

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026

VEGANO



VENERDI



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



Menù Festa del Papà



Menù Libera Terra



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:

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!



1° SETTIMANA
dal 23/02 al 27/02

LUNEDI

MARTEDI

MERCOLEDI

GIOVEDI



VENERDI

Pasta• integrale al pomodoro• e basilico
Formaggio vegetale
Carote• julienne
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Risotto• allo zafferano
Fagioli alla pizzaiola
Broccoli•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta• al pomodoro•
Tofu alle verdure
Spinaci*•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Fagiolini*•
Pasta al ragù di lenticchie
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta• all'olio EVO•
Farinata di ceci*
Insalata• e mais*
Pane • ◇
Frutta di stagione •

2° SETTIMANA
dal 02/03 al 06/03

LUNEDI

MARTEDI



GIOVEDI

VENERDI

Gnocchetti sardi• al sugo di olive verdi
Formaggio vegetale
Fagiolini*•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Passato di verdura• con crostini
Tortino di cannellini
Patate•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Riso• all'inglese
Lenticchie• in umido
Carote• al vapore
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta• al basilico
Tofu al pomodoro•
Insalata•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta• al ragù di verdura•
Crocchette di legumi
Carote• julienne
Pane • ◇
Frutta di stagione •

3° SETTIMANA
dal 09/03 al 13/03

LUNEDI

MARTEDI



GIOVEDI

VENERDI

Fagiolini*•
Fagioli alla pizzaiola
Pizza pomodoro ed origano
Pane • ◇
Frutta di stagione •
Yogurt di soia

Pasta• all'olio EVO•
Farinata* di ceci
Spinaci*•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Risotto• allo zafferano
Crocchette di piselli*• e carote•
Lattughino• con cavolo cappuccio bianco e viola•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta agli aromi
Formaggio vegetale
Finocchi• julienne
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta• al pomodoro•
Piselli stufati all'origano
Carote• julienne
Pane • ◇
Frutta di stagione •

4° SETTIMANA
dal 16/03 al 20/03

LUNEDI

MARTEDI

MERCOLEDI

GIOVEDI

VENERDI



Minestra di orzo• e patate•
Tofu alle verdure
Spinaci*•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Risotto• all'olio evo
Lenticchie in umido
Fagiolini*•
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Polenta•
Stufato di legumi e carote
Pane • ◇
Frutta di stagione •

Pasta• agli aromi•
Formaggio vegetale
Lattughino•
Pane • ◇
Frutta di stagione • & Dolce vegano

Pasta• al pomodoro•
Insalata di ceci• e patate• al basilico
Carote• julienne
Pane • ◇
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 AL FRESCO" presso la Casa Circondariale di Bergamo (non sarà biologico)

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026

VEGANO



1° SETTIMANA dal 23/03 al 27/03	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta • all'olio EVO •	Pasta • al ragù di verdura •	Risotto • allo zafferano	Pasta al ragù di lenticchie	Pasta • integrale al pomodoro • e basilico
	Farinata di ceci*	Formaggio vegetale	Crocchette di tofu e patate		Ceci* in insalata
	Insalata • e mais*	Finocchi • al vapore	Broccoli •	Fagiolini*	Carote • julienne
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 30/03 al 03/04	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Risotto ai piselli	Fagiolini*	Riso • all'inglese		
	Cotoletta vegetale	Formaggio vegetale	Lenticchie • in umido		
	Insalata •, carote • e mais*	Pizza pomodoro ed origano	Carote • al vapore	VACANZE DI PASQUA	VACANZE DI PASQUA
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇		
	Frutta di stagione • & Dolce vegano	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •		
3° SETTIMANA dal 06/04 al 10/04	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	VACANZE DI PASQUA	VACANZE DI PASQUA	Pasta • al pomodoro •	Riso all'inglese	Polenta •
			Formaggio vegetale	Lenticchie in umido	Stufato di legumi e carote
			Fagiolini*	Insalata • e mais*	
			Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
			Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 13/04 al 17/04	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Risotto • con crema d'asparagi*	Pasta • all'olio EVO •	Pasta • al basilico	Risotto agli spinaci	Pasta • al pomodoro •
	Hamburger vegetariano	Farinata di ceci*	Crocchette di legumi	Tofu al pomodoro •	Formaggio vegetale
	Zucchine • trifolate	Carote • julienne	Insalata •	Fagiolini*	Spinaci* all'olio evo
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	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)**
- ▲ : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**
- * : congelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



