

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



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 10/10 al 14/10	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	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	Pasta integrale al pomodoro Arrosto di tacchino Purè di patate e cavolfiore Pane Frutta di stagione	Minestra di orzo e patate Frittata al forno Insalata Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 17/10 al 21/10	Pasta al ragù di verdura Crocchette di cannellini alla menta Carote julienne Pane Frutta di stagione	Polenta Bruscitti di manzo Piselli e carote Pane Frutta di stagione	Pasta all'extravergine Frittata al forno Patate al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Primo sale Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro e pesto Tonno all'olio d'oliva Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 24/10 al 28/10	Fagiolini Lasagne di carne Pane Frutta di stagione	Pasta al ragù di pesce* Mozzarella 1/2 porzione Broccoli e cavolfiori gratinati Pane Frutta di stagione	Risò all'inglese Merluzzo* impanato Insalata Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Crocchette vegetariane Carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto alla zucca e porri Petto di pollo al latte Purè di patate Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 31/10 al 04/11	Pasta all'extravergine Polpette di pesce* Piselli e carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione	FESTIVITA'	Raviolini alla zucca Crocchette di pollo Broccoli e zucca al vapore Pane Frutta di stagione & Torta di carote	Pasta al pomodoro Parmigiano Reggiano DOP Erbette gratinate Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Farinata* di ceci Fagiolini 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**
- \* : 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 **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](http://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 CAMOZZI CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2022/2023

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 07/11 al 11/11	Polenta Spezzatino di tacchino Spinaci* gratinati ▲ Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata al forno Carote julienne Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato Lenticchie in umido Carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione	Risotto alla parmigiana Filetto di platessa* impanato Purè di patate e cavolfiore Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 14/11 al 18/11	Scarpinocc de Par Formaggio Branzi 1/2 porzione Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Polpettone di fagioli Carote julienne Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Frittata al forno Patate al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro e pesto* Merluzzo* impanato Fagiolini Pane Frutta di stagione	Risotto alla rapa rossa Polpette di manzo Piselli* e carote in umido Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 21/11 al 25/11	Fagiolini* Lasagne di carne Pane Frutta di stagione	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	Pasta con crema di zucca Petto di pollo alla pizzaiola Purè di patate Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Cubetti di merluzzo* gratinati Carote fresche al vapore Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 28/11 al 02/12	Pasta al ragù di verdura Polpette di pesce* Fagiolini* Pane Frutta di stagione	Riso all'inglese Crocchette vegetariane Lattughino Pane Frutta di stagione	Polenta Arrosti di tacchino Spinaci* Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Frittata con patate Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pasta al tonno Parmigiano Reggiano DOP Finocchi gratinati 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**
- Raffiano DOP**
- \* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

## MENU' SPECIALI

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](http://www.foodpolicybergamo.it)

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

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
1° SETTIMANA dal 05/12 al 09/12	Fagiolini*	Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato	Risotto al Branzi	FESTIVITA'	Pasta integrale al pomodoro
	Pizza margherita	Lenticchie in umido	Brasato di manzo		Merluzzo* impanato
	Pane◇	Spinaci	Carote e verze stufate		Insalata
	Frutta di stagione	Pane◇	Pane◇		Pane◇
	Yogurt	Frutta di stagione	Mela IGP		Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
2° SETTIMANA dal 12/12 al 16/12	Pasta all'extravergine	Trofie al pomodoro e pesto	Tortellini olio e salvia	Risotto alla rapa rossa	Pasta al pomodoro
	Filetto di platessa impanato	Bocconcini di tacchino	Frittata al forno	Primo sale	Crocchette vegetariane
	Fagiolini*	Carote* baby	Purè di patate e cavolfiore	Finocchi in insalata	Carote julienne
	Pane◇	Pane◇	Pane◇	Pane◇	Pane◇
	Frutta di stagione	Frutta di stagione & Torta di Santa Lucia	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
3° SETTIMANA dal 19/12 al 23/12	Pasta pasticciata	Risotto allo zafferano	Pasta al pomodoro	Riso all'inglese	VACANZE INVERNALI
	Cotoletta di pollo al forno	Polpette di pesce*	Mozzarella	Frittata con verdura	
	Lattughino e mais	Fagiolini*	Carote fresche al vapore	Spinaci	
	Pane◇	Pane◇	Pane◇	Pane◇	
	Frutta di stagione & Pandoro	Frutta di stagione	Frutta di stagione	Frutta di stagione	

