

MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 14/10 al 18/10	Pasta al pomodoro e pesto Merluzzo* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Frittata al forno Purè di patate Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di ceci e zucca Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Mozzarella Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Fagiolini Lasagne vegetariane Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 21/10 al 25/10	Passato di verdura con crostini Frittata al forno Patate lesse Pane Frutta di stagione	Riso al pomodoro Farinata* di ceci Fagiolini Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di pesce* Asiago DOP Broccoli e cavolfiori freschi gratinati Pane Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi e carote in umido Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di pesce* Insalata Pane Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 28/10 al 01/11	Risotto allo zafferano Frittata alle verdure Fagiolini Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto* Platessa* impanata Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Raviolini alla zucca Crocchette di pesce* Lattughino e mais* Pane Frutta di stagione & Torta alle carote	FESTIVITA'
4° SETTIMANA dal 04/11 al 08/11	Risotto alla parmigiana Tonno all'olio d'oliva Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata con patate Insalata Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi Spinaci gratinati 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**
- nnp**
- * : congelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



Giornata mondiale dell'Alimentazione



Giornata mondiale della Pasta



Menù di Halloween



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 PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE**

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 11/11 al 15/11	Scarpinocc de Par	Fagiolini*	Pasta al pomodoro*	Risotto allo zafferano	Minestra di orzo e patate*
	Formaggio Branzi 1/2 porzione	Lasagne vegetariane	Merluzzo* impanato	Crocchette di piselli* carote e patate*	Frittata al forno
	Finocchi e zucca al vapore		Insalata*	Carote julienne	Spinaci*
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 18/11 al 22/11	Pasta integrale al pomodoro e pesto*	Passato di verdure con maccheroncini*	Riso all'inglese	Pasta al ragù di verdura*	Polenta*
	Mozzarella*	Frittata al forno	Farinata* di ceci	Crocchette di pesce* [🐟]	Fagioli alla pizzaiola
	Finocchi gratinati	Patate lesse	Lattughino*	Carote julienne	Fagiolini*
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 25/11 al 29/11	Risotto alla rapa rossa	Pasta al pomodoro*	Raviolini agli spinaci	Pasta al tonno	Pasta all'olio EVO*
	Polpette di pesce*	Frittata alle verdure*	Platessa* impanata	Parmigiano Reggiano DOP	Polpettone di ceci*
	Piselli* e carote in umido	Carote julienne	Insalata*	Broccoli freschi e zucca*	Fagiolini*
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 02/12 al 06/12	Risotto alla parmigiana	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz	Crema di zucca e porri* con crostini	Fagiolini*	Pasta al pomodoro*
	Lenticchie in umido	Tonno all'olio d'oliva	Merluzzo* al pomodoro	Pizza margherita	Frittata con patate*
	Carote al vapore	Finocchi e carote julienne	Patate lesse	Pane	Insalata*
	Pane	Pane	Pane	Frutta di stagione*	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt*	Frutta di stagione*



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 DOP**
- * : **decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale**

MENU' SPECIALI

Menù Bergamasco



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 PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 09/12 al 13/12	Pasta all'olio EVO Farinata* di ceci Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Mozzarella Broccoli e cavolfiori gratinati Pane Frutta di stagione	Risotto al Branzi Fagioli alla pizzaiola Carote e verze stufate Pane Mela IGP	Minestra di orzo e patate Frittata al forno Fagiolini Pane Frutta di stagione	Trofie al pomodoro e pesto* Crocchette di pesce* Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione & Torta di S. Lucia
2° SETTIMANA dal 16/12 al 20/12	Raviolini agli spinaci Frittata al forno Purè di patate Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro e pesto* Asiago DOP Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta aurora Cotoletta di pesce* al forno Lattughino e mais* Pane Frutta di stagione & Pandoro	Risotto allo zafferano Platessa* impanata Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di ceci e zucca Fagiolini Pane Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 07/01 al 10/01	FESTIVITA'	Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Fagiolini Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Merluzzo* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata con patate Insalata Pane Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi e carote in umido Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 13/01 al 17/01	Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Carote fresche e verze stufate Pane Frutta di stagione	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Platessa* impanata Insalata Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata con verdure Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Merluzzo* al pomodoro Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt



LEGENDA

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

MENU' SPECIALI

- Giornata Mondiale della Montagna**
- Menù di Santa Lucia**
- Giornata Nazionale del Tortellino**
- Menù di Natale**
- Giornata Mondiale della Pizza**



Green menu 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 PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON CUCINA - a.s. 2024/2025 **NO CARNE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 20/01 al 24/01	Pasta al pomodoro	Passato di verdura con crostini	Pasta integrale al tonno	Riso all'inglese	Lasagne vegetariane
	Frittata al forno	Merluzzo* al limone	Mozzarella	Crocchette di pesce*	
	Insalata e mais*	Patate	Spinaci* gratinati	Carote julienne	Fagiolini*
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 27/01 al 31/01	Pasta al ragù di verdura	Risotto alla parmigiana	Maccheroncini in crema di fagioli	Polenta	Pasta al pomodoro e pesto*
	Farinata* di ceci	Frittata con patate	Formaggio Branzi	Stufato di legumi	Merluzzo* impanato
	Lattughino	Fagiolini	Finocchi gratinati	Carote al vapore	Carote julienne
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 03/02 al 07/02	Risotto al radicchio rosso	Pasta all'olio EVO	Fagiolini*	Pasta al pomodoro	Minestra di orzo e patate
	Polpette di pesce*	Lenticchie in umido	Pizza margherita	Platessa* impanata	Frittata al forno
	Spinaci	Carote al vapore	Pane	Carote julienne	Insalata
	Pane	Pane	Frutta di stagione	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 10/02 al 14/02	Risotto allo zafferano	Polenta	Raviolini agli spinaci	Pasta al pomodoro	Pizzoccheri
	Crocchette di piselli, carote e patate	Fagioli alla pizzaiola	Tonno all'olio d'oliva	Frittata con verdure	Crescenza 1/2 porzione
	Broccoli e zucca	Carote	Finocchi julienne	Carote julienne	Fagiolini*
	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
 - : gratinatura con l'uso di parmigiano
- Raggiuno DOP**
* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

- Giornata Nazionale del Radicchio Rosso**
- Giornata Mondiale dei Legumi**
- Giornata Nazionale dei Pizzoccheri**



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!