

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



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 20/10 al 24/10	Pasta al pomodoro Farinata di ceci* Carote alla julienne Pane Frutta di stagione	Risotto zafferano e piselli* Stufato di legumi e carote Fagiolini* Pane Frutta di stagione & Torta di mele	Pasta all'olio EVO Crocchette di pesce* Insalata Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Frittata al forno Patate lesse Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di pesce* Parmigiano Reggiano DOP Broccoli e cavolfiori freschi gratinati Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 27/10 al 31/10	Pasta al pomodoro Tonno all'olio d'oliva Finocchi in insalata Pane Frutta di stagione	Minestra di riso e patate Frittata al forno Carote alla julienne Pane Frutta di stagione	green menu MERCOLEDI Risotto alla parmigiana Crocchette di piselli* patate* e carote Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	GIOVEDI Pasta integrale pomodoro e pesto* Mozzarella Fagiolini* Pane Frutta di stagione	VENERDI Raviolini alla zucca Crocchette di pesce* Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione & Torta alle carote
3° SETTIMANA dal 03/11 al 07/11	green menu LUNEDI Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizzato Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	MARTEDI Polenta Stufato di legumi Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione	MERCOLEDI Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane Frutta di stagione	GIOVEDI Risotto allo zafferano Platessa* impanata Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione	VENERDI Pasta al pomodoro Frittata alle verdure Insalata Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 10/11 al 14/11	LUNEDI Pasta al ragù di verdura Asiago DOP Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione	green menu MARTEDI Riso all'inglese Farinata di ceci* Insalata Pane Frutta di stagione	MERCOLEDI Fagiolini* Lasagne vegetariane Pane Frutta di stagione	GIOVEDI Pasta all'olio EVO Merluzzo* alla pizzaiola Carote al vapore Pane Frutta di stagione	VENERDI Passato di verdura con crostini Frittata al forno 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



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. 2025/2026 **SENZA CARNE**



1° SETTIMANA dal 17/11 al 21/11	LUNEDI	MARTEDI	 MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Scarpinocc de Par	Polenta*	Risotto* allo zafferano	Pasta* al pomodoro* e pesto*	Passato di verdura* con maccheroncini*
	Mozzarella ■ di Seriate	Fagioli alla pizzaiola	Crocchette di ceci* e zucca*	Tonno all'olio d'oliva	Frittata* al forno
	Finocchi* e zucca* al vapore	Fagiolini*	Lattughino*	Carote* julienne	Patate* lesse
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •

2° SETTIMANA dal 24/11 al 28/11	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta* all'olio EVO*	Pasta* integrale al tonno	Crema di zucca* con crostini	Risotto* alla parmigiana	Pasta* al pomodoro*
	Farinata di ceci*	Primo sale*	Merluzzo* olio e limone	Frittata* al pomodoro*	Platessa* impanata •
	Carote* julienne	Spinaci* gratinati	Patate* lesse	Fagiolini*	Insalata*
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •

3° SETTIMANA dal 01/12 al 05/12	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Fagiolini*	Gnocchetti sardi* all'olio EVO* aromatizzato	Risotto* alla rapa rossa* ■	Pasta* al pomodoro*	Raviolini agli spinaci
	Pizza margherita	Lenticchie* in umido	Farinata di ceci*	Crocchette di pesce* •	Frittata* alle verdure*
	Yogurt •	Finocchi* al vapore	Piselli* e carote*	Insalata*	Finocchi* e carote* julienne
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •

4° SETTIMANA dal 08/12 al 12/12	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
		Pasta* al ragù di verdura*	Minestra di orzo* e patate*	Risotto* al Branzi	Trofie* al pomodoro* e pesto*
		Grana padano DOP	Frittata* al forno	Fagioli alla pizzaiola	Bastoncini di pesce* •
	FESTIVITA'	Broccoli* e cavolfiori* gratinati	Fagiolini*	Carote* e verza* stufate	Lattughino* e mais*
		Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
		Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Mela IGP*	Frutta di stagione • & Torta di S.Lucia



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



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. 2025/2026 **SENZA CARNE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	green menu VENERDI
1° SETTIMANA dal 15/12 al 19/12	Raviolini in brodo Frittata al forno Patate e fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione •	Pasta integrale al pomodoro e pesto* Mozzarella* Spinaci* gratinati ▲ Pane ♦ Frutta di stagione •	Pasta aurora Cotoletta di pesce Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione & Pandoro	Risotto allo zafferano Platessa* impanata Insalata Pane ♦ Frutta di stagione •	Pasta all'olio EVO Farinata di ceci* Finocchi in insalata Pane ♦ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 05/01 al 09/01	VACANZE INVERNALI	FESTIVITA'	Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione •	Risotto alla parmigiana Frittata con patate Spinaci* Pane ♦ Frutta di stagione •	Polenta Fagioli alla pizzaiola Piselli* e carote fresche in umido Pane ♦ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 12/01 al 16/01	Raviolini agli spinaci Frittata al pomodoro Finocchi e carote in insalata Pane ♦ Frutta di stagione •	Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Carote fresche e verza stufate Pane ♦ Frutta di stagione •	Pasta al ragù di verdura Merluzzo* olio e limone Broccoli freschi e zucca Pane ♦ Frutta di stagione •	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizzato Platessa* impanata Insalata Pane ♦ Frutta di stagione •	Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane ♦ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 19/01 al 23/01	Pasta integrale al tonno Asiago DOP Spinaci* gratinati ▲ Pane ♦ Frutta di stagione •	Riso all'inglese Frittata al forno Insalata e mais* Pane ♦ Frutta di stagione •	Passato di verdura con crostini Farinata di ceci* Patate Pane ♦ Frutta di stagione •	Pasta al pomodoro Crocchette di pesce* Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione •	Fagiolini* Lasagne vegetariane 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**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



- Giornata Nazionale del Tortellino
- Menù di Natale
- Giornata Mondiale della Pizza



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. 2025/2026 **SENZA CARNE**

	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 26/01 al 30/01	Risotto alla parmigiana Frittata con patate 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 pesto* Mozzarella Finocchi gratinati Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Insalata calda di merluzzo* e patate Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 02/02 al 06/02	Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Platessa* impanata Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Minestra di orzo e patate Merluzzo* olio e limone Spinaci* Pane ♦ Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Carote al vapore Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Frittata al pomodoro Insalata Pane ♦ Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 09/02 al 13/02	 LUNEDI Pasta tricolore all'olio EVO Crocchette di pesce Insalata Arlecchino con carote olive e mais* Pane ♦ Frutta di stagione & Chiacchiere	 MARTEDI Risotto alla parmigiana Crocchette di piselli* carote e patate Broccoli e zucca Pane ♦ Frutta di stagione	MERCOLEDI Raviolini agli spinaci Tonno all'olio d'oliva Finocchi julienne Pane ♦ Frutta di stagione	GIOVEDI Pasta al pomodoro Frittata con verdure Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	VENERDI  Pizzoccheri Primo sale 1/2 porzione Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 16/02 al 20/02	LUNEDI CARNEVALE	MARTEDI CARNEVALE	MERCOLEDI Risotto allo zafferano Parmigiano Reggiano DOP Carote al vapore Pane ♦ Frutta di stagione	GIOVEDI Passato di verdura con crostini Frittata al forno Patate Pane ♦ Frutta di stagione	VENERDI Pasta al pomodoro Crocchette di pesce* 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



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!