

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



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 08/01 al 12/01	Pasta al tonno	Risotto alla parmigiana	Polenta	Raviolini agli spinaci	Pasta al pomodoro
	Parmigiano Reggiano DOP	Platessa* impanata	Stufato di legumi	Frittata con patate	Burger di fagioli e zucca
	Spinaci gratinati	Fagiolini	Carote fresche	Carote julienne	Cavolo cappuccio bianco e viola in insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 15/01 al 19/01	Risotto allo zafferano	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz	Fagiolini	Minestra di orzo e patate	Pasta al pomodoro
	Merluzzo* impanato	Lenticchie in umido	Pizza margherita	Merluzzo* alla pizzaiola	Frittata con verdure
	Insalata	Carote fresche e verza stufate	Pane	Broccoli freschi e zucca	Finocchi e carote in insalata
	Pane	Pane	Frutta di stagione	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 22/01 al 26/01	Risotto alla parmigiana	Pasta al pomodoro	Passato di verdura con crostini	Raviolini agli spinaci	Pasta integrale al tonno
	Farinata di ceci*	Crocchette di pesce*	Platessa* impanata	Asiago DOP	Frittata con patate
	Insalata e mais*	Carote julienne	Purè di patate e zucca	Broccoli freschi e cavolfiori	Fagiolini
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 29/01 al 02/02	Pasta al pomodoro e pesto*	Lasagne vegetariiane	Pasta all'olio EVO	Risotto al radicchio rosso	Maccheroncini in crema di fagioli
	Insalata calda di merluzzo* e patate		Frittata al forno	Lenticchie in umido	Mozzarella 1/2 porzione
	Carote julienne	Spinaci gratinati	Insalata	Fagiolini	Finocchi gratinati
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	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**
- 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

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**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 05/02 al 09/02	Pasta tricolore all'olio EVO Bocconcini di pesce* panati Insalata arlecchino con carote, olive e mais* Pane Frutta di stagione & Chiacchiere	Pasta al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP 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 Platessa* impanata Fagiolini Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 12/02 al 16/02	CARNEVALE	CARNEVALE	Pasta all'olio EVO Merluzzo* al pomodoro e origano 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
3° SETTIMANA 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 Tonno all'olio d'oliva Finocchi julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Merluzzo* al pomodoro Patate lesse Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt
4° SETTIMANA 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* Filetto di merluzzo* gratinato 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**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 04/03 al 08/03	Riso all'inglese Lenticchie in umido Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Crocchette di pesce* Insalata Pane Frutta di stagione	Minestra di riso e patate Platessa* impanata Fagiolini Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 11/03 al 15/03	Passato di verdura con crostini Merluzzo* alla pizzaiola Purè di patate Pane Frutta di stagione	Riso 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* Tonno all'olio d'oliva Finocchi julienne Pane Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 18/03 al 22/03	Risotto alla parmigiana Insalata calda di merluzzo* 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 Arrosti di ceci e carote Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto* Frittata con verdure Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 25/03 al 29/03	Tortelli ai piselli Cotoletta di pesce* al forno Insalata carote e mais* Pane Frutta di stagione e Colomba	Pasta al pomodoro Filetto di merluzzo* gratinato 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

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!