

MENÙ ESTIVO dal 03/09/18 al 26/10/18 e dal 25/03/19 fino 28/06/19

| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|---|--|--|--|---|
| 03/07set 18 25/29mar 19 03/07 giu 19 | F10 2 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porz.) Pane Frutta | L11 Pasta all'olio e grana Hamburger di legumi Carote julienne Pane Frutta | C8 Minestra di riso e patate Lonza alle erbe aromatiche Zucchine gratinate Pane Frutta | U6 Gnocchetti al pesto Frittata al naturale Insalata Pane Frutta | F6 Pasta alla contadina Invollini di platessa al basilico Pomodori Pane Frutta |
| 10/14set.18 01/05apr 19 10/14 giu 19 | L5 Pasta al pomodoro e basilico Fagioli all'uccelletto Carote al prezzemolo Pane Frutta | G6 Passato di verdura con crostini Scaloppina di tacchino al limone Patate Pane Frutta | U5 Risotto con verdure di stagione Crocchette d'uovo Insalata mista con finocchi Pane Frutta | P5 Pasta allo zafferano Pesce in umido Pomodori Pane Frutta | F11 Gnocchi alla romana Tocchetti di grana o primo sale Fagiolini Pane Frutta |
| 17/21set.18 19/12 apr 19 17/21 giu 19 | C12 Pasta al ragù di carne Zucchine gratinate Pane Frutta | U2 Risotto alla parmigiana Rollata Pomodori Pane Frutta | P13 Gnocchi al pomodoro e basilico Tonno Insalata Pane Frutta | F10 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porz.) Pane Frutta | L2 Pasta in bianco Lenticchie al pomodoro Carote Pane Frutta |
| 24/28set.18 15/19 apr 19 24/28 giu 19 | U7 Risotto allo zafferano Frittata al naturale Pomodori Pane Frutta | P2 Pasta agli aromi Crocchette di merluzzo Insalata Pane Frutta | F9 3 Pasta pasticcata al forno con formaggio Fagiolini Pane Frutta | L6 Pasta integrale al pomodoro Polpettine di cannellini Carote a rondelle Pane Frutta | C10 1 Passato di verdura /crostini Cotoletta di pollo al forno Patate in insalata Pane Frutta |
| 01/05ott.18 22/26 apr 19 | P5 Pasta al ragù vegetale Pesce al forno Erbe Pane Frutta | F10 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porz.) Pane Frutta | L4 Pasta al pomodoro Piccoli in umido Carote julienne Pane Frutta | C8 Risotto alle zucchine Ariete al forno Pomodori Pane Frutta | U6 Pasta all'olio e salvia Frittata con verdure Insalata mista Pane Frutta |
| 08/12ott.18 29apr/3mag 19 | F13 Insalata di pasta Primo sale o asiago (1/2porz.) Finocchi Pane Frutta | L3 Pasta al tonno Ceci alla pizzaiola Carote julienne Pane Frutta | C8 Minestra di riso e patate Polpettine di manzo Insalata Pane Frutta | U7 Pasta al ragù di verdure Rotolo di frittata ricotta e spinaci Fagiolini Pane Frutta | P6 Pasta al pesto ligure Invollini di pesce Pomodori Pane Frutta |
| 15/19ott18 6/10 mag 19 | L5 Pasta all'olio extravergine Insalata di cannellini, pomodorini e olive Carote julienne Pane Frutta | C15 Risotto allo zafferano Stigliata di arrosto di tacchino con olio aromatizzato Zucchine Pane Frutta | U6 Pasta alle zucchine Omelette alle erbe aromatiche o frittata Pomodori Pane Frutta | P2 Pasta integrale al pomodoro Crocchette di merluzzo Finocchi gratinati Pane Frutta | F10 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porz.) Pane Frutta |
| 22/26ott18 3/17 mag 19 | C5 Risotto al pomodoro Coscia di pollo al forno croccante Insalata Pane Frutta | U5 Pasta alla contadina Crocchette d'uovo Fagiolini Pane Frutta | P7 Pasta allo zafferano Pesce panato al forno Erbe Pane Frutta | F4 Pasta all'olio e grana Caprese (mozzarella/pomodori) Pane Frutta | L11 Pasta al pomodoro Burger di lenticchie Carote julienne Pane Frutta |
| 02/4 mag 19 | U7 Pasta al pesto Frittata alle zucchine Carote prezzemolate Pane Frutta | P9 Pasta al pomodoro fresco Pesce al forno Erbe Pane Frutta | F10 Insalata Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Pane Frutta | L5 Pasta in bianco Fagioli all'uccelletto Fagiolini Pane Frutta | C8 Risotto estivo Hamburger di manzo Pomodori Pane Frutta |
| 7/31 mag 19 | P13 Gnocchetti alla salvia Tonno Insalata mista con finocchi Pane Frutta | F4 Risotto allo zafferano Primo sale o montasio Pomodori Pane Frutta | L3 Pasta al pomodoro Insalata di ceci Fagiolini Pane Frutta | C6 4 Passato di verdura con crostini Tacchino alla cacciatora Patate Pane Frutta | U6 Pasta alla crema di zucchine Frittata rustica Carote Pane Frutta |

