

# MENU' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2026/2027 **no carne**



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

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

|                                           | LUNEDI                                                                                         | MARTEDI                                                                                             | MERCOLEDI                                                                                         |  GIOVEDI                                     | VENERDI                                                                                                |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>3° SETTIMANA</b><br>dal 28/09 al 02/10 | Pasta • al ragù di verdura •<br>Mozzarella •<br>Pomodori •<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Pasta • al pesto<br>Tonno all'olio d'oliva<br>Carote • julienne<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Risotto • allo zafferano<br>Frittata • al forno<br>Zucchine •<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Pasta • al pomodoro •<br>Crocchette di piselli* patate • e carote •<br>Lattughino • e mais*<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Minestra di orzo • e patate •<br>Platessa* gratinata<br>Fagiolini*<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • |

|                                           | LUNEDI                                                                         | MARTEDI                                                                                                        | MERCOLEDI                                                                                                  | GIOVEDI                                                                                                | VENERDI                                                                                            |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>4° SETTIMANA</b><br>dal 05/10 al 09/10 | Fagiolini*<br>Pizza margherita<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione •<br>Yogurt • | Gnocchetti sardi • al pesto<br>Lenticchie • in umido<br>Carote • al vapore<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Risotto • alla rapa rossa •<br>Frittata • con zucchine •<br>Insalata •<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Pasta • al pomodoro •<br>Crocchette di pesce*<br>Carote • julienne<br>Pane • ◊<br>Frutta di stagione • | Polenta • con<br>Stufato di legumi • alla pizzaola<br>Erbette*<br>Pane • ◊<br>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](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' ESTIVO DEL RIENTRO PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2026/2027 **no carne**



|                                           | LUNEDI                                                                                               | MARTEDI                                                                                                             | MERCOLEDI                                                                                         | GIOVEDI                                                                                                          |  VENERDI  |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1° SETTIMANA</b><br>dal 12/10 al 16/10 | Raviolini agli spinaci<br>Asiago DOP 1/2 porzione<br>Carote julienne<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Pasta al pomodoro<br>Filetto di merluzzo* in crosta di mais<br>Finocchi in insalata<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Riso alla cantonese con piselli* e uova strapazzate<br>Fagiolini*<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Crema di patate e porri con crostini<br>Merluzzo* al limone<br>Piselli* e carote<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Pasta all'olio EVO<br>Crocchette di ceci e zucca<br>Lattughino<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione                                                                                  |

|                                           |  LUNEDI | MARTEDI                                                                                                        | MERCOLEDI                  | GIOVEDI                                                                     | VENERDI         |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>2° SETTIMANA</b><br>dal 19/10 al 23/10 | Pasta agli aromi<br>Farinata di ceci*<br>Carote julienne<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Passato di verdura con maccheroncini<br>Tonno all'olio d'oliva<br>Patate lesse<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Risotto alle mele<br>Stufato di legumi e carote<br>Fagiolini*<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione & Torta di mele | Pasta al pomodoro<br>Primo sale<br>Insalata<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione | Pasta al ragù di legumi<br>Broccoli e cavolfiori freschi gratinati<br>Pane ♦<br>Frutta di stagione |

|                                           | LUNEDI                     | MARTEDI                    | MERCOLEDI                  | GIOVEDI                    | VENERDI                    |
|-------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| <b>3° SETTIMANA</b><br>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                    |
|-------------------------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| <b>4° SETTIMANA</b><br>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 |

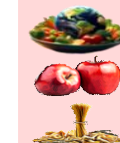
Una volta a settimana, la MELA sarà  e la BANANA sarà   
 La cucina può sostituire tutta la verdura con altra verdura di stagione (no patate, no legumi)  
 ♦ Un giorno a settimana, il pane somministrato viene prodotto dal "FORNO AL FRESCO" presso la Casa Circondariale di Bergamo (non sarà biologico)



## 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](http://www.foodpolicybergamo.it)

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