Polenta Day

MERENDE POMERIDIANE a rotazione

- Yogurt •
- Pane • e Marmellata •
- Banana •
- Succo di frutta • e biscotti
- Pane • e Cioccolato •
- Biscotti / crackers non salati
- Torta



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 **Veget**



	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 Insalata di ceci e patate 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 Farinata di ceci* 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

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

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