

MENU' INVERNALE PER LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI - MUZIO - a.s. 2024/2025



1° SETTIMANA
dal 14/10 al 18/10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
A DOMANI	Risotto allo zafferano Coscia di pollo al forno Purè di patate Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Lasagne di ragù di manzo Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e pesto Merluzzo* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'

2° SETTIMANA
dal 21/10 al 25/10

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
A DOMANI	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	Pasta all'olio EVO Spiedino di tacchino* Insalata Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'



3° SETTIMANA
dal 28/10 al 01/11

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
A DOMANI	Pasta al pesto Frittata alle verdure Carote julienne Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Tonno all'olio d'oliva Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Raviolini alla zucca Crocchette di pollo* Lattughino e mais* Pane Frutta di stagione & Torta alle carote	FESTIVITA'

4° SETTIMANA
dal 04/11 al 08/11

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
A DOMANI	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Polenta Bruscitt di manzo* Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'



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



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 LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI - MUZIO - a.s. 2024/2025



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 11/11 al 15/11	A DOMANI	Scarpinocc de Par Formaggio Branzi 1/2 porzione Insalata Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Lassagne al ragù di manzo Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Merluzzo* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'
2° SETTIMANA dal 18/11 al 22/11	A DOMANI	Polenta Petto di pollo alla pizzaiola Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Farinata* di ceci Lattughino Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Crocchette di pesce* Carote julienne Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'
3° SETTIMANA dal 25/11 al 29/11	A DOMANI	Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata alle verdure Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Polpette di manzo* Piselli* e carote Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'
4° SETTIMANA dal 02/12 al 06/12	A DOMANI	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Pasta al pomodoro Spiedino di tacchino* Insalata Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'



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 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 LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI - MUZIO - a.s. 2024/2025



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 09/12 al 13/12	A DOMANI	Pasta al ragù di verdura Mozzarella Broccoli e cavolfiori gratinati Pane Frutta di stagione	Risotto al Branzi Brasato di manzo* Carote e verze stufate Pane Mela IGP	Pasta all'olio EVO Frittata al forno Fagiolini* Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'
2° SETTIMANA dal 16/12 al 20/12	A DOMANI	Pasta al pomodoro e pesto* Asiago DOP Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta pasticciata Cotoletta di pollo* al forno Lattughino e mais* Pane Frutta di stagione & Pandoro	Risotto allo zafferano Platessa* impanata Carote julienne Pane Frutta di stagione	ALL'ANNO PROSSIMO!
3° SETTIMANA dal 06/01 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	Polenta Spezzatino di tacchino* Piselli* e carote fresche in umido Pane Frutta di stagione	A LUNEDI'
4° SETTIMANA dal 13/01 al 17/01	A DOMANI	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Farinata* di ceci Insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Arrosto di tacchino Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	A LUNEDI'



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

- Giornata Mondiale della Montagna**
- 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 LA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO MONTESSORI - MUZIO - a.s. 2024/2025



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 20/01 al 24/01	A DOMANI	Lasagne🌿 al ragù di manzo🌿 Fagiolini*🌿 Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Pasta🌿 al pomodoro🌿 Frittata🌿 al forno Insalata🌿 e mais* Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Riso🌿 all'inglese Crocchette di pesce*🌿 Carote🌿 julienne Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	A LUNEDI'
2° SETTIMANA dal 27/01 al 31/01	A DOMANI	Risotto🌿 alla parmigiana Frittata🌿 con patate🌿 Fagiolini*🌿 Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Pasta🌿 al pomodoro🌿 Formaggio Branzi Finocchi🌿■ gratinati Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Polenta🌿 Arrosto di tacchino🌿 Carote🌿 al vapore Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	A LUNEDI'
3° SETTIMANA dal 03/02 al 07/02	A DOMANI	Pasta🌿 all'olio EVO🌿 Hamburger di manzo Carote🌿 al vapore Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Fagiolini*🌿 Pizza margherita Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿 Yogurt🌿	Pasta🌿 al pomodoro🌿 Merluzzo*🌿 impanato Carote🌿 julienne Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	A LUNEDI'
4° SETTIMANA dal 10/02 al 14/02	A DOMANI	Risotto🌿 allo zafferano Coscia di pollo🌿 al forno Piselli*🌿 e carote🌿 Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Raviolini agli spinaci Tonno all'olio d'oliva Finocchi🌿 julienne Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	Pasta🌿 al pomodoro🌿 Frittata🌿 con verdure🌿 Carote🌿 julienne Pane 🌿 ♦ Frutta di stagione 🌿	A LUNEDI'



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



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!