



PUNTO RISTORAZIONE **TABELLA DIETETICA ANNO 2023/2024 – infanzia - primaria – secondaria COSTA SERINA**

Menù in linea con le Linee Guida per l'elaborazione del menù per la Ristorazione Scolastica ATS Bergamo

MENÙ ESTIVO da settembre 2023 al 27 Ottobre 2023 e dal 1° aprile 2024 al 30 Giugno 2024

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
04/08sett23 09/13ott23 08/12apr24 13/17mag24 17/21giu24	F10 Pizza margherita Mozzarella (1/2 porz.) Fagiolini Pane Frutta	L6 Pasta olio e grana Burger di legumi Carote Pane Frutta	C13 Risotto allo zafferano Bocconcini di tacchino al forno Spinaci Pane Frutta	U5 Pasta al pesto Sformato di uova e patate Zucchine al forno Pane Frutta	P7 Chicche di patate al pomodoro Filetto di merluzzo dorato al forno Insalata mista Pane Frutta
11/15sett23 16/20ott23 15/19apr24 20/24mag24 24/28giu24	L2 Pasta agli aromi Lenticchie al pomodoro Carote Pane Frutta	U10 Risotto con crema di zucchine Frittata al naturale Insalata Pane Frutta	C14 Pasta all'aurora Polpette di manzo Fagiolini al vapore Pane Frutta	F11 Lasagne alla ligure Zucchine gratinate Pane Frutta	P5 Pasta pomodoro e basilico Bastoncini di pesce Pomodori Pane Frutta
18/22sett23 23/27ott23 22/26apr24 27/31mag24	C12 Pasta al ragù di carne Insalata Pane Frutta	U2 Risotto alla parmigiana Rollata Pomodori Pane Frutta	P13 Pasta alla crema di melanzane Platessa gratinata Insalata Pane Frutta	L3 Pasta all'olio evo e grana Legumi agli aromi Carote julienne Pane Frutta	F10 Pizza margherita Mozzarella (1/2 porz.) Fagiolini Pane Frutta
25/29sett23 29apr/03mag24 03/07giu24	U1 Farrotto estivo Frittata rustica Carote Pane Frutta	P8 Pasta all'olio Filetto di merluzzo dorato al forno Zucchine gratinate Pane Frutta	F1 Cannelloni ricotta e spinaci Caprese (½mozzarella/pomodori) Pane Frutta	L11 Pasta al pesto Crocchette di legumi Carote julienne Pane Frutta	C10 Risotto allo zafferano Arrosti di lonza Insalata mista Pane Frutta
02/06ott23 01/05apr24 06/10mag24 10/14giu24	P9 Pasta integrale al pomodoro Tonno Insalata Pane Frutta	L3 Risotto al pomodoro Legumi in umido Carote prezzemolate Pane Frutta	F10 Focaccia farcita con mozzarella Fagiolini Pane Frutta	U11 Pasta pasticciata Uovo sodo o crocchetta Pomodori Pane Frutta	C8 Pasta alla crema di melanzane Cotoletta di pollo Spinaci Pane Frutta

LE PRENOTAZIONI DEI PASTI POTRANNO ESSERE CANCELLATE FINO ALLE ORE 10.30. SUCCESSIVAMENTE I PASTI VERRANNO ADDEBITATI

È POSSIBILE VARIARE LA VERDURA PREVISTA CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE (NO PATATE O LEGUMI)

MENÙ A TEMA*

- Dal 23 al 27 Ottobre **Menù Halloween**: Polenta, Stufato del calderone, Verdure stregate, Frutta.
- Dal 8 al 12 Aprile **Menù Sardegna**: Gnocchetti sardi, Pesce dorato al limone, Carote julienne, Frutta.
- Dal 27 al 31 Maggio **Menù di fine anno**: Panino con cotoletta, Patate, Insalata, Frutta, Gelato.

