

MENU' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE DIAZ, RODARI, DE AMICIS - a.s. 2022/2023



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 27/02 al 03/03	Pasta al pomodoro e pesto	Risotto allo zafferano	Pasta all'olio EVO	Crema di verdura con farro	Pasta al pomodoro
	Frittata al forno	Stufato di ceci e patate in umido	Merluzzo* impanato	Polpette di manzo*	Parmigiano Reggiano DOP
	Spinaci*	Carote al vapore	Fagiolini*	Patate al forno	Insalata mista ■
	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 DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

- Giornata Nazionale del Farro**
- Menù della festa del papà**
- Menù Libera Terra**

MERENDE POMERIDIANE a rotazione

- Yogurt
- Pane e Marmellata
- Banana
- Succo di frutta e pane dolce
- Pane e Cioccolato
- Biscotti / crackers non salati
- Torta
- Pop corn

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 06/03 al 10/03	Pasta al pesto	Raviolini agli spinaci	Minestra di riso e patate	Pasta al pomodoro	Riso all'inglese
	Filetto di merluzzo* al limone	Mozzarella 1/2 porz	Arrosto di tacchino	Farinata* di ceci	Frittata alle verdure
	Fagiolini*	Finocchi ■ gratinati	Broccoli e cavolfiori	Cavolo cappuccio bianco ■ e viola ■	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 13/03 al 17/03	Pasta all'olio EVO	Pasta al ragù di verdura	Risotto alla parmigiana	Pasta integrale al pomodoro e pesto	Fagiolini*
	Lenticchie in umido	Petto di pollo al latte	Frittata al forno	Tonno all'olio d'oliva	Pizza margherita
	Patate al forno	Piselli* e carote	Insalata verde ■ e mais	Carote julienne	Yogurt
	Pane ◇	Pane ◇	Pane ◇	Pane ◇	Pane ◇
	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione



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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 20/03 al 24/03	Pasta al ragù di manzo	Pasta al pomodoro	Risotto allo zafferano	Polenta	Passato di verdura con crostini
	Formaggio Branzi FTB	Crocchette di ceci	Platessa* impanata	Spezzatino di tacchino con carote e piselli* in umido	Frittata al forno
	Lattughino ■	Carote julienne	Fagiolini*		Patate lesse
	Pane ◇	Pane ◇	Pane ◇	Pane ◇	Pane ◇
	Frutta di stagione & Torta al Cacao	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione



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 **DOLCI SOGNI LIBERI** 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' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE DIAZ, RODARI, DE AMICIS - a.s. 2022/2023

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 27/03 al 31/03	Raviolini agli spinaci Mozzarella 🌱 1/2 porz Fagiolini* 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Pasta 🌱 al ragù di verdura 🌱 Petto di pollo 🌱 al limone Piselli* 🌱 e carote 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Passato di verdura 🌱 con maccheroncini 🌱 Frittata 🌱 al forno Purè di patate Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Risotto 🌱 allo zafferano Lenticchie 🌱 in umido Broccoli 🌱 e zucca 🌱 al forno Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Gnocchetti sardi 🌱 al pesto Insalata calda di nasello* 🌱 e patate 🌱 Carote baby* 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱
2° SETTIMANA dal 03/04 al 07/04	Tortelli ai piselli Cotoletta di pollo* al forno Lattughino 🌱, carote 🌱 e mais Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱 & Colomba	Risotto 🌱 alla parmigiana Taleggio del Montà Bronzone 🍷 Zucchine 🌱 trifolate Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Pasta 🌱 al pomodoro 🌱 Platessa* 🌱 impanata Fagiolini* 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	VACANZE DI PASQUA	VACANZE DI PASQUA
3° SETTIMANA dal 10/04 al 14/04	VACANZE DI PASQUA	VACANZE DI PASQUA	Pasta 🌱 all'olio EVO 🌱 Farinata* di ceci Zucchine 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Fagiolini* 🌱 Pizza margherita Yogurt 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Pasta integrale 🌱 al pomodoro 🌱 e pesto Tonno all'olio d'oliva Carote 🌱 julienne Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱
4° SETTIMANA dal 17/04 al 21/04	Fagiolini* 🌱 Lasagne al ragù di manzo Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Pasta 🌱 al pomodoro 🌱 Parmigiano Reggiano DOP Zucchine 🌱 gratinate Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Risotto 🌱 allo zafferano Merluzzo* 🌱 impanato Pomodori 🌱 Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Minestra di orzo 🌱 e patate 🌱 Arrosto di tacchino 🌱 Carote 🌱 al vapore Pane 🌱 ◊ Frutta di stagione 🌱	Pasta 🌱 all'olio EVO 🌱 Schiacciata di ceci 🌱 e zucchine 🌱 Insalata 🌱 e carote 🌱 julienne 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 DOP**
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



MERENDE POMERIDIANE a rotazione

- Yogurt 🌱
- Pane 🌱 e Marmellata 🍷 🌱
- Banana 🍌 🌱
- Succo di frutta 🌱 e pane dolce
- Pane 🌱 e Cioccolato 🍷 🌱
- Biscotti / crackers non salati
- Torta
- Pop corn



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 **DOLCI SOGNI LIBERI** 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' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE DIAZ, RODARI, DE AMICIS - a.s. 2022/2023

