

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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 08/01 al 12/01	Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Platessa* impanata 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 Crocchette di fagioli e zucca Cavolo cappuccio bianco e viola in insalata Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 15/01 al 19/01	Risotto allo zafferano Merluzzo* impanato Insalata Pane Frutta di stagione	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 Merluzzo* 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
3° SETTIMANA dal 22/01 al 26/01	Risotto alla parmigiana Farinata di ceci* Insalata e mais* Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchette di pesce* Carote julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con crostini Platessa* impanata 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 tonno Frittata con patate Fagiolini* Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 29/01 al 02/02	Pasta al pomodoro e pesto* Filetto di merluzzo* gratinato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Lasagne vegetariene 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

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 CUCINA - a.s. 2023/2024 **NO CARNE**



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 05/02 al 09/02	Pasta tricolore all'olio EVO Crocchette di pesce* 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	Risotto allo zafferano Crocchette di cannellini e miglio Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Platessa impanata Fagiolini Pane Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 12/02 al 16/02	CARNEVALE		Pasta al pomodoro Merluzzo impanata Carote julienne Pane Frutta di stagione	Polenta Stufato di legumi Carote Pane Frutta di stagione	Pizzoccheri Crescenza 1/2 porzione Fagiolini 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 e pesto* Tonno all'olio d'oliva Finocchi julienne Pane Frutta di stagione	Passato di verdura con maccheroncini Merluzzo in umido Patate lesse Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt
4° SETTIMANA dal 26/02 al 01/03	Risotto allo zafferano Mozzarella Lattughino Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Stufato di fagioli e patate Carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione	Fagiolini Lasagne vegetariane 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 Carote julienne 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 CUCINA - 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* Carote julienne 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 Merluzzo* al pomodoro 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 Carote 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
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 Reggiano 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!