

# MENU' INVERNALE PER LE SCUOLE PRIMARIE E SEC. DI I GRADO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2024/2025 **VEGAN**

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 14/10 al 18/10	Risotto allo zafferano Formaggio vegetale Finocchi Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Tofu alla pizzaiola Purè di patate veg Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di ceci e zucca Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e basilico Farinata* di ceci Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta agli aromi Lenticchie in umido Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 21/10 al 25/10	Polenta Stufato di legumi e carote in umido Pane Frutta di stagione	Riso al pomodoro Farinata* di ceci Fagiolini Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Formaggio vegetale Broccoli e cavolfiori freschi Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Tofu alla pizzaiola Patate lesse Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Crocchette di piselli* Insalata Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 28/10 al 01/11	Pasta integrale al pomodoro Formaggio vegetale Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Pasta al basilico Tofu alle verdure Carote julienne Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Farinata* di ceci Fagiolini Pane Frutta di stagione	Risotto alla zucca Crocchette vegane Lattughino e mais* Pane Frutta di stagione & Torta veg	FESTIVITA'
<b>4° SETTIMANA</b> dal 04/11 al 08/11	Risotto Formaggio vegetale Finocchi e carote in insalata Pane Frutta di stagione	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Ceci e Fagiolini Pizza pomodoro e origano Pane Frutta di stagione Yogurt di soia	Polenta Stufato di legumi Spinaci Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchetta di tofu e patate Insalata 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**
- nnp**
- \* : congelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

## MENU' SPECIALI

- Giornata mondiale dell'Alimentazione
- 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](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. 2024/2025 **VEGAN**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 11/11 al 15/11	Risò all'inglese Formaggio vegetale Finocchi e zucca al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Farinata* di ceci Insalata Pane Frutta di stagione	Pasta agli aromi Lenticchie in umido Fagiolini Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Crocchette di piselli e carote e patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Minestra di orzo e patate Tofu alle verdure Spinaci Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 18/11 al 22/11	Pasta integrale al pomodoro e basilico Formaggio vegetale Finocchi Pane Frutta di stagione	Polenta Fagioli alla pizzaiola Fagiolini Pane Frutta di stagione	Risò all'inglese Farinata* di ceci Lattughino Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Tortino di cannellini Carote julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdure con maccheroncini Tofu alla pizzaiola Patate lesse Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 25/11 al 29/11	Risotto alla rapa rossa Crocchette di piselli Carote Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Formaggio vegetale Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Risò all'inglese Tofu alle verdure Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Fagioli al prezzemolo Insalata Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Polpettone di ceci Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 02/12 al 06/12	Fagioli e Fagiolini Pizza pomodoro e origano Pane Frutta di stagione Yogurt di soia	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz Piselli* stufati all'origano Finocchi e carote julienne Pane Frutta di stagione	Crema di zucca e porri con crostini Ceci al pomodoro Patate lesse Pane Frutta di stagione	Risotto Lenticchie in umido Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchetta di tofu e patate Insalata 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**

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

## MENU' SPECIALI



*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. 2024/2025 **VEGAN**

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 09/12 al 13/12	Pasta all'olio EVO	Pasta al ragù di verdura	Risotto	Minestra di orzo e patate	Trofie al pomodoro e basilico
	Farinata* di ceci	Formaggio vegetale	Fagioli al pomodoro	Tofu alle verdure	Crocchette vegane
	Spinaci	Broccoli e cavolfiori	Carote e verze stufate	Fagiolini	Finocchi e carote in insalata
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Mela IGP	Frutta di stagione	Frutta di stagione & Torta veg

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 16/12 al 20/12	Ravioli veg	Pasta integrale al pomodoro e basilico	Pasta aurora con besc. veg	Risotto allo zafferano	Pasta all'olio EVO
	Piselli* stufati all'origano	Formaggio vegetale	Cotoletta vegana	Farinata* di ceci	Crocchette di ceci e zucca
	Purè di patate veg	Spinaci	Lattughino e mais*	Carote julienne	Fagiolini
	Pane	Pane	Pane	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione & Dolce veg	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 07/01 al 10/01	FESTIVITA'	Pasta al ragù di verdura	Risotto	Polenta	Pasta al pomodoro
		Formaggio vegetale	Tortino di cannellini	Stufato di legumi e carote in umido	Crocchetta di tofu e patate
		Fagiolini	Carote julienne	Pane	Insalata
		Pane	Pane	Pane	Pane
		Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 13/01 al 17/01	Risotto allo zafferano	Gnocchetti sardi all'olio EVO aromatizz	Pasta al ragù di verdura	Riso all'inglese	Ceci e Fagiolini
	Lenticchie in umido	Formaggio vegetale	Farinata* di ceci	Tofu alle verdure	Pizza pomodoro e origano
	Carote fresche e verze stufate	Insalata	Broccoli freschi e zucca	Finocchi e carote in insalata	Pane
	Pane	Pane	Pane	Pane	Frutta di stagione
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt di soia



### LEGENDA

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

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

### MENU' SPECIALI

- Giornata Mondiale della Montagna**
- Menù di Santa Lucia**
- Giornata Nazionale del Tortellino**
- Menù di Natale**
- Giornata Mondiale della Pizza**



### 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](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. 2024/2025 **VEGAN**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 20/01 al 24/01	Pasta integrale al pomodoro	Passato di verdura con crostini	Pasta al pomodoro	Riso all'inglese	Pasta agli aromi
	Formaggio vegetale	Farinata* di ceci	Tofu alle verdure	Crocchette di piselli*	Lenticchie in umido
	Spinaci	Patate	Insalata e mais*	Carote julienne	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
2° SETTIMANA dal 27/01 al 31/01	Pasta al ragù di verdura	Risotto	Maccheroncini in crema di fagioli	Polenta	Pasta al pomodoro e basilico
	Farinata* di ceci	Crocchetta di tofu e patate	Formaggio vegetale	Stufato di legumi	Crocchette di lenticchie
	Lattughino	Fagiolini	Finocchi	Carote al vapore	Carote julienne
	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
3° SETTIMANA dal 03/02 al 07/02	Risotto al radicchio rosso	Pasta all'olio EVO	Fagioli e Fagiolini	Pasta al pomodoro	Minestra di orzo e patate
	Ceci e patate in umido	Lenticchie in umido	Pizza pomodoro e origano	Tortino di cannellini	Tofu alle verdure
	Spinaci	Carote al vapore	Pane	Carote julienne	Insalata
	Pane	Pane	Frutta di stagione	Pane	Pane
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Yogurt di soia	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 10/02 al 14/02	Risotto allo zafferano	Polenta	Pasta all'olio EVO	Pasta al pomodoro	Pizzoccheri s/formaggio
	Crocchette di piselli carote e patate	Fagioli alla pizzaiola	Piselli* stufati all'origano	Tofu alle verdure	Formaggio vegetale
	Broccoli e zucca	Piselli* e carote	Finocchi julienne	Carote julienne	Fagiolini
	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**
- : gratinatura con l'uso di **parmigiano**
- Raggiato DOP**
- \* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

## MENU' SPECIALI

- Giornata Nazionale del Radicchio Rosso**
- 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](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!