

MENU' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2026/2027 **vegan**



1° SETTIMANA dal 14/09 al 18/09	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Gnocchetti sardi • alle zucchine •	Pasta • all'olio EVO •	Fagiolini* • e ceci in insalata	Pasta • al pomodoro	Riso • con piselli* •
	Farinata di ceci*	Lenticchie • in umido	Pizza pomodoro e origano	Fagioli alla pizzaiola	Tofu alle verdure
	Insalata •	Carote • al vapore	Pane • ◇	Zucchine • trifolate	Pomodori •
	Pane • ◇	Pane • ◇	Frutta di stagione •	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Yogurt di soia	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •

2° SETTIMANA dal 21/09 al 25/09	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Risotto • zafferano e zucchine • fresche	Pasta • integrale al pomodoro	Pasta • al ragù di legumi	Crema di patate • e zucchine • con crostini	Pasta all'olio evo
	Farinata di ceci*	Formaggio vegetale	Tortino di cannellini	Stufato di legumi	Tofu con verdure
	Carote • julienne	Spinaci* •	Pomodori •	Fagiolini* •	Insalata •
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione • & Gelato*vegetale	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •

3° SETTIMANA dal 28/09 al 02/10	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta • al ragù di verdura •	Pasta • al basilico	Risotto • allo zafferano	Pasta • al pomodoro •	Minestra di orzo • e patate •
	Formaggio vegetale	Piselli* • stufati all'origano	Fagioli in umido	Crocchette di piselli* patate • e carote •	Ceci in insalata
	Pomodori •	Carote • julienne	Zucchine •	Lattughino • e mais*	Fagiolini* •
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •	Frutta di stagione •

4° SETTIMANA dal 05/10 al 09/10	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Fagiolini* • e form.vegetale	Gnocchetti sardi • al basilico	Risotto • alla rapa rossa •	Pasta • al pomodoro •	Polenta • con
	Pizza pomodoro e origano	Lenticchie • in umido	Tofu con zucchine •	Crocchette di legumi	Stufato di legumi • alla pizzaiola
	Pane • ◇	Carote • al vapore	Insalata •	Carote • julienne	Erbette* •
	Frutta di stagione •	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
	Yogurt • di soia	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 (MSC)**
- : gratinatura con l'uso di **Parmigiano Reggiano DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



- Menù di Inizio Anno Scolastico
- World Vegetarian Day
- Menù Polenta Day



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 DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2026/2027 **vegan**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	 VENERDI 
1° SETTIMANA dal 12/10 al 16/10	Pasta all'olio evo Formaggio vegetale Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Fagioli alla pizzaiola Finocchi in insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Riso con piselli* Tofu al pomodoro Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione	Crema di patate e porri con crostini Lenticchie in umido Piselli* e carote Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di ceci e zucca Lattughino Pane ♦ Frutta di stagione

	 LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI 	GIOVEDI	VENERDI 
2° SETTIMANA dal 19/10 al 23/10	Pasta agli aromi Farinata di ceci* Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Tofu con verdure Patate lesse Pane ♦ Frutta di stagione	Risotto alle mele Stufato di legumi e carote Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione & Torta s/latte e uovo	Pasta al pomodoro Formaggio vegetale Insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al ragù di legumi Broccoli e cavolfiori freschi Pane ♦ Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 26/10 al 30/10	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 02/11 al 06/11	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE	A BREVE IL MENU' INVERNALE

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)



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

-  **World Food Day**
-  **Giornata Mondiale della Mela**
-  **Giornata Mondiale della Pasta**





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

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