

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



	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 di mele	Passato di verdura con crostini Frittata al forno Patate lesse Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di piselli* Insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Parmigiano Reggiano DOP Broccoli e cavolfiori freschi gratinati Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 27/10 al 31/10	Pasta al pomodoro Insalata di ceci e patate Finocchi in insalata Pane Frutta di stagione	Minestra di riso e patate Frittata al pomodoro Carote alla julienne Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Burger di piselli* patate e carote Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	Pasta integrale pomodoro e pesto* Mozzarella Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Raviolini alla zucca Crocchette vegetariane* Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione & Torta alle carote
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 gratinati Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Crocchette di piselli* Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata alle verdure Insalata Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 10/11 al 14/11	Pasta al ragù di verdura Asiago DOP Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Farinata di ceci* Insalata Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Lasagne vegetariane Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Tortino di cannellini Carote julienne Pane Frutta di stagione	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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 **SENZA CARNE E PESCE**



1° SETTIMANA dal 17/11 al 21/11	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Scarpinocc de Par	Risotto• allo zafferano	Polenta•	Pasta• al pomodoro• e pesto*	Passato di verdura• con maccheroncini•
	Mozzarella■ di Seriate	Burger di ceci• e zucca•	Fagioli alla pizzaiola	Piselli* stufati all'origano	Frittata• al forno
	Finocchi• e zucca• al vapore	Lattughino•	Fagiolini*•	Carote• julienne	Patate• lesse
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
2° SETTIMANA dal 24/11 al 28/11	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	Pasta• all'olio EVO•	Pasta• integrale al pomodoro	Crema di zucca• con crostini	Risotto• alla parmigiana	Pasta• al pomodoro•
	Farinata di ceci*	Primo sale•	Lenticchie in umido	Frittata• al pomodoro•	Insalata di ceci e patate
	Carote• julienne	Spinaci*• gratinati	Patate• lesse	Fagiolini*•	Insalata•
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
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	Crocchette di piselli*	Tortino di cannellini*	Frittata• alle verdure•
	Yogurt •	Finocchi• al vapore	Carote•	Insalata•	Finocchi• e carote• julienne
	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇	Pane • ◇
4° SETTIMANA dal 08/12 al 12/12	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
	FESTIVITA'	Pasta• al ragù di verdura•	Minestra di orzo• e patate•	Risotto• al Branzi	Trofie• al pomodoro• e pesto*
		Grana padano DOP	Frittata• al forno	Farinata di ceci*	Crocchette vegetariane*
		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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 **SENZA CARNE E PESCE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	green menu VENERDI
1° SETTIMANA dal 15/12 al 19/12	Raviolini 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 vegetariana* Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione & Pandoro	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 •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 05/01 al 09/01	VACANZE INVERNALI	FESTIVITA'	Pasta al pomodoro Grana Padano DOP Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione •	Risotto alla parmigiana Frittata con patate Spinaci* Pane ♦ Frutta di stagione •	Polenta Stufato di legumi e carote fresche in umido Pane ♦ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	green menu GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 12/01 al 16/01	Raviolini agli spinaci Frittata al pomodoro 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 Crocchette vegetariane Insalata Pane ♦ Frutta di stagione •	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizzato Lenticchie in umido Carote fresche e verza stufate Pane ♦ Frutta di stagione •	Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane ♦ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 19/01 al 23/01	Pasta integrale al pomodoro 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 Lenticchie in umido Patate Pane ♦ Frutta di stagione •	Pasta al pomodoro Crocchette di piselli 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 Keggiano**

non

* : 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 PASTI TRASPORTATI - a.s. 2025/2026 **SENZA CARNE E PESCE**

	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 • alla parmigiana Frittata • con patate • Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Polenta • Stufato di legumi e carote Piselli* • e carote • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di verdure • Mozzarella • Finocchi • gratinati Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • e pesto* 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* • Pizza margherita Yogurt • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Frittata • al pomodoro • Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •
3° SETTIMANA dal 09/02 al 13/02	Pasta tricolore all'olio EVO • Cotoletta vegetariana* Insalata Arlecchino con carote • olive e mais* Pane • ◊ Frutta di stagione • & Chiacchiere	Risotto • alla parmigiana Crocchette di piselli* • carote • e patate • Broccoli • e zucca • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Raviolini agli spinaci Insalata di ceci e patate Finocchi • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Frittata • con verdure • Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pizzoccheri Primo sale • 1/2 porzione Fagiolini* • Pane • ◊ Frutta di stagione •
4° SETTIMANA dal 16/02 al 20/02	CARNEVALE	CARNEVALE	Risotto • allo zafferano Grana Padano DOP Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Passato di verdura • con crostini Frittata al forno Patate • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Crocchette vegetariane 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!