

# MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024 **NO CARNE e PESCE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	<b>Green menu</b> VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 08/01 al 12/01	Pasta al ragù di verdura <b>Parmigiano Reggiano DOP</b> Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Farinata di ceci* Fagiolini Pane Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi Carote fresche Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Burger di fagioli e zucca Cavolo cappuccio bianco e viola in insalata Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 15/01 al 19/01	Risotto allo zafferano Crocchette vegetariane Insalata Pane Frutta di stagione	<b>Green menu</b> Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Lenticchie in umido Carote fresche e verza stufate Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Minestra di orzo e patate Fagioli alla pizzaiola Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata con verdure Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 22/01 al 26/01	<b>Green menu</b> Risotto alla parmigiana Farinata di ceci* Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchette di fagioli Carote julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Ceci in umido Purè di patate e zucca Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Asiago DOP Broccoli freschi e cavolfiori Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Frittata con patate Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 29/01 al 02/02	Pasta al pomodoro e pesto* Insalata calda di ceci e patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Lasagne vegetariane Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Frittata al forno Insalata Pane Frutta di stagione	Risotto al radicchio rosso Lenticchie in umido Fagiolini Pane Frutta di stagione	Maccheroncini in crema di fagioli Mozzarella 1/2 porzione Finocchi gratinati 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**
- nnp**  
\* : **decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale**

## MENU' SPECIALI



Giornata mondiale della Pizza



Giornata Nazionale del Radicchio Rosso



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](http://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](http://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. 2023/2024 **NO CARNE e PESCE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 05/02 al 09/02	Pasta tricolore all'olio EVO Crocchette vegetariane Insalata arlecchino con carote, olive e mais* Pane Frutta di stagione & Chiacchiere	Pasta al pomodoro <b>Parmigiano Reggiano DOP</b> Cavolo cappuccio bianco e viola Pane Frutta di stagione	Minestra di orzo e patate Frittata al forno Piselli e carote in umido Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Crocchette di cannellini e miglio Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Farinata di ceci* Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 12/02 al 16/02	CARNEVALE	CARNEVALE	Pasta all'olio EVO Frittata al forno Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi e carote in umido Pane Frutta di stagione	Pizzoccheri Crescenza 1/2 porzione Carote julienne Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 19/02 al 23/02	Risotto alla parmigiana Frittata con verdure Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Farinata di ceci* Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Insalata di fagioli Finocchi julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Lenticchie al pomodoro Patate lesse Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt
<b>4° SETTIMANA</b> dal 26/02 al 01/03	Fagiolini* Lasagne vegetariane Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Stufato di lenticchie e patate Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Mozzarella Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Frittata al forno Patate al forno Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto* Tortino di cannellini Lattughino Pane Frutta di stagione



### LEGENDA

- : prodotto da **agricoltura biologica**
- : prodotto proveniente da **Mercato Equosolidale**
- : prodotto **Km Zero**
- : prodotto proveniente da **pesca sostenibile**
- : gratinatura con l'uso di **Parmigiano**

**Ragguiano 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!

# MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024 **NO CARNE e PESCE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 04/03 al 08/03	Risò all'inglese Lenticchie in umido Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Crocchette di fagioli Insalata Pane Frutta di stagione	Minestra di risò e patate Farinata di ceci* Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 11/03 al 15/03	Passato di verdura con crostini Fagioli alla pizzaiola Purè di patate Pane Frutta di stagione	Risò al pomodoro Frittata al forno Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Farinata di ceci* Cavolo cappuccio bianco e viola in insalata Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Pasta integrale al pomodoro e pesto* Uovo sodo Finocchi julienne Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 18/03 al 22/03	Risotto alla parmigiana Insalata calda di ceci e patate Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Formaggio Branzi FTB Lattughino Pane Frutta di stagione & Torta al cacao	Polenta Stufato di legumi e carote in umido Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Arrosto di ceci e carote Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto* Frittata con verdure Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 25/03 al 29/03	Tortelli ai piselli Cotoletta vegetariana* al forno Insalata carote e mais* Pane Frutta di stagione e Colomba	Pasta al pomodoro Frittata al forno Carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Mozzarella Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	VACANZE PASQUALI	VACANZE PASQUALI

### LEGENDA

- : prodotto da agricoltura biologica
- : prodotto proveniente da Mercato Equosolidale
- : prodotto Km Zero
- : prodotto proveniente da pesca sostenibile
- : gratinatura con l'uso di Parmigiano

**Parmigiano DOP**  
\* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

### MENU' SPECIALI

- Menù della Festa del Papà
- Menù Libera Terra
- Menù di Pasqua

### 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](http://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](http://bergamo.scuole.sercar.it) aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!