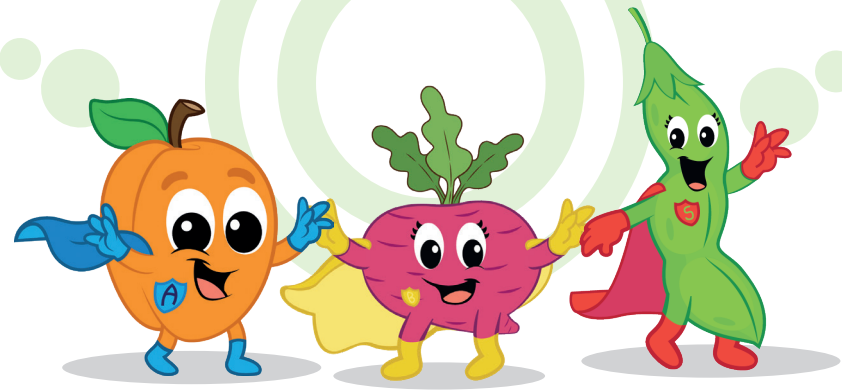


MENÙ ESTATE 2024

Scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado



Validità dal 15 aprile 2024






Area 1	Inizio	2 ^a	settimana
Area 2	Inizio	1 ^a	settimana
Area 3	Inizio	4 ^a	settimana
Area 4	Inizio	3 ^a	settimana

PRIMA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>267 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta biologica olio e parmigiano Rustichelle di pollo biologico   Carote julienne Frutta fresca di stagione  	<p>345 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Risotto allo zafferano Nasello  gratinato Patate e fagiolini  in insalata Frutta fresca di stagione  	<p>228 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Farro al pesto  con verdure Frittata   Pomodori alla mediterranea Frutta fresca di stagione  	<p>183 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Insalata, mais e carote julienne Pizza margherita   Gelato 	<p>279 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta biologica al sugo di pomodoro biologico con merluzzo  Crocchette con lenticchie    Erbette  all'olio Frutta fresca di stagione 
SECONDA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>181 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta biologica aglio, olio e parmigiano Uova strapazzate  Spinaci  all'olio Frutta fresca di stagione  	<p>268 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Gnocchi  al pomodoro biologico Crocchette con legumi ed erbe    Cruditè di carote e zucchine con mais Frutta fresca di stagione  	<p>450 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale biologica al pesto  con crema di zucchine Formaggio mozzarella biologica Pomodori Frutta fresca di stagione  	<p>403 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Riso olio e parmigiano Bocconcini di tacchino con crema di verdure  miste Frutta fresca di stagione  	<p>315 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta biologica al pomodoro biologico Bastoncini di pesce   Carote a tronchetto Frutta fresca di stagione 
TERZA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>192 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Ravioli  di magro olio e salvia Tonno Pomodori Frutta fresca di stagione  	<p>333 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale biologica al pomodoro biologico Cotoletta di lonza alla milanese   Carote julienne Frutta fresca di stagione  	<p>183 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Insalata, mais e carote julienne Pizza margherita   Gelato 	<p>281 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Barbarisotto risotto alla barbabietola Arrosto di tacchino agli aromi   Insalata di stagione  Frutta fresca di stagione  	<p>259 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta biologica al pomodoro biologico Crocchette con lenticchie    Cruditè di carote e zucchine con mais Frutta fresca di stagione 
QUARTA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>262 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta biologica agli aromi Rustichelle di pollo biologico   Spinaci  all'olio Frutta fresca di stagione  	<p>261 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta di mais al pomodoro biologico e basilico  Formaggio primo sale biologico Carote julienne Frutta fresca di stagione  	<p>262 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Ravioli di magro  olio e parmigiano Nasello  olio e limone biologico Pomodori Frutta fresca di stagione  	<p>171 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale biologica al pesto  Uova strapazzate  Zucchine al forno  Frutta fresca di stagione  	<p>155 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Insalata di stagione  Riso olio e parmigiano Polpette con soia    con pomodoro biologico Frutta fresca di stagione 

