

MENU' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2026/2027 **veget**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	 GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 14/09 al 18/09	Gnocchetti sardi • al pesto di zucchine • Farinata di ceci* Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • aurora Fagioli alla pizzaiola Zucchine • trifolate Pane • ◊ Frutta di stagione •	Fagiolini* Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt •	Pasta • all'olio EVO • Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Riso • alla cantonese con piselli* e uova • strapazzate Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 21/09 al 25/09	Risotto • zafferano e zucchine • fresche Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • integrale al pomodoro Primo sale Spinaci* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di legumi Tortino di cannellini Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione • & Gelato*	Crema di patate • e zucchine • con crostini Stufato di legumi Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Raviolini agli spinaci Frittata • al forno Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	 GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 28/09 al 02/10	Pasta • al ragù di verdura • Mozzarella • Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pesto* Piselli* stufati all'origano Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Frittata • al forno Zucchine • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Crocchette di piselli* patate • e carote • Lattughino • e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione •	Minestra di orzo • e patate • Ceci in insalata Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 05/10 al 09/10	Fagiolini* • Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt •	Gnocchetti sardi • al pesto* Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • alla rapa rossa • Frittata • con zucchine • Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Crocchette di legumi Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Polenta • con Legumi alla pizzaiola Erbette* • 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



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. 2026/2027 **veget**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	 VENERDI 
1° SETTIMANA dal 12/10 al 16/10	Raviolini agli spinaci Asiago DOP 1/2 porzione Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Riso alla cantonese con piselli* e uova strapazzate Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Fagioli alla pizzaiola Finocchi in insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Crema di patate e porri con crostini Lenticchie in umido Piselli* e carote Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di ceci e zucca Lattughino Pane ♦ Frutta di stagione

	 LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI 	GIOVEDI	VENERDI 
2° SETTIMANA dal 19/10 al 23/10	Pasta agli aromi Farinata di ceci* Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Frittata al forno Patate lesse Pane ♦ Frutta di stagione	Risotto alle mele Stufato di legumi e carote Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione & Torta di mele	Pasta al pomodoro Primo sale Insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al ragù di legumi Broccoli e cavolfiori freschi gratinati Pane ♦ Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 26/10 al 30/10	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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 02/11 al 06/11	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

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

MENU' SPECIALI

-  **World Food Day**
-  **Giornata Mondiale della Mela**
-  **Giornata Mondiale della Pasta**





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