

MENU' INVERNALE PER LA SCUOLA SEC. DI I GRADO MUZIO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2022/2023



	MARTEDI	MERCOLEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	
1° SETTIMANA dal 10/10 al 14/10	Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato Lenticchie in umido Erbette* Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Filetto di platessa* impanata Carote julienne Pane Frutta di stagione	2° SETTIMANA dal 17/10 al 21/10	Polenta Bruscitti di manzo Piselli* e carote Pane Frutta di stagione	Pasta all'extravergine Frittata al forno Patate al vapore Pane Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 24/10 al 28/10	Pasta al ragù di pesce* Mozzarella 1/2 porzione Broccoli e cavolfiori gratinati Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Merluzzo* impanato Insalata Pane Frutta di stagione	4° SETTIMANA dal 31/10 al 04/11	FESTIVITA'	
5° SETTIMANA dal 07/11 al 11/11	Pasta al pomodoro Frittata al forno Carote julienne Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	6° SETTIMANA dal 14/11 al 18/11	Scarpinocc de Par Formaggio Branzi 1/2 porzione Carote julienne Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Polpette di manzo* Patate al vapore Pane Frutta di stagione
7° SETTIMANA dal 21/11 al 25/11	Pasta all'extravergine Farinata* di ceci Broccoli freschi e zucca al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Mozzarella Insalata Pane Frutta di stagione	8° SETTIMANA dal 28/11 al 02/12	Riso all'inglese Crocchette vegetariane Lattughino Pane Frutta di stagione	Polenta Arrosti di tacchino Spinaci* 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
- : gratinatura con l'uso di Parmigiano Reggiano
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI

- Giornata mondiale della Pasta
- Menù di Halloween
- Menù Bergamasco



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' INVERNALE PER LA SCUOLA SEC. DI I GRADO MUZIO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2022/2023



	MARTEDI	MERCOLEDI	MARTEDI	MERCOLEDI
1° SETTIMANA dal 05/12 al 09/12	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Risotto al Branzi Brasato di manzo Carote e verze stufate Pane Mela IGP	Trofie al pomodoro e pesto Bocconcini di tacchino Carote* baby Pane Frutta di stagione & Torta di Santa Lucia	Tortellini olio e salvia Frittata al forno Purè di patate e cavolfiore Pane Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 19/12 al 23/12	Pasta pasticciata Cotoletta di pollo al forno Lattughino e mais Pane Frutta di stagione & Pandoro	Pasta al pomodoro Mozzarella Carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione	VACANZE INVERNALI	
5° SETTIMANA dal 09/01 al 13/01	Risotto alla parmigiana Parmigiano Reggiano DOP Piselli* e carote fresche in umido Pane Frutta di stagione	Polenta Arrosti di tacchino Spinaci* Pane Frutta di stagione	6° SETTIMANA dal 16/01 al 20/01	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt
7° SETTIMANA dal 23/01 al 27/01	Pasta al pomodoro Merluzzo* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Polenta Petto di pollo alla pizzaiola Piselli* e carote Pane Frutta di stagione	8° SETTIMANA dal 30/01 al 03/02	Risotto al radicchio rosso Arrosti di tacchino Fagiolini* Pane Frutta di stagione
				Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato Hamburger di manzo* Carote fresche e verza stufate Pane Frutta di stagione
				Pasta con crema di zucca Frittata al forno Patate al vapore Pane Frutta di stagione

Una volta a settimana, la MELA sarà e la BANANA 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
- : gratinatura con l'uso di Parmigiano Reggiano
- * : 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
- 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

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. DI I GRADO MUZIO CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2022/2023



	MARTEDI	MERCOLEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	
1° SETTIMANA dal 06/02 al 10/02	Pasta al pomodoro Primo sale Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Lasagne al ragù di manzo Spinaci* gratinati Pane Frutta di stagione	2° SETTIMANA dal 13/02 al 17/02	Pasta tricolore all'extravergine Bocconcini di pollo panati Insalata arlecchino (carote olive e mais) Pane Frutta di stagione & Chiacchiere	Pizzoccheri Mozzarella 1/2 porzione Fagiolini* Pane Frutta di stagione
3° SETTIMANA dal 20/02 al 24/02	CARNEVALE	Riso all'inglese Spiedini di tacchino Patate e broccoli freschi Pane Frutta di stagione	4° SETTIMANA dal 27/02 al 03/03	IN ARRIVO NUOVO MENU'	
5° SETTIMANA dal 06/03 al 10/03	IN ARRIVO NUOVO MENU'	IN ARRIVO NUOVO MENU'	6° SETTIMANA dal 13/03 al 17/03	IN ARRIVO NUOVO MENU'	
7° SETTIMANA dal 20/03 al 24/03	IN ARRIVO NUOVO MENU'	IN ARRIVO NUOVO MENU'	8° SETTIMANA dal 27/03 al 31/03	IN ARRIVO NUOVO MENU'	

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
- : gratinatura con l'uso di Parmigiano Reggiano
- * : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

MENU' SPECIALI



Menù di Carnevale



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

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!