

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024



1° SETTIMANA
dal 08/01 al 12/01

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|----------|--|--|--|------------|
| A DOMANI | Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Fagiolini* Pane Frutta di stagione | Polenta Arrosti di tacchino Piselli* e carote fresche in umido Pane Frutta di stagione | Raviolini agli spinaci Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |

2° SETTIMANA
dal 15/01 al 19/01

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|----------|---|--|---|------------|
| A DOMANI | Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Carote fresche e verza stufate Pane Frutta di stagione | Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt | Gnocchi al pomodoro Coscia di pollo al forno Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |



3° SETTIMANA
dal 22/01 al 26/01

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|----------|--|--|--|------------|
| A DOMANI | Pasta al pomodoro Crocchette di pesce* Carote julienne Pane Frutta di stagione | Riso all'inglese Hamburger fresco di manzo Purè di patate e zucca Pane Frutta di stagione | Raviolini agli spinaci Asiago DOP Lattughino Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |

4° SETTIMANA
dal 29/01 al 02/02

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|----------|--|--|--|------------|
| A DOMANI | Lasagne al ragù di manzo Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione | Pasta all'olio EVO Frittata al forno Insalata Pane Frutta di stagione | Risotto al radicchio rosso Spiedino di tacchino* Fagiolini* Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |



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
- * : congelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



Giornata mondiale della Pizza



Giornata Nazionale del Radicchio Rosso



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

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024



| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|-----------|--|--|---|--------------|
| 1° SETTIMANA dal 05/02 al 09/02 | A DOMANI | Pasta tricolore all'olio EVO Bocconcini di pollo* panati Insalata arlecchino con carote olive e mais* Pane Frutta di stagione & Chiacchiere | Pasta al pomodoro Frittata al forno Carote julienne Pane Frutta di stagione | Risotto allo zafferano Farinata di ceci* Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione | A MERCOLEDI' |
| 2° SETTIMANA dal 12/02 al 16/02 | CARNEVALE | CARNEVALE | Pasta all'olio EVO Merluzzo* impanato Fagiolini* Pane Frutta di stagione | Polenta Spezzatino di tacchino Piselli* e carote in umido Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |
| 3° SETTIMANA dal 19/02 al 23/02 | A DOMANI | Insalata e mais* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt | Pasta al pomodoro Tonno all'olio d'oliva Finocchi julienne Pane Frutta di stagione | Gnocchi al pesto Petto di pollo al latte Spinaci* Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |
| 4° SETTIMANA dal 26/02 al 01/03 | A DOMANI | Fagiolini* Lasagne al ragù di manzo Pane Frutta di stagione | Risotto allo zafferano Mozzarella Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione | Pasta all'olio EVO Coscia di pollo al forno Patate al forno Pane Frutta di stagione | A MARTEDI' |



LEGENDA

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

MENU' SPECIALI



Menù di Carnevale



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 SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024



1° SETTIMANA
dal 04/03 al 08/03

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | |
|----------|--|---|---|---------|------------|
| A DOMANI | Pasta🌿 al ragù di verdura🌿 Spiedino di tacchino* Insalata🌿 e mais* Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | Pasta🌿 al tonno Crocchette di pesce* Fagiolini*🌿 Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione🌿 | Raviolini agli spinaci Frittata🌿 con patate🌿 Carote🌿 julienne Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | | A MARTEDI' |

2° SETTIMANA
dal 11/03 al 15/03

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | |
|----------|---|---|--|---------|------------|
| A DOMANI | Riso🌿 al pomodoro🌿 Polpette di manzo* Spinaci*🌿 Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | Pasta🌿 all'olio🌿 EVO Farinata di ceci* Cavolo cappuccio bianco e viola🌿 in insalata Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | Fagiolini*🌿 Pizza margherita Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 Yogurt🌿 | | A MARTEDI' |

3° SETTIMANA
dal 18/03 al 22/03

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | |
|----------|--|---|---|---------|------------|
| A DOMANI | Pasta🌿 al ragù di manzo🌿 Formaggio Branzi FTB Lattughino🌿 Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 & Torta al cacao | Polenta🌿 Spezzatino di tacchino con piselli*🌿 e carote🌿 in umido Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | Pasta🌿 al pesto Uovo sodo🌿 Carote🌿 julienne Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | | A MARTEDI' |

4° SETTIMANA
dal 25/03 al 29/03

| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | |
|----------|---|---|---------|------------------|------------------|
| A DOMANI | Tortelli ai piselli Cotoletta di pollo* al forno Insalata🌿, carote🌿 e mais* Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 e Colomba | Risotto🌿 allo zafferano Mozzarella🌿 Spinaci*🌿 gratinati ▲ Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 | | VACANZE PASQUALI | VACANZE PASQUALI |

LEGENDA

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

MENU' SPECIALI



Menù della Festa del Papà



Menù di Pasqua



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!