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
4° SETTIMANA dal 26/12 al 30/12	VACANZE INVERNALI	VACANZE INVERNALI	VACANZE INVERNALI	VACANZE INVERNALI	VACANZE INVERNALI



## 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



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 **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](http://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 CAMOZZI CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2022/2023



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 09/01 al 13/01	Pasta al tonno <b>Parmigiano Reggiano DOP</b>	Risotto alla parmigiana Cubetti di merluzzo* e gratinati	Polenta Arrosti di tacchino	Raviolini agli spinaci Frittata con patate	Pasta al pomodoro Farinata* di ceci Cavolo cappuccio bianco e viola Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> dal 16/01 al 20/01	Risotto alla parmigiana Filetto di platessa* impanato Insalata Pane Frutta di stagione	Fagiolini Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt	Gnocchetti sardi all'olio aromatizzato Lenticchie in umido Carote fresche e verza stufate Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Hamburger fresco di manzo Purè di patate e cavolfiore Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Frittata al forno Finocchi freschi al vapore Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 23/01 al 27/01	Risotto allo zafferano Polpettone di fagioli Insalata e mais Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Merluzzo* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Polenta Petto di pollo alla pizzaiola Piselli e carote Pane Frutta di stagione	Raviolini agli spinaci Crescenza Broccoli freschi e zucca Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al tonno Frittata con patate Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>4° SETTIMANA</b> dal 30/01 al 03/02	Pasta al pomodoro e pesto Polpette di pesce* Carote julienne Pane Frutta di stagione	Risotto al radicchio rosso Arrosti di tacchino Fagiolini Pane Frutta di stagione	Pasta con crema di zucca Frittata al forno Patate al vapore Pane Frutta di stagione	Pasta all'extravergine Farinata* di ceci Insalata Pane Frutta di stagione	Risotto ai piselli Grana Padano DOP Broccoli e cavolfiori freschi 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

- Giornata Nazionale della Farinata**
- Giornata Mondiale della Pizza**
- Giornata Nazionale del Radicchio Rosso**
- Giornata Nazionale del Grana Padano**



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 **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](http://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 CAMOZZI CON PASTI TRASPORTATI - a.s. 2022/2023



	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
<b>1° SETTIMANA</b> dal 06/02 al 10/02	Risò all'inglese Bocconcini di tacchino al curry Carote prezzemolate Pane Frutta di stagione	Pasta al pomodoro Primo sale Finocchi gratinati Pane Frutta di stagione	Lasagne al ragù di manzo Spinaci gratinati Pane Frutta di stagione	Pasta all'extravergine Uovo sodo Cavolo cappuccio bianco e viola in insalata Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Cubetti di merluzzo* gratinati Fagiolini Pane Frutta di stagione
<b>2° SETTIMANA</b> 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	Pasta al pomodoro Filetto di platessa* impanato Carote julienne Pane Frutta di stagione	Pizzoccheri Mozzarella 1/2 porzione Fagiolini Pane Frutta di stagione	Risotto allo zafferano Lenticchie in umido Patate al forno Pane Frutta di stagione	Pasta al pesto Frittata al forno Finocchi freschi al vapore Pane Frutta di stagione
<b>3° SETTIMANA</b> dal 20/02 al 24/02	VACANZE DI CARNEVALE	VACANZE DI CARNEVALE	Risò all'inglese Spiedini di tacchino Patate e broccoli freschi Pane Frutta di stagione	Pasta integrale al pomodoro Tonno all'olio d'oliva Carote julienne Pane Frutta di stagione	Fagiolini* Pizza margherita Pane Frutta di stagione Yogurt
<b>4° SETTIMANA</b> dal 27/02 al 03/03	NUOVO MENU' IN ARRIVO!	NUOVO MENU' IN ARRIVO!	NUOVO MENU' IN ARRIVO!	NUOVO MENU' IN ARRIVO!	NUOVO MENU' IN ARRIVO!



## LEGENDA

- : prodotto da **agricoltura biologica**
- : prodotto proveniente da **Mercato Equosolidale**
- : prodotto **Km Zero**
- : prodotto proveniente da **pesca sostenibile**
- : gratinatura con l'uso di **Parmigiano**
- Raffianò DOP**
- \* : decongelati o freschi, a seconda della disponibilità stagionale

## MENU' SPECIALI



Giornata Mondiale dei Legumi



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](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 **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](http://bergamo.scuole.sercar.it) aggiungi la webapp alla tua home page e resta sempre connesso per novità e comunicazioni!