

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



	LUNEDI	 MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 14/09 al 18/09	Gnocchetti sardi • al pesto di zucchine • Farinata di ceci* Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • all'olio EVO • Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Fagiolini* Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt •	Pasta • aurora Fagioli alla pizzaiola Zucchine • trifolate Pane • ◊ Frutta di stagione •	Riso • alla cantonese con piselli* e uova • strapazzate Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione •

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 21/09 al 25/09	Risotto • zafferano e zucchine • fresche Farinata di ceci* Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • integrale al pomodoro Primo sale Spinaci* • gratinati Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al ragù di legumi Crocchette vegetariane Pomodori • Pane • ◊ Frutta di stagione • & Gelato*	Crema di patate • e zucchine • con crostini Stufato di legumi Fagiolini* Pane • ◊ Frutta di stagione •	Raviolini agli spinaci Frittata • al forno Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •

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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 05/10 al 09/10	Fagiolini* Pizza margherita Pane • ◊ Frutta di stagione • Yogurt •	Gnocchetti sardi • al pesto Lenticchie • in umido Carote • al vapore Pane • ◊ Frutta di stagione •	Risotto • alla rapa rossa • Frittata • con zucchine • Insalata • Pane • ◊ Frutta di stagione •	Pasta • al pomodoro • Crocchette di legumi Carote • julienne Pane • ◊ Frutta di stagione •	Polenta • con Stufato di legumi • alla pizzaiola Erbette* • 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 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 **veget**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 12/10 al 16/10	Raviolini agli spinaci Asiago DOP 1/2 porzione Carote julienne Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Fagioli alla pizzaiola Finocchi in insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Riso alla cantonese con piselli* e uova strapazzate 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 Frittata al forno Patate lesse Pane ♦ Frutta di stagione	Risotto alle mele Stufato di legumi e carote Fagiolini* Pane ♦ Frutta di stagione & Torta di mele	Pasta al pomodoro Primo sale Insalata Pane ♦ Frutta di stagione	Pasta al ragù di legumi Broccoli e cavolfiori freschi gratinati 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

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
🍎 World Food Day
🍏 Giornata Mondiale della Mela
🍝 Giornata Mondiale della Pasta

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