MENÙ A TEMA

¹ Menù Emiliano (28set): Tortellini panna e prosciutto – Parmigiano reggiano (1/2porz) – Insalata – Torta paradiso

² Menù Bergamasco (25 mar): Casoncelli alla bergamasca – Formagella – Fagiolini- Frutta – Dolce

³ Menù di Pasqua (17apr): Pasta all'amatriciana –Torta salata (uova/ verdura)–Insalata mista - Dolce pasquale

⁴ Menù last day school (30mag): Focaccia farcita con formaggio – Smile di patate - Pomodori – Gelato

LA GIORNATA DEL MENÙ A TEMA PUÒ SUBIRE VARIAZIONI NELL'ARCO DELLA SETTIMANA IN RELAZIONE ALLE ESIGENZE DELLA SCUOLA

Le sigle riportate (F10, L11, ecc.) rappresentano i riferimenti agli schemi dietetici proposti dall' ATS.

È possibile sostituire la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi)

* Carne, pesce e vegetali se non reperibili freschi possono essere surgelati all'origine





MENÙ INVERNALE dal 29/10/18 al 22/03/19

| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|------------------------------|--|--|--|---|--|
| 19ott/2nov18 11/25 gen 19 | U7 Minestra di riso e patate Frittata al naturale Insalata mista con verza Pane Frutta | P7 Gnocchetti sardi al sugo di verdure Pesce impanato Erbotte Pane Frutta | F10 1 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Pane Frutta | L6 Pasta olio e grana Polpettine di cannellini Carote julienne Pane Frutta | C12 Zucchine Lasagne di carne Pane Frutta |
| 15/09 nov 18 3gen/01feb19 | P13 Pasta al ragù vegetale Tonno Insalata Pane Frutta | F4 Risotto alla parmigiana Tocchetti di grana o primo sale Biete Pane Frutta | L4 Pasta all'olio extravergine Piselli alla pizzaiola Carote Pane Frutta | C11 Pasta al pomodoro Cotoletta di lonza Finocchi al gratin Pane Frutta | U5 Passato di verdura con crostini Crocchette d'uovo Patate Pane Frutta |
| 2/16 nov 18 04/08feb19 | F10 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Pane Frutta | L6 Pasta al pomodoro Crocchette di ceci Carote julienne Pane Frutta | C3 Polenta con pollo alla cacciatora Verdure cotte Pane Frutta | U2 Risotto allo zafferano Frittata rustica Insalata mista con verza Pane Frutta | P7 Pasta al pesto Pesce impanato Finocchi al gratin Pane Frutta |
| 9/23 nov 18 11/15 feb19 | L2 Pasta all'olio extravergine Lenticchie in umido Carote julienne Pane Frutta | C6 Passato di verdura con orzo Arrosto di tacchino Patate in insalata Pane Frutta | U5 Risotto al prezzemolo Crocchette d'uovo Insalata mista Pane Frutta | P6 Pasta al pomodoro e basilico Pesce gratinato al forno Fagiolini Pane Frutta | F11 Gnocchi alla romana Mozzarella o asiago Spinaci Pane Frutta |
| 26/30nov 18 18/22 feb19 | C6 2 Passato di verdura con crostini Hamburger e polpettine di manzo Patate Pane Frutta | U1 Gnocchi al pomodoro Rollè di frittata (spinaci e grana) Insalata verde Pane Frutta | P6 Pasta all'olio Involtino di pesce Spinaci Pane Frutta | F10 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Pane Frutta | L3 Risotto alla parmigiana Ceci alla pizzaiola Carote Pane frutta |
