

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
31.08.2026/ 04.09.2026 Estate 1	- Milano, chioggia, cetrioli e rapanelli - Pasta integrale al pomodoro e verdura - Yogurt con mirtilli	- Lattuga - Merluzzo impanato alle erbe - Zucchine e peperoni al vapore - Riso - Fragole e banane		- Lollo rossa, ice-berg e pomodorini - Gnocchi alla romana con salsa pomodoro - Mela e kiwi	- Insalata di patate - Bocconcini di pollo - Insalata di fagiolini e carote - Pesca e anguria
	07.09.2026/ 11.09.2026 Estate 2	- Lattuga - Pasta al ragù vegetale - Pesca e banane	- Milano, chioggia, semi di girasole, pomodorini e cetrioli - Formaggi misti - Insalata di patate - Insalata di fagiolini - Albicocche e uva	- Anguria - Pizza integrale prosciutto - Lollo bicolore - Gelato vaniglia con salsa frutti di bosco	- Misticanza - Sminuzzato di vitello - Riso selvatico - Ratatouille - Mele e melone
14.09.2026/ 18.09.2026 Estate 3	- Crema di patate e mais - Involtini di formaggio e zucchini - Insalata di carote - Albicocche e uva	- Lattuga, chioggia e cetrioli - Risotto integrale al pomodoro - Crema alla fava tonka		- Insalata di fagiolini e pomodori - Patate al vapore - Tacchino tonnato - Anguria e banane	- Milano, radicchio variegato e rapanelli - Branzino alla mediterranea - Coste e spinaci al vapore - Quinoa - Mele e melone
	21.09.2026/ 25.09.2026	SETTIMANA DEL GUSTO		SETTIMANA DEL GUSTO	SETTIMANA DEL GUSTO
	28.09.2026/ 30.09.2026 Autunno 4	- Lattuga - Pasta integrale al pesto - Ricotta con lamponi	- Bastoncini di verdura - Cosce di pollo al forno - Farro al vapore - Piselli e carotine - Crostata di albicocche		

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.10.2026/ 02.10.2026 Autunno 4				- Chioggia, ice-berg e finocchi - Gnocchi di patate al tonno - Pere e mele	- Milano e lollo verde - Polpette di manzo, tofu e verdure - Riso selvatico - Spinaci e sedano rapa - Cachi vaniglia e kiwi
05.10.2026/ 09.10.2026 Autunno 5	- Lattuga e carote - Piccata al limone - Tagliatelle - Rapette e romanesco - Cachi vaniglia e banane	- Insalata di cabis e mela - Polenta e latte - Pere e mele		- Passato di verdure - Pizza integrale margherita - Milano e riccia - Sorbetto al limone	- Radicchio variegato, chioggia e barbabietole - Ragù di pesce - Farro - Spinaci e pak choi - Macedonia
12.10.2026/ 16.10.2026 Autunno 6	- Insalata di finocchi e arance - Risotto alla zucca - Crema al cioccolato	- Milano, chioggia, ravanelli e sedano - Arrosto di vitello - Patate arrosto - Broccoli e navone - Mandarini e cachi		- Lattuga - Pizzoccheri - Purea di pere	- Crema di grano - Frittata con verdure - Cavolfiori in insalata - Insalata di carote - Banane e mele
19.10.2026/ 23.10.2026 Autunno 1	- Lollo bicolore, riccia e barbabietole - Pasta integrale al prosciutto - Yogurt con mirtilli	- Lattuga - Limanda impanata - Romanesco - e carote al vapore - Riso selvatico - Biscotto arrotolato al mango		- Milano, riccia, barbabietole e cherry - Gnocchi alla romana - Uva bicolore	- Crema ai cereali - Polpettone con verdure e tofu - Scorzoneria - e spinaci al vapore - Mela e pera
26.10.2026/ 30.10.2026 Autunno 2	- Lattuga - Pasta integrale con crema di ceci - Caki vaniglia e mandarini	- Crema di sedano rapa e coste - Formaggi misti - Patate al forno - Insalata di carote - Kiwi e mele		- Passato di verdura - Pizza al tacchino - Insalata ice-berg e lollo - Gelato vaniglia con salsa ai frutti rossi	- Milano e finocchi - Sminuzzato di pollo - Riso selvatico - Fagiolini e cavolfiori - Uva tricolore