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 24/04 al 28/04	PONTE	FESTIVITA'	Pasta al pesto Platessa* impanata Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Crescenza 1/2 porz Pomodori Pane Frutta di stagione	Risotto con crema di asparagi* Polpette di manzo* con carote fresche e piselli* Pane Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 01/05 al 05/05	FESTIVITA'	Pasta all'olio EVO Spezzatino di tacchino Erbette* Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro e pesto Tonno all'olio d'oliva Pomodori Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane Frutta di stagione	Risotto zafferano e zucchine fresche Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 08/05 al 12/05	Trofie al pesto Petto di pollo al limone Zucchine fresche trifolate Pane Frutta di stagione & Crostata alla marmellata	Pasta all'olio EVO Frittata al forno Pomodori Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Cannellini all'uccelletto Patate al forno Pane Frutta di stagione	Scarpinocc de Par Taleggio del Monte Bronzone Lattughino Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Merluzzo* impanato Fagiolini* Pane Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 15/05 al 19/05	Pasta pasticciata Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Mozzarella Pomodori Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto di zucchine fresche Insalata di nasello* Erbette* gratinate Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Arrosto di tacchino Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Farinata* di ceci Insalata e mais Pane Frutta di stagione

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 **DOLCI SOGNI LIBERI** 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
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

Menù di Primavera

Menù della festa della Mamma

Menù Bergamasco

MERENDE POMERIDIANE a rotazione

- Yogurt
- Pane e Marmellata
- Banana
- Succo di frutta e pane dolce
- Pane e Cioccolato
- Biscotti / crackers non salati
- Torta
- Pop corn



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

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' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE DIAZ, RODARI, DE AMICIS - a.s. 2022/2023

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 22/05 al 26/05	Raviolini agli spinaci Asiago DOP Zucchine ■ fresche gratinate Pane ◇ Frutta di stagione	Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato Polpette di fagioli e melanzane ■ Pomodori Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta al pesto Frittata con patate Insalata ■ Pane ◇ Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Petto di pollo alla pizzaiola Fagiolini* Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Tonno all'olio d'oliva Carote julienne Pane ◇ Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 29/05 al 02/06	Pasta al sugo di melanzane ■ fresche Mozzarella Insalata ■ Pane ◇ Frutta di stagione	Gnocchetti sardi al pesto di zucchine ■ Insalata di pollo Patate lesse Pane ◇ Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Platessa* impanata Pomodori Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Frittata al forno Fagiolini* Pane ◇ Frutta di stagione	FESTIVITA'
3° SETTIMANA dal 05/06 al 09/06	LUNEDI Pasta al pomodoro Farinata* di ceci Carote julienne Frutta di stagione Gelato*	MARTEDI Pomodori Pizza margherita Gelato* Pane ◇ Frutta di stagione	MERCOLEDI Risotto zafferano e zucchine ■ fresche Merluzzo* impanato Fagiolini* Pane ◇ Frutta di stagione	GIOVEDI Pasta al pesto Hamburger fresco di manzo Insalata ■ Pane ◇ Frutta di stagione	VENERDI VACANZE ESTIVE
4° SETTIMANA dal 12/06 al 16/06	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE	VACANZE ESTIVE



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 fine anno scolastico

MERENDE POMERIDIANE a rotazione

- Yogurt
- Pane e Marmellata
- Banana
- Succo di frutta e pane dolce
- Pane e Cioccolato
- Biscotti / crackers non salati
- Torta
- Pop corn



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 **DOLCI SOGNI LIBERI** 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' ESTIVO PER LE SCUOLE PRIMARIE DIAZ, RODARI, DE AMICIS - a.s. 2023/2024



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 11/09 al 15/09	Pasta all'olio EVO Merluzzo* impanato Fagiolini* Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta al sugo di melanzane fresche Mozzarella Insalata Pane ◇ Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Frittata al forno Pomodori Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchette di ceci e spinaci* Carote julienne Pane ◇ Frutta di stagione	Cous cous alle verdure Polpette di manzo* Zucchine fresche Pane ◇ Frutta di stagione
2° SETTIMANA dal 18/09 al 22/09	Pasta al pesto Tonno all'olio d'oliva Pomodori Pane ◇ Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Yogurt Pane ◇ Frutta di stagione	Risotto zafferano e piselli* Petto di pollo alle mele Zucchine fresche trifolate Pane ◇ Frutta di stagione & Torta di Mele	Pasta all'olio EVO Farinata* di ceci Insalata Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata alle zucchine Carote julienne Pane ◇ Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 25/09 al 29/09	Pasta al ragù di manzo Crocchette di pollo Pomodori Pane ◇ Frutta di stagione & Gelato*	Riso al pomodoro Insalata di nasello* e patate Carote julienne Pane ◇ Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Lenticchie in umido Patate al forno Pane ◇ Frutta di stagione	GIOVEDI Risotto allo zafferano Mozzarella Erbette* gratinate ▲ Pane ◇ Frutta di stagione	VENERDI Pasta al pesto di zucchine fresche Frittata al forno Fagiolini* Pane ◇ Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 02/10 al 06/10	Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato Stufato di ceci e patate in umido Carote al vapore Pane ◇ Frutta di stagione	MARTEDI Pasta al ragù di verdura Frittata con patate Insalata verde Pane ◇ Frutta di stagione	MERCOLEDI Raviolini agli spinaci Crescenza 1/2 porzione Finocchi gratinate ▲ Pane ◇ Frutta di stagione	GIOVEDI Pasta al pomodoro e pesto Crocchette di pesce* Fagiolini* Pane ◇ Frutta di stagione	VENERDI Riso all'inglese Spezzatino di tacchino con carote e piselli* 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 DOP
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

- Giornata Nazionale del Cous Cous
- Giornata Nazionale della Mela
- Menù di inizio anno scolastico
- Giornata Mondiale Vegetariana

MERENDE POMERIDIANE a rotazione

- Yogurt
- Pane e Marmellata
- Banana
- Succo di frutta e pane dolce
- Pane e Cioccolato
- Biscotti / crackers non salati
- Torta
- Pop corn



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 **DOLCI SOGNI LIBERI** 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!