

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



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1° SETTIMANA dal 23/02 al 27/02	Pasta • all'olio EVO • Farinata di ceci* Insalata • e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Fagioli alla pizzaiola Broccoli • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • integrale al pomodoro • e basilico Formaggio vegetale Spinaci* • all'olio evo Pane • ◊ Frutta di stagione •	Fagiolini* • Pasta al ragù di lenticchie Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Tofu alle verdure Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 02/03 al 06/03	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	Fagiolini* • Pizza pomodoro ed origano Fagioli alla pizzaiola Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt • di soia	Pasta • al pomodoro • Farinata* di ceci Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Crocchette di piselli* • e carote • Lattughino • con cavolo cappuccio bianco e viola • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Piselli stufati all'origano Spinaci* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto agli spinaci Formaggio vegetale Finocchi • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 16/03 al 20/03	Polenta • Stufato di legumi e carote Pane • ◊ Frutta di stagione •	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 •	Pasta • agli aromi Formaggio vegetale Lattughino • Pane • ◊ Frutta di stagione • & Dolce vegano	Pasta • al pomodoro • Insalata di ceci • e patate • al pesto Carote • julienne 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**
- * : 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:

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 23/03 al 27/03	Pasta• integrale al pomodoro• e basilico Formaggio vegetale Finocchi• al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto• allo zafferano Crocchette di tofu e patate Broccoli• Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta• all'olio EVO• Ceci* in insalata Carote• julienne Pane • ◇ Frutta di stagione•	Pasta al ragù di lenticchie Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta• al ragù di verdure• Farinata di ceci* Insalata• e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 30/03 al 03/04	Ristotto ai piselli Cotoletta vegetale* Insalata•, carote• e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione • Dolce vegano	 Fagiolini* Pizza pomodoro ed origano Formaggio vegetale Pane • ◇ Frutta di stagione • Yogurt •di soia	 Riso• all'inglese Lenticchie• in umido Carote• al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	VACANZE DI PASQUA	VACANZE DI PASQUA
3° SETTIMANA dal 06/04 al 10/04	VACANZE DI PASQUA	VACANZE DI PASQUA	Pasta• al pomodoro• Formaggio vegetale Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Riso all'inglese Lenticchie in umido Insalata• e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione •	Polenta• Stufato di legumi e carote Pane • ◇ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 13/04 al 17/04	 LUNEDI Risotto• con crema d'asparagi* Hamburger vegetale Zucchine• trifolate Pane • ◇ Frutta di stagione •	 MARTEDI Pasta• all'olio EVO• Farinata di ceci* Carote• julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Pasta• al basilico Crocchette di legumi Insalata• Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Risotto agli spinaci Tofu al pomodoro Fagiolini* Pane • ◇ Frutta di stagione •	VENERDI Pasta• al pomodoro• Formaggio vegetale Spinaci*• all'olio evo 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 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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 vegano



	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 20/04 al 24/04	Pasta • integrale al pomodoro • e basilico Piselli stufati all'origano Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Burger di piselli* • e carote • Lattughino • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Tofu al pomodoro Zucchine • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di verdura • Formaggio vegetale Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta al ragù di lenticchie Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •
2° SETTIMANA dal 27/04 al 01/05	Risotto • all'olio evo Lenticchie in umido Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Ceci* in insalata Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pizza pomodoro ed origano Formaggio vegetale Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione • Yogurt • di soia	Pasta • all'olio EVO • Tortino di cannellini Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	FESTIVITA'
3° SETTIMANA dal 04/05 al 08/05	 LUNEDI Gnocchetti sardi • al sugo di olive verdi Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	MARTEDI Risotto • zafferano e zucchine • fresche Farinata di ceci* Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	MERCOLEDI Pasta • al basilico Crocchette di legumi Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	 GIOVEDI Pasta al pomodoro Formaggio vegetale Lattughino • Pane • ◇ Frutta di stagione •	VENERDI Pasta • al pomodoro fresco • e basilico Fagioli alla pizzaiola Erbette* • Pane • ◇ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 11/05 al 15/05	LUNEDI Pasta al basilico Nuggets vegetali* Zucchine • trifolate Pane • ◇ Frutta di stagione • & Crostata vegana	MARTEDI Pasta • al ragù di verdure • Stufato di legumi Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	 MERCOLEDI Riso • all'inglese Farinata di ceci* Insalata • e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione •	GIOVEDI Pasta • al pomodoro Formaggio vegetale Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	VENERDI Risotto • allo zafferano Tofu al pomodoro Fagiolini* • Galette di mais • 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 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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 **vegano**



	LUNEDI	MARTEDI	 MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 18/05 al 22/05	Pasta • integrale al pomodoro • e basilico Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto agli spinaci Piselli stufati all'origano Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Burger di fagioli • e melanzane • Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Risotto • allo zafferano Stufato di legumi Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di verdure • Formaggio vegetale Zucchine • fresche all'olio evo Pane • ◇ Frutta di stagione •

	 LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 25/05 al 29/05	Riso • all'inglese Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◇ Frutta di stagione •	Gnocchetti sardi • al pesto di zucchine • Ceci* in insalata Erbette* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • al sugo di melanzane • fresche Formaggio vegetale Insalata • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Riso • al pomodoro • Tortino di cannellini Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Tofu con verdure Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 01/06 al 05/06	Pasta • al pomodoro • Crocchette di legumi Carote • julienne Pane • ◇ Frutta di stagione •	FESTIVITA'	Risotto • zafferano e zucchine • fresche Fagioli alla pizzaiola Fagiolini* • Pane • ◇ Frutta di stagione •	Pizza pomodoro ed origano Formaggio vegetale Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione • Gelato* vegano	Pasta • al basilico Farinata di ceci* Insalata • e mais* Pane • ◇ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 08/06 al 12/06	Gnocchetti sardi • al pomodoro Formaggio vegetale Pomodori • Pane • ◇ Frutta di stagione •	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	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