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
02.11.2026/ 06.11.2026	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA
09.11.2026/ 13.11.2026 Autunno 3	- Crema di pomodoro - Crostata di formaggio e erbe - Insalata di carote - Banane e pere	- Riccia, ice-berg, chioggia, cherry - Risotto alla zucca - Crema alla vaniglia		- Pinzimonio con salsa yogurt - Spezzatino di manzo ai funghi - Polenta integrale - Broccoli al vapore - Mela e uva	- Milano, carote e sedano - Involtino di limanda - Quinoa - Piselli e carotine - Cachi vaniglia e kiwi
16.11.2026/ 20.11.2026 Autunno 4	- Lattuga - Pasta integrale al pomodoro e verdure - Ricotta con lamponi	- Bastoncini di verdura - Cosce di pollo - Grano saraceno al vapore - Broccoli e cavolfiori - Crostata di mele		- Chioggia, ice-berg e finocchi - Gnocchi di patate al tonno - Pere al forno	- Milano e lollo verde - Polpette di manzo, tofu e verdure - Riso selvatico - Spinaci e carote - Cachi vaniglia e kiwi
23.11.2026/ 27.11.2026 Autunno 5	- Lattuga e carote - Piccata al limone - Pura di patate - Rapette e romanesco - Cachi vaniglia e pere	- Bastoncini di verdura - Polenta e lenticchie - Banane e mele		- Passato di verdure - Pizza integrale margherita - Milano, riccia con semi - Gelato vaniglia con salsa alle more	- Radicchio variegato, chioggia e barbabietole - Spiedini di salmone e merluzzo - Farro - Spinaci e pak choi - Macedonia
30.11.2026 Autunno 6	- Insalata di finocchi e arance - Risotto alla zucca - Crema al cioccolato				

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.01.2027					VACANZA
04.01.2027 / 08.01.2027 Inverno 4	VACANZA	VACANZA	VACANZA	- Milano, chioggia pomodorini - Gnocchi di patate al pomodoro - Mela al forno	- Ice-berg e indivia riccia - Polpette di manzo - Riso integrale - Broccoli e cavolfiori - Kiwi e melone invernale
11.01.2027 / 15.01.2027 Inverno 5	- Riccia, radicchio e barbabietole - Polenta integrale e ragù di soia - Mela e kiwi	- Lattuga - Piccata al prezzemolo - Purea di patate - Cavolini di bruxelles e scorzonera - Banana e pere		- Crema di verdure - Pizza ai 7 cereali al tacchino - Lollo rossa e formentino - Sorbetto alla frutta	- Lollo verde, milano e sedano rapa - Sminuzzato di pollo - Tagliatelle - Broccoli e romanesco - Ananas e kiwi
18.01.2027 / 22.01.2027 Inverno 6	- Lollo bicolore, milano e carote - Risotto alla milanese - Crema alla fava tonka	- Ice-berg e barbabietole - Arrosto di tacchino - Patate al forno - Cavolfiore e broccoli - Mandarinini e mele		- Lattuga e cabis - Lasagne integrali vegetariane - Pere e banane	- Crema di cereali - Frittata con verdure - Insalata di finocchi e sedano rapa - Cachi vaniglia e kiwi
25.01.2027 / 29.01.2027 Inverno 1	- Lattuga, radicchio variegato, carote gialle, rapanelli - Pasta integrale alle 3 P - Yogurt con purea di frutta	- Ice-berg e riccia - Filetti di merluzzo impanati - Riso selvaggio - Spinaci e carote - Biscotto arrotoato		- Milano, chioggia, barbabietole e cetrioli - Gnocchi alla romana con salsa pomodoro - Purea di pere	- Pastina in brodo - Polpettone di manzo, tofu e verdure - Cavolfiore tricolore - Mele e banane