| 03/07 dic 18 5feb/01mar19 | U12 Risotto alla zucca Frittata al naturale Insalata mista con verza julienne Pane Frutta | P5 Pasta allo zafferano Plattessa alla mugnaia Gratin di verdure Pane Frutta | F2 Minestra di verdura Stornato di formaggio e patate Fagiolini Pane Frutta | L4 Pasta al pomodoro Piselli in umido Carote prezzemolate Pane Frutta | C9 4 Polenta e spezzatino di lonza Biete in insalata Pane Frutta |
| 10/14 dic 18 14/08 mar 19 | P2 Pasta al tonno Pesce al forno Fagiolini Pane Frutta | F10 Insalata Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Pane Frutta | L6 Pasta all'olio extravergine Polpettine di cannellini Carote a rondelle Pane Frutta | C5 Passato di verdura- farro Cotoletta di pollo Patate Pane Frutta | U7 Risotto al pomodoro Frittata con verdure Insalata e verza julienne Pane Frutta |
| 17/21 dic 18 11/15 mar19 | F9 Gnocchetti pasticcianti al forno Mozzarella o primo sale (1/2 porzione) Spinaci Pane Frutta | L11 Pasta al pomodoro Hamburger di lenticchie Carote julienne Pane Frutta | C10 3 Pasta alla crema di broccoli Petto di tacchino al limone Zucchine trifolate Pane Frutta | U4 Risotto giallo con piselli Frittata rustica Insalata Pane Frutta | P10 Gnocchi al pesto Crocchette di pesce Fagiolini Pane Frutta |
| 17/11 gen 19 18/22 mar19 | L5 Pasta all'olio e grana Fagioli all'uccelletto Carote Pane Frutta | C9 Polenta con manzo brasato Zucchine Pane Frutta | U6 Minestra di riso e patate Frittata o Omelette con erbe aromatiche Insalata verde Pane Frutta | P6 Pasta pomodoro Involtino di pesce Biete Pane Frutta | F10 Fagiolini Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione), Pane Frutta |
| 14/18 gen19 | C5 Risotto al pomodoro Coscia di pollo al forno Verdure cotte Pane Frutta | U12 Passato di verdura con crostini Rollè di frittata Patate Pane Frutta | P13 Pasta al pomodoro Tonno Fagiolini Pane Frutta | F11 Gnocchi alla romana Primo sale o tocchetti di grana Zucchine gratinate Pane Frutta | L2 Pasta all'olio extravergine Lenticchie al rosmarino Carote julienne Pane Frutta |

MENÙ A TEMA

¹ Menù Halloween (31ott): Polenta con spezzatino (di manzo) stregato - Mummy carrots (carote gratinate) - Dolcetto o scherzetto?

² Menù Pugliese (26nov): Orecchiette al pomodoro e olive - Polpettine di manzo - Patate al rosmarino - Frutta

³ Menù di Natale (19dic): Ravioli pasticcianti - Arrosto all'arancia - Fagiolini - Pandoro

⁴ Menù Carnevale (01mar): Gnocchetti sardi fantasia (con tonno, piselli e pomodoro) - Girelle di frittata - Coriandoli
d'insalata (carote e zucchine julienne, mais) - Chiacchiere

LA GIORNATA DEL MENÙ A TEMA PUÒ SUBIRE VARIAZIONI NELL'ARCO DELLA SETTIMANA IN RELAZIONE ALLE ESIGENZE DELLA SCUOLA

Le sigle riportate (F10, L11, ecc.) rappresentano i riferimenti agli schemi dietetici proposti dall'ATS.

È possibile sostituire la verdura con altra verdura di stagione (no patate e legumi)

* Carne, pesce e vegetali se non reperibili freschi possono essere surgelati all'origine



collegamento ATS Bergamo