Arance, carote, mele, banane, insalata (quota parte), sono prodotti biologici, salvo indisponibilità di mercato. A tavola viene servita acqua del Comune di Milano la cui potabilità è controllata dall'azienda MM S.p.A. Per la preparazione del pasto vengono utilizzati esclusivamente olio extravergine di oliva e sale iodato, l'olio utilizzato per il condimento a crudo dei contorni è biologico. Maggiori dettagli sulla tipologia e sulla distribuzione del pane sono disponibili sul sito www.milanoristorazione.it nella sezione Famiglie > Cosa si mangia > Calendario distribuzione pane. **Ulteriori dettagli e aggiornamenti rispetto alle materie prime (es. DOP, IGP, km0, filiera corta, provenienza, ecc.) sono disponibili sul sito www.milanoristorazione.it nella sezione Famiglie > Cosa si mangia > Informazioni materie prime.**



LEGENDA

-  Alimento surgelato all'origine
-  A rotazione secondo disponibilità
-  Cottura al forno
-  Preparate e surgelate da Milano Ristorazione nel Centro Sammartini e cotte in ciascuna cucina
-  Con utilizzo di uova biologiche

I dati di CO₂e riportati rappresentano l'impatto ambientale del singolo pasto per ogni alunno/a della scuola primaria.

LO SAPETE CHE...?

Riduciamo il nostro impatto partendo dal piatto!

Rinnovare e innovare i menù della refezione scolastica è una priorità per Milano Ristorazione che, insieme al Comune di Milano, lavora ogni giorno per promuovere un sistema alimentare sostenibile partendo dai piatti serviti.

Che cos'è la CO₂ equivalente e come si misura la riduzione dell'impatto nella refezione scolastica?

La CO₂ equivalente (CO₂e) consente di **monitorare le condizioni di salute del nostro pianeta**, ci offre informazioni utili sulle condizioni dell'aria e sugli effetti del cambiamento climatico. Grazie alla misurazione della CO₂e possiamo valutare l'effetto che i gas serra hanno sul clima e sul riscaldamento globale rispetto a una quantità equivalente di anidride carbonica. Ci sono diversi tipi di gas serra sulla Terra – metano (emesso in agricoltura e dalle discariche) e protossido di azoto (derivante dai processi industriali e dall'agricoltura) – ed è fondamentale capire in che modo questi influenzano l'atmosfera e quanto contribuiscono allo sviluppo dell'effetto serra*.

Anche Milano si basa sul calcolo della riduzione della CO₂e per monitorare i propri progressi in materia di sostenibilità e, in particolare, partendo dal lavoro quotidiano nelle scuole e nella preparazione dei pasti per circa 75.000 bambine e bambini. Aderendo all'iniziativa Cool Food Pledge promossa dal World Resource Institute, **Milano ha messo a punto il calcolo della CO₂e** analizzando i propri acquisti e attivando **processi migliorativi per diminuire le emissioni** derivanti dalla scelta di determinate materie prime.

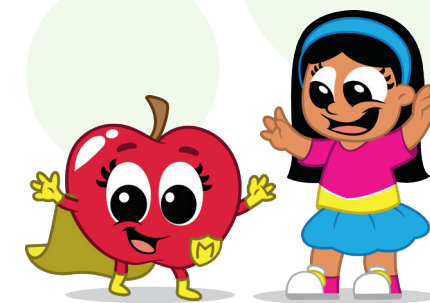
Dal 2015 al 2022, **i nostri menù e le nostre ricette sono stati rinnovati, raggiungendo livelli di sostenibilità che superano il 34% di riduzione della CO₂e.**

Legumi, ricette che combinano cereali e ortaggi e altre studiate per far apprezzare ai bambini anche verdure nuove (come la barbabietola del nuovo "Barbarisotto"), olio extra vergine di oliva, pane biologico, riduzione di carne rossa ed eliminazione della plastica: sono alcune delle nostre scelte compiute per ridurre le emissioni di gas serra nell'ambiente.

Scegliere alimenti vegetali, promuovere le filiere corte e ridurre gli sprechi nella fase finale della catena si può, se si lavora insieme ai bambini, alle famiglie e al personale educativo e didattico.