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.02.2027 / 05.02.2027 Inverno 2	- Crema di zucca - Formaggi misti - Patate al forno - Carote e fagiolini - Mandarino e mela	- Insalata Radicchio e finocchi con noci - Pasta integrale ai legumi - Arance e pera		- Passato di verdura - Pizza 7 cereali al tonno - Insalata iceberg e lollo - Gelato vaniglia con salsa alla frutta	- Lollo verde, milano e sedano rapa - Sminuzzato di pollo - Tagliatelle - Broccoli e romanesco - Ananas e kiwi
08.02.2027/ 12.02.2027	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA	VACANZA
15.02.2027 / 19.02.2027 Inverno 3	- Passato di verdura - Involtini di verdure e formaggio - Insalata di sedano e insalata di carote - Banana e mela	- Milano, chioggia e barbabietole - Risotto allo zafferano - Budino al cioccolato		- Bastoncini di verdura con salsa yogurt - Spezzatino di manzo - Polenta integrale - Pere e kiwi	- Ice.berg, e lollo bicolore - Filetti di limanda al forno - Farro integrale - Romanesco e carote gialle - Macedonia
22.02.2027 / 26.02.2027 Inverno 4	- Formentino e lattuga - Pasta al pomodoro e verdure - Ricotta con coulis ai frutti di bosco	- Bastoncini di verdura - Fettine di pollo - Patate - Spinaci e carote - Ananas e pere		- Milano, chioggia pomodorini e ceci - Gnocchi di patate al pesto rosso - Mela al forno	- Ice-berg e indivia riccia - Polpette di manzo - Riso integrale - Broccoli e cavolfiori - Kiwi e melone invernale

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
01.03.2027 / 05.03.2027 Inverno 5	- Riccia, radicchio e barbabietole - Polenta integrale e ragù di soia - Mela e kiwi	- Lattuga - Piccata al prezzemolo - Purea di patate - Cavolini di bruxelles e scorzonera - Banana e pere		- Crema di verdure - Pizza ai 7 cereali al tacchino - Lollo rossa e formentino - Sorbetto alla frutta	- Milano, chioggia, - Spiedini di salmone e limanda - Farro - Spinaci e sedano rapa - Macedonia
08.03.2027 / 12.03.2027 Inverno 6	- Lollo bicolore, milano e carote - Risotto alla milanese - Crema alla fava tonka	- Ice-berg e barbabietole - Arrosto di tacchino - Patate al forno - Cavolfiore e broccoli - Mandarini e mele		- Lattuga e cabis - Lasagne integrali vegetariane - Pere e banane	- Crema di cereali - Frittata con verdure - Insalata di finocchi e sedano rapa - Cachi vaniglia e kiwi
15.03.2027 / 19.03.2027 Inverno 1	- Lattuga, radicchio variegato, carote gialle, rapanelli - Pasta integrale alle 3 P - Yogurt con purea di frutta	- Ice-berg e riccia - Filetti di merluzzo impanati - Riso selvaggio - Spinaci e carote - Biscotto arrotolato		- Milano, chioggia, barbabietole e cetrioli - Gnocchi alla romana con salsa pomodoro - Purea di pere	VACANZA
22.03.2027 / 26.03.2027 Primavera 2	- Minestra di zucca - Formaggi misti - Patate al forno - Peperoni tricolore al forno - Mela e pera	- Lattuga - Pasta integrale alla bolognese - Banane e albicocche		- Passato di verdura - Pizza integrale al tonno - Misticanza - Gelato vaniglia con salsa alla frutta	VACANZA
29.03.2026 / 31.03.2026	VACANZA	VACANZA	VACANZA		

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
01.04.2026 / 02.04.2026				VACANZA	VACANZA
05.04.2027 / 09.04.2027 Primavera 3	- Minestra di verdura - Involtini di formaggio e zucchine - Insalata di carote, sedano e semi - Fragole all'arancia	- Ice-berg, chioggia, barbabietole, rapanelli - Risotto agli asparagi - Budino al cioccolato		- Insalata di finocchi - Spezzatino di manzo - Spätzli - Piselli e carotine - Banane e mele	- Milano, riccia e mais - Branzino al forno - Peperoni e broccoli - Quinoa - Pere e prugne
12.04.2027 / 16.04.2027 Primavera 4	- Lattuga - Pasta integrale al pomodoro e verdure - Ricotta al coulis di pere	- Pinzimonio con salsa yogurt - Fettine di pollo impanate - Broccoli e peperoni - Crostata alle albicocche		- Ice-berg, lollo rossa, cetrioli e ceci - Gnocchi di patate al pomodoro - Mele al forno	- Lollo verde e ice-berg - Polpette di manzo con tofu e verdure - Riso integrale - Spinaci e carote - Frutti di bosco
19.04.2027 / 23.04.2027 Primavera 5	- Insalata di carote tricolore - Piccata di pollo - Tagliatelle - Zucchine e melanzane - Prugne e mela	- Bastoncini di verdure con salsa yogurt - Polenta integrale - Ragù vegetariano - Fragole e ananas		- Misticanza, ice-berg, rapanelli, sedano - Pizza 7 cereali al prosciutto - Sorbetto al limone	- Lollo bicolore, pomodori, finocchi - Spiedini di salmone e merluzzo - Farro - Spinaci e sedano rapa - Macedonia
26.04.2027 / 30.04.2027 Primavera 6	- Milano, chioggia, carote, pomodorino giallo - Risotto ricotta e rucola - Crema agli agrumi	- Indivia riccia, quercia, barbabietole e sedano - Arrosto di vitello - Patate e peperoni - Romanesco - Mela e mango		- Lattuga - Pizzoccheri - Pera e kiwi	- Minestra di orzo integrale - Frittata con verdure - Insalata di finocchi e zucchine - Fragole al limone

