

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA CON CUCINA - a.s. 2025/2026 VEGANO



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° SETTIMANA dal 20/10 al 24/10	Pasta al pomodoro Farinata di ceci* Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Riso allo zafferano e piselli* Stufato di legumi e carote Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione & Dolce vegano	Pasta all'olio EVO Crocchette di piselli* Insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Tofu alla pizzaiola Patate lesse Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Formaggio vegetale Broccoli e cavolfiori freschi Pane ♦ Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 27/10 al 31/10	Pasta al pomodoro Farinata di ceci* Finocchi in insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Minestra di riso e patate Tofu alle verdure Carote alla julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Riso all'olio evo Crocchette di piselli* patate e carote Insalata e mais* Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta integrale pomodoro e basilico Formaggio vegetale Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione	Riso alla zucca Crocchette di lenticchie Broccoli freschi e zucca Pane ♦ Frutta di stagione & Torta vegana
3° SETTIMANA dal 03/11 al 07/11	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizzato Lenticchie in umido Carote al vapore Pane ♦ Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi Spinaci all'olio evo Pane ♦ Frutta di stagione	Fagiolini* Ceci in insalata Pizza pomodoro ed origano Pane ♦ Frutta di stagione	Riso allo zafferano Piselli* stufati all'origano Finocchi e carote in insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchette di tofu e patate Insalata Pane ♦ Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 10/11 al 14/11	Pasta al ragù di verdure Formaggio vegetale Spinaci all'olio evo Pane ♦ Frutta di stagione	Riso all'inglese Farinata di ceci* Insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Fagiolini* Pasta al ragù di lenticchie Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Tortino di cannellini Carote al vapore Pane ♦ Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Tofu alle verdure Patate 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

-  **Giornata mondiale della Mela**
-  **Giornata mondiale della Pasta**
-  **Menù di Halloween**

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:

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 SCUOLE DELL'INFANZIA CON CUCINA - a.s. 2025/2026 VEGANO



	LUNEDI	MARTEDI	green menu MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 17/11 al 21/11	Riso all'inglese Formaggio vegetale Finocchi e zucca al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Polenta • Fagioli alla pizzaiola Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Crocchette di ceci • e zucca • Lattughino • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • e basilico Lenticchie in umido Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Passato di verdura • con maccheroncini • Tofu alle verdure Patate • lesse Pane • ◇ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 24/11 al 28/11	green menu LUNEDI Pasta • all'olio EVO • Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	MARTEDI Pasta • integrale al pomodoro Formaggio vegetale Spinaci* all'olio evo Pane • ◇ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Crema di zucca • con crostini Crocchette di piselli* Patate • lesse Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Risotto • all'olio evo Tofu alla pizzaiola Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	VENERDI Pasta • al pomodoro • Insalata di ceci e patate Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 01/12 al 05/12	LUNEDI Fagiolini* Ceci in insalata Pizza al pomodoro e origano Pane • ◇ Frutta di stagione •	green menu MARTEDI Gnocchetti sardi • all'olio EVO • aromatizzato Lenticchie • in umido Finocchi • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Risotto • alla rapa rossa • Farinata di ceci* Piselli* e carote • Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Pasta • al pomodoro • Tortino di cannellini Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	VENERDI Risotto agli spinaci Formaggio vegetale Finocchi • e carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 08/12 al 12/12	LUNEDI FESTIVITA'	MARTEDI Pasta • al ragù di verdura • Formaggio vegetale Broccoli • e cavolfiori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Minestra di orzo • e patate • Tofu alle verdure Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Risotto • allo zafferano Fagioli alla pizzaiola Carote • e verza • stufate Pane • ◇ Mela IGP •	VENERDI Trofie • al pomodoro • e basilico Crocchette di piselli* Lattughino • e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione • & Torta vegana

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)



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 Bergamasco
- Giornata Mondiale della Montagna
- Menù di Santa Lucia

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

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 SCUOLE DELL'INFANZIA CON CUCINA - a.s. 2025/2026 VEGANO



1° SETTIMANA dal 15/12 al 19/12	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	green menu VENERDI
	Pastina in brodo	Pasta* integrale al pomodoro* e basilico	Pasta aurora	Risotto* allo zafferano	Pasta* all'olio EVO*
	Tortino di cannellini	Formaggio vegetale	Cotoletta vegana*	Piselli* stufati all'origano	Farinata di ceci*
	Patate* e fagiolini*	Spinaci* all'olio evo	Carote* julienne	Insalata*	Finocchi* in insalata
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
2° SETTIMANA dal 05/01 al 09/01	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	VACANZE INVERNALI	FESTIVITA'	Pasta* al pomodoro	Risotto* all'olio evo	Polenta*
			Formaggio vegetale	Farinata di ceci*	Fagioli alla pizzaiola
			Fagiolini*	Spinaci*	Piselli* e carote* fresche in umido
			Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
3° SETTIMANA dal 12/01 al 16/01	LUNEDI	green menu MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Riso all'inglese	Risotto* allo zafferano	Pasta* al ragù di verdura*	Gnocchetti sardi* all'olio EVO* aromatizzato	Fagiolini*
	Tofu alla pizzaiola	Lenticchie* in umido	Tortino di cannellini	Ceci all'olio evo	Ceci in insalata
	Finocchi* e carote* in insalata	Carote* fresche e verza* stufate	Broccoli* freschi e zucca*	Insalata*	Pizza al pomodoro ed organo
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
4° SETTIMANA dal 19/01 al 23/01	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta* integrale al pomodoro	Riso* all'inglese	Passato di verdura* con crostini	Pasta* al pomodoro*	Fagiolini*
	Formaggio vegetale	Crocchetta di tofu e patate	Farinata di ceci*	Piselli* stufati all'origano	Pasta al ragù di lenticchie
	Spinaci* all'olio evo	Insalata* e mais*	Patate*	Carote* julienne	Pane • ◇
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	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

- 🥟 : Giornata Nazionale del Tortellino
- 🍷 : Menù di Natale
- 🍕 : Giornata Mondiale della Pizza

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' INVERNALE PER LE SCUOLE DELL'INFANZIA CON CUCINA - a.s. 2025/2026 VEGANO



	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 26/01 al 30/01	Risotto all'olio evo Tofu alle verdure Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di verdure • Farinata di ceci* Lattughino • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Polenta • Fagioli alla pizzaiola Piselli* e carote • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • e basilico Formaggio vegetale Finocchi • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Insalata di ceci e patate Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •
	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	 GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 02/02 al 06/02	Fagiolini* Ceci in insalata Pizza al pomodoro ed origano Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Piselli* stufati all'origano Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Minestra di orzo • e patate • Tortino di cannellini Spinaci* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Tofu alla pizzaiola Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •
	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 09/02 al 13/02	Pasta tricolore all'olio EVO • Crocchette vegane* Insalata Arlecchino con carote • olive e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione • & Dolce vegano	Risotto • allo zafferano Crocchette di piselli* carote • e patate • Broccoli • e zucca • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Riso all'inglese Fagioli in umido Finocchi • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pizzoccheri vegani Formaggio vegetale Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •
	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 16/02 al 20/02	CARNEVALE	CARNEVALE	Risotto • allo zafferano Piselli* stufati all'origano Carote • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Passato di verdura • con crostini Tofu alla pizzaiola Patate • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Crocchette di lenticchie Fagiolini* 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 Carnevale**
-  **Giornata Mondiale dei Legumi**
-  **Giornata Nazionale dei Pizzoccheri**

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