Menù di Pasqua



Menù di Primavera



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 PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026

VEGANO



1° SETTIMANA dal 20/04 al 24/04	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta • integrale al pomodoro • e basilico	Risotto • allo zafferano	Pasta • all'olio EVO •	Pasta • al ragù di verdura •	Pasta al ragù di lenticchie
	Formaggio vegetale	Crocchette di piselli* • e carote •	Tofu al pomodoro	Tortino di cannellini	
	Pomodori •	Lattughino •	Zucchine •	Carote • julienne	Fagiolini* •
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
2° SETTIMANA dal 27/04 al 01/05	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Risotto • all'olio evo	Pasta • al pomodoro •	Pizza pomodoro ed origano	Pasta • all'olio EVO •	FESTIVITA'
	Lenticchi in umido	Ceci* in insalata	Formaggio vegetale	Piselli stufati all'origano	
	Insalata •	Fagiolini* •	Pomodori •	Carote • julienne	
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	
3° SETTIMANA dal 04/05 al 08/05	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Gnocchetti sardi • al sugo di olive verdi	Risotto • zafferano e zucchine • fresche	Pasta • al basilico	Pasta al pomodoro	Pasta • al pomodoro fresco • e basilico
	Lenticchie • in umido	Farinata* di ceci	Crocchette di legumi	Formaggio vegetale	Fagioli alla pizzaiola
	Carote • al vapore	Pomodori •	Carote • julienne	Lattughino •	Erbette* •
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
4° SETTIMANA dal 11/05 al 15/05	LUNEDI	MARTEDI	 MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta al basilico	Pasta • al ragù di verdure •	Riso • all'inglese	Pasta • al pomodoro	Risotto • allo zafferano
	Nuggets vegetali	Stufato di legumi	Farinata di ceci*	Formaggio vegetale	Tofu al pomodoro •
	Zucchine • trifolate	Pomodori •	Insalata • e mais*	Carote • julienne	Fagiolini* •
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Galette di mais •
5° SETTIMANA dal 18/05 al 22/05	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	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)**
-  : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**

* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale



MENU' SPECIALI

Menù giornata **Mondiale della Terra**



Menù **Bergamasco**



Menù della Festa della Mamma



Giornata Mondiale della Celiachia



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 PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2025/2026

VEGANO



	LUNEDI	MARTEDI	 MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 18/05 al 22/05	Pasta • al ragù di verdura • Formaggio vegetale Zucchine • all'olio evo Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto agli spinaci Piselli stufati all'origano Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Crocchette di fagioli • e melanzane • Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Stufato di legumi Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • integrale al pomodoro • e basilico Farinata* di ceci Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 25/05 al 29/05	 LUNEDI Riso • all'inglese Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	MARTEDI Gnocchetti sardi • al pesto di zucchine • Ceci* in insalata Erbette* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Pasta • al sugo di melanzane • fresche Formaggio vegetale Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Riso • al pomodoro • Tortino di cannellini Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	VENERDI Pasta • all'olio EVO • Tofu con verdure Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 01/06 al 05/06	LUNEDI Pasta • al pomodoro • Crocchette di legumi Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	MARTEDI FESTIVITA'	MERCOLEDI Risotto • zafferano e zucchine • fresche Fagioli alla pizzaiola Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Pizza pomodoro ed origano Formaggio vegetale Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione • Gelato* vegano	VENERDI Pasta • al basilico Farinata di ceci* Insalata • e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 08/06 al 12/06	LUNEDI Gnocchetti sardi • al pomodoro Formaggio vegetale Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	MARTEDI VACANZE ESTIVE	MERCOLEDI VACANZE ESTIVE	GIOVEDI VACANZE ESTIVE	VENERDI VACANZE ESTIVE

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 Fine Anno



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