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
03.05.2027 / 07.05.2027 Primavera 1	- Ice-berg, lollo verde, mais e babrbabietole - Pasta integrale al pomodoro e verdure - Yogurt con coulis alla fragola	- Lattuga - Filetti di limanda impanati - Patate al vapore - Spinaci e carote - Biscotto arrotolato		VACANZA	VACANZA
10.05.2027 / 14.05.2027 Primavera 2	- Minestra di zucca - Formaggi misti - Patate al forno - Peperoni tricolore al forno - Mela e pera	- Lattuga - Pasta integrale alla bolognese - Banane e albicocche		- Passato di verdura - Pizza integrale al tonno - Misticanza - Gelato vaniglia con salsa alla frutta	- Milano, indivia riccia - Sminuzzato di tacchino alle verdure - Riso - Broccoli e pastinaca - Ananas e kiwi
17.05.2027 / 21.05.2027 Primavera 3	VACANZA	- Ice-berg, chioggia, barbabietole, rapanelli - Risotto agli asparagi - Budino al cioccolato		- Insalata di finocchi - Spezzatino di manzo - Spätzli - Piselli e carotine - Banane e mele	- Milano, riccia e mais - Branzino al forno - Peperoni e broccoli - Quinoa - Pere e prugne
24.05.2027 / 28.05.2027 Primavera 4	- Lattuga - Pasta integrale al pomodoro e verdure - Ricotta al coulis di pere	- Bastoncini di verdura - Fettine di vitello - Zucchine e romanesco - Quinoa - Torta di mele		VACANZA	- Ice-berg e lollo verde - Polpette di manzo e tofu - Carote e spinaci al vapore con riso - Banane e Kiwi
31.05.2027 Estate 5	- Milano, lollo rossa - Piccata di tacchino - Tagliatelle - Zucchine e carote - Albicocche e banane				

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
01.06.2027 / 04.06.202 Estate 5		- Insalata di finocchi - Insalata di farro - Frullato di fragole e anguria		- Lattuga - Pizza margherita - Sorbetto al limone e anguria	- Misticanza - Ragout di pesce - Riso - Melanzane e peperoni - Macedonia
07.06.2027 / 11.06.2027 Estate 6	- Ice-berg, lollo rossa e mais - Risotto alle zucchine - Crema alla vaniglia	- Milano, chioggia e sedano - Arrosto di vitello - Patate al forno - Piselli e carotine - Anguria e banane		- Misticanza - Tortelloni di magro - Mela e fragole	- Brodo con crostini - Frittata di verdure - Insalata di cavolfiori - Albicocche
14.06.2026 / 16.06.2026 Estate 1	- Lattuga, carote e barbabietole - Pasta integrale al pomodoro e verdure - Ricotta ai lamponi	- Misticanza - Pesce impanato - Riso selvatico - Carotine e piselli - Crostata alle albicocche	FINE SCUOLA		

USC Bellinzona, 2013

Menù anno scolastico

La scrittura dei menù viene fatta in agosto prima dell'inizio dell'anno scolastico seguendo le stagioni da calendario

Nel corso dell'anno i menù vengono ricontrollati, possono subire delle variazioni a seconda del cambiamento climatico e della reperibilità delle derrate alimentari