

MENU' INVERNALE PER LA SCUOLA SEC. I GRADO S.LUCIA CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024



	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 Arrosti di tacchino Piselli* e carote fresche in umido Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Farinata di ceci* 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	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Pasta all'olio EVO aromatizzato Lenticchie in umido Carote fresche e verza stufate Pane Frutta di stagione	Gnocchi al pomodoro Coscia di pollo al forno 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 Hamburger fresco di manzo Patate al forno e zucca Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Crocchette di pesce* Carote julienne Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Asiago DOP Lattughino Pane Frutta di stagione	Pasta al tonno Uovo sodo Fagiolini* Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 29/01 al 02/02	Pasta al pomodoro e pesto* Insalata calda di merluzzo* e patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Lasagne al ragù di manzo Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Frittata al forno Insalata Pane Frutta di stagione	Risotto al radicchio rosso Spiedino di tacchino* Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Finocchi gratinati Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt



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**
- * : 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 LA SCUOLA SEC. I GRADO S.LUCIA CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 05/02 al 09/02	Pasta al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP Cavolo cappuccio bianco e viola Pane Frutta di stagione	Pasta tricolore all'olio EVO Bocconcini di pollo* panati Insalata arlecchino con carote, olive e mais* Pane Frutta di stagione & Chiacchiere	Riso all'inglese Frittata al forno Piselli* e carote in umido Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di verdura Farinata di ceci* 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* impanato Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Polenta Spezzatino di tacchino Piselli* 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	Insalata e mais* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Pasta al pomodoro Tonno all'olio d'oliva Finocchi julienne Pane Frutta di stagione	Gnocchi al pesto Petto di pollo al latte Spinaci* Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Farinata di ceci* Fagiolini* Pane Frutta di stagione
4° SETTIMANA dal 26/02 al 01/03	Pasta al pomodoro Stufato di lenticchie e patate Carote al vapore Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Lasagne al ragù di manzo Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Mozzarella Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta all'olio EVO Coscia di pollo 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 Reggiano
- : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

- Menù di Carnevale
- Giornata Mondiale dei Legumi
- Giornata Nazionale dei Pizzoccheri



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

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 LA SCUOLA SEC. I GRADO S.LUCIA CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2023/2024



	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* Spiedino di tacchino* Insalata* e mais* Pane *◇ Frutta di stagione *	Risotto* allo zafferano Crocchette di pesce* 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 	Pasta* alle olive Uovo sodo* Lattughino* Pane *◇ Frutta di stagione *	Riso* al pomodoro* Polpette di manzo* 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* 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 manzo* Formaggio Branzi FTB Lattughino* Pane *◇ Frutta di stagione * & Torta al cacao	Polenta* Spezzatino di tacchino con piselli* e carote* in umido Pane *◇ Frutta di stagione *	Pasta* al pomodoro* Crocchette vegetariane* 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 	Pasta* al pomodoro* Filetto di merluzzo* gratinato Carote* fresche al vapore Pane *◇ Frutta di stagione *	Tortelli ai piselli Cotoletta di pollo* al forno Insalata* carote* e mais* Pane *◇ Frutta di stagione * e Colomba	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 (MSC)**
 : 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!