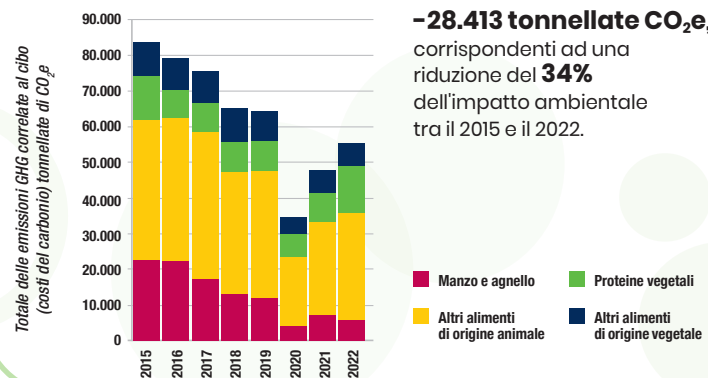
LA CREATIVITÀ A CENA

I nostri suggerimenti per il menù della sera



PRIMA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<ul style="list-style-type: none"> Zucchine alla scapece Insalata di orzo, legumi e verdure di stagione Fragole con cioccolato fondente 	<ul style="list-style-type: none"> Tortiglioni integrali alla crema di asparagi Feta greca con olive e cetrioli Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Melanzane e patate al forno Panino ai cereali con burger di legumi, insalata di stagione e maionese vegetale Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Gnocchi al limone Pesce al cartoccio Barbabietole olio e limone Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Spiedino di verdure Riso alla cantonese Insalata di mele, uvetta e noci
SECONDA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<ul style="list-style-type: none"> Pomodori gratinati Risotto con fiori di zucca e gamberetti Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Cous cous alle verdure Pollo con peperoni Spiedini di frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Farro alla crudaioia Polpettine di pesce Radicchio al forno Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Ravioli di magro alla menta Falafel con salsa yogurt Insalata di cetrioli Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Riso nero pesto e pomodorini Insalata di verdure grigliate e uova sode Cestini di sfoglia con frutta fresca
TERZA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<ul style="list-style-type: none"> Trofie al pesto di rucola Hummus di lenticchie con pinzimonio di verdure Gelato 	<ul style="list-style-type: none"> Crema di piselli con crostini di pane integrale Uova al tegamino con asparagi Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale pomodorini, capperi e olive Nuggets di ceci Bietole olio e aglio Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Patate al cartoccio Anelli di totano gratinati al forno Insalata di pomodori e basilico Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Zucchine gratinate al forno Torta salata con ricotta e radicchio Macedonia di frutta fresca con granella di nocciole
QUARTA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<ul style="list-style-type: none"> Gnocchetti di spinaci al parmigiano Filetto di pesce alla ligure Peperoni brasati Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Insalata di farfalle integrali con verdure Scaloppine di carne al pompelmo Verdure di stagione al forno Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Insalata di carciofi al limone Sedanini al ragù di lenticchie Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Bruschette con pomodori e basilico Prosciutto e melone Macedonia di frutta fresca 	<ul style="list-style-type: none"> Fusilli con melanzane, olive e mandorle Caprese Frutta fresca di stagione

Emissioni correlate al cibo acquistato da Milano Ristorazione (2015-2022)



Fonte: dati World Resources Institute (WRI 2023) elaborati sui dati di approvvigionamento di Milano Ristorazione. Fattori di emissione da Poore Nemecek (2018) (filiera agricola) e Searchinger et al. (2018) (costi opportunità sul carbonio).

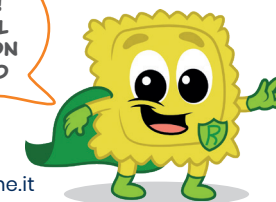
In questo menù vi presentiamo l'impatto di ciascuna giornata per farvi conoscere i risultati delle nostre scelte in ambito di sostenibilità. Il dato medio riportato si riferisce alle scuole primarie. Che cosa è emerso? Che **la giornata più sostenibile è il venerdì della quarta settimana.**

Grazie a tanti progetti internazionali che mettono al centro **ricerca e innovazione**, come il **progetto Horizon 2020 Food Trails** (<https://foodtrails.milanurbanfoodpolicy.org/a-second-chance-for-food-waste/>), abbiamo attivato diverse **sperimentazioni pilota** per migliorare la raccolta delle eccedenze a fine pasto, abbiamo rinnovato i refettori per rendere gli ambienti più accoglienti e stiamo affinando sempre di più il monitoraggio degli sprechi. Noi ce la stiamo mettendo tutta... facciamo insieme! La strada verso la sostenibilità è lunga e ognuno di noi può fare la propria parte.

*Fonte: <https://www.lumi4innovation.it/co2-equivalenti/>



SEGUICI SU FACEBOOK! INQUADRA IL QR CODE CON IL TELEFONO



Sito Internet: www.milanoristorazione.it
Facebook: facebook.com/milanoristorazione.it



Questo progetto ha ricevuto finanziamenti dal programma di ricerca e innovazione Horizon 2020 dell'Unione Europea nell'ambito dell'accordo di sovvenzione n. 101000812. La responsabilità del contenuto è esclusivamente degli autori.