

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



	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* Lenticchie in umido Fagiolini* Pane Frutta di stagione & Torta vegana	Passato di verdura con crostini Tofu alla pizzaiola Patate lesse Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di piselli* Insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Formaggio vegetale Broccoli e cavolfiori freschi Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 27/10 al 31/10	Pasta al pomodoro Farinata di ceci* Finocchi in insalata Pane Frutta di stagione	Minestra di riso e patate Tofu al pomodoro Carote alla julienne Pane Frutta di stagione	Risotto all'olio evo Burger di piselli* patate e carote Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	Pasta integrale pomodoro e basilico Formaggio vegetale Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Risotto alla zucca Crocchette vegane* Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione & Torta vegana
3° SETTIMANA dal 03/11 al 07/11	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizzato Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Polenta Fagioli alla pizzaiola Spinaci* Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Formaggio vegetale Pizza al pomodoro ed origano Yogurt vegetale Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Piselli* stufati all'origano Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tofu alle verdure Insalata Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 10/11 al 14/11	Pasta al ragù di verdura Formaggio vegetale Spinaci* Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Farinata di ceci* Insalata Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pasta agli aromi Lenticchie in umido Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tortino di cannellini Carote julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Tofu alla pizzaiola 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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 **VEGANO**



	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 17/11 al 21/11	Pasta agli aromi Formaggio vegetale Finocchi e zucca al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Burger di ceci • e zucca • Lattughino • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Polenta • Fagioli alla pizzaiola Fagiolini • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • e basilico Piselli • stufati all'origano Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Passato di verdura • con maccheroncini • Tofu alla pizzaiola Patate • lesse Pane • ◇ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 24/11 al 28/11	Pasta • all'olio EVO • Farinata di ceci • Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • integrale al pomodoro Formaggio vegetale Spinaci • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Crema di zucca • con crostini Lenticchie • in umido Patate • lesse Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • all'olio evo Tofu alla pizzaiola Fagiolini • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Insalata di ceci e patate Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 01/12 al 05/12	Fagiolini • Formaggio vegetale Pizza al pomodoro ed origano Yogurt • vegetale Pane • ◇ Frutta di stagione •	Gnocchetti sardi • all'olio EVO • aromatizzato Lenticchie • in umido Finocchi • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • alla rapa rossa • Crocchette di piselli • Carote • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Tortino di cannellini • Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Riso all'inglese Tofu alle verdure Finocchi • e carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 08/12 al 12/12	FESTIVITA'	Pasta • al ragù di verdura • Formaggio vegetale Broccoli • e cavolfiori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Minestra di orzo • e patate • Tofu alle verdure Fagiolini • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • Farinata di ceci • Carote • e verza • stufate Pane • ◇ Mela IGP •	Trofie • al pomodoro • e basilico Crocchette vegane Lattughino • e mais • Pane • ◇ Frutta di stagione • & Torta vegana

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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 **VEGANO**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	green menu VENERDI
1° SETTIMANA dal 15/12 al 19/12	Riso all'inglese Tofu al pomodoro Patate* e fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta* integrale al pomodoro* e basilico Formaggio vegetale Spinaci* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta* aurora vegana Cotoletta vegana* Carote* julienne Pane • ◇ Frutta di stagione • & Dolce vegano	Risotto* allo zafferano Piselli* stufati all'origano 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 pomodoro Formaggio vegetale Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto* all'olio evo Crocchetta di tofu e patate Spinaci* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Polenta* Stufato di legumi e carote fresche in umido Pane • ◇ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 12/01 al 16/01	Riso all'inglese Tofu alla pizzaiola Finocchi* e carote* in insalata Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta* al ragù di verdura* Farinata di ceci* Broccoli* freschi e zucca* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto* allo zafferano Tortino di cannellini Insalata* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Gnocchetti sardi* all'olio EVO* aromatizzato Lenticchie* in umido Carote* fresche e verza* stufate Pane • ◇ Frutta di stagione •	Fagiolini* Formaggio vegetale Pizza al pomodoro ed origano Yogurt* vegetale Pane • ◇ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 19/01 al 23/01	Pasta* integrale al pomodoro Formaggio vegetale Spinaci* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Riso* all'inglese Tofu alle verdure Insalata* e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Passato di verdura* con crostini Fagioli al pomodoro Patate* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta* al pomodoro* Crocchette di piselli Carote* julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Fagiolini* Pasta* agli aromi Lenticchie* in umido 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 **Farmigiano Keggiano**
- non**
- * : **decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale**

MENU' SPECIALI

-  **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

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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 26/01 al 30/01	Pasta • all'olio EVO • Farinata di ceci* Lattughino • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • all'olio evo Crocchetta di tofu e patate Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Polenta • Stufato di legumi e carote Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di verdure • Formaggio vegetale Finocchi • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • e basilico Piselli* stufati all'origano Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 02/02 al 06/02	Minestra di orzo • e patate • Farinata di ceci* Spinaci* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Tortino di cannellini Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Fagiolini* • Formaggio vegetale Pizza al pomodoro ed origano Yogurt • vegetale Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Tofu alla pizzaiola Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 09/02 al 13/02	Pasta tricolore all'olio EVO • Crocchette vegane* Insalata Arlecchino con carote • olive e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione • & Dolce vegano	Risotto • Crocchette di piselli* carote • e patate • Broccoli • e zucca • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Riso all'inglese Insalata di ceci e patate Finocchi • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Tofu alle verdure Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pizzoccheri vegani Formaggio vegano Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 16/02 al 20/02	CARNEVALE	CARNEVALE	Risotto • allo zafferano Formaggio vegano Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Passato di verdura • con crostini Tofu alla pizzaiola Patate • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Crocchette vegetali 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!