* Le date saranno stabilite nella settimana indicata

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
13/17nov23 18/22dic23 22/26gen24 26feb/01mar24	U6 Pasta all'olio e grana Frittata rustica Carote cotte Pane Frutta	P4 Minestra di riso e patate Pesce impanato Erbette Pane Frutta	F10 Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Insalata Pane Frutta	L4 Pasta al ragù di ceci (Anche scorporato) Gratin di verdure Pane Frutta	C3 Polenta Pollo al forno Fagiolini al vapore Pane Frutta
20/24nov23 25/29dic23 29gen/02feb24 04/08mar24	P13 Farrotto allo zafferano Tonno Insalata Pane Frutta	F11 Gnocchi alla romana gratinati Primo sale Broccoletti verdi Pane Frutta	L2 Pasta agli aromi Lenticchie in umido Gratin di verdure Pane Frutta	C6 Passato di verdura con crostini Arrosto di lonza Patate al forno Pane Frutta	U11 Pasta all'aurora Sformato uovo e patate Carote prezzemolate Pane Frutta
27nov/01dic23 01/05gen24 05/09feb24 11/15mar24	F10 Pizza margherita Mozzarella (1/2 porzione) Insalata Pane Frutta	L11 Gnocchi al pomodoro Piselli Zucchine gratinate Pane Frutta	C12 Lasagne/Pasta al ragù Insalata Pane Frutta	P9 Minestra di riso e patate Bastoncini di pesce Carote julienne Pane Frutta	U6 Pasta al pesto Rollata Spinaci Pane Frutta
30ott/03nov23 04/08dic23 08/12gen24 12/16feb24 18/22mar24	L2 Polenta Lenticchie in umido Insalata Pane Frutta	U3 Passato di verdura con crostini Frittata/Crocchette d'uovo Patate in insalata Pane Frutta	C6 Pasta integrale al pomodoro e basilico Bocconcini di pollo dorati Spinaci Pane Frutta	P7 Gnocchi all'olio e salvia Involtino di platessa Finocchi Pane Frutta	F3 Pasta ricotta e pomodoro Asiago Gratin di verdure Pane Frutta
06/10nov23 11/15dic23 15/19gen24 19/23feb24 25/29mar24	F1 Ravioli di magro alla salvia Montasio (1/2 porzione) Verdure gratinate Pane Frutta	U6 Risotto giallo Frittata al naturale Carote Pane Frutta	C14 Pasta al ragù Erbette Pane Frutta	P13 Vellutata con mix di cereali Filetto di merluzzo dorato Insalata Pane Frutta	L2 Gnocchetti sardi al pesto Crocchette di legumi Zucchine trifolate Pane Frutta

LE PRENOTAZIONI DEI PASTI POTRANNO ESSERE CANCELLATE FINO ALLE ORE 10.30. SUCCESSIVAMENTE I PASTI VERRANNO ADEBITATI!

È POSSIBILE VARIARE LA VERDURA PREVISTA CON ALTRA VERDURA DI STAGIONE (NO PATATE O LEGUMI)

MENÙ A TEMA*

- Dal 27 Novembre al 1° dicembre: **Menù ringraziamento:** Risotto con la zucca, Arrosto di tacchino con patate al forno, Frutta
- Dal 18 al 22 Dicembre **Menù di Natale:** Quadrucci di magro, Polpette al sugo, Fagiolini, Pandoro e barretta di cioccolato
- Dal 05 al 09 Febbraio **Menù di Carnevale:** Conchigliette allo zafferano, Polpettine di pesce alla pizzaiola, Tris di verdure, Chiacchiere
- Dal 11 al 15 Marzo **Menù Bergamasco:** Casoncelli olio e salvia, Branzi, Verdura gratinata, Frutta
- Dal 25 al 27 Marzo **Menù di Pasqua:** Strozzapreti al ragù, Crocchette di pollo, Insalata mista, Dolce Pasquale.

* Le date saranno stabilite nella settimana indicata