

Notizie, informazioni, curiosità dal mondo di Milano Ristorazione. Per conoscere tutto quello che riguarda chi serve ogni giorno il pranzo a 70.000 scolari e a 10.000 tra ospiti delle case di riposo, dei centri di prima accoglienza e anziani al proprio domicilio della nostra città.

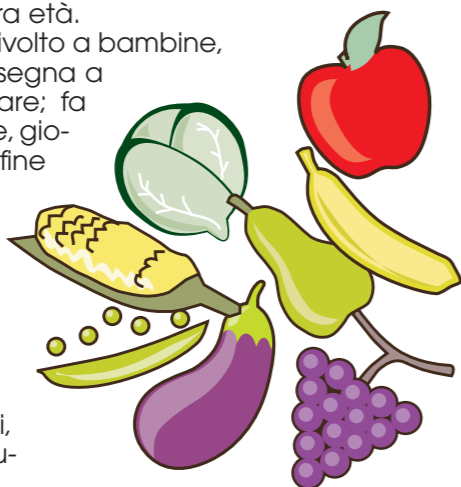
ANCORA... "PIÙ FRUTTA, PIÙ VERDURA"!



**PIÙ FRUTTA,
PIÙ VERDURA!**

Ai nastri di partenza la 5a edizione di "Più frutta, più verdura!", il progetto di educazione al consumo di questi preziosi alimenti studiato da Milano Ristorazione per le scuole dell'infanzia. Coinvolti nelle attività didattiche e nella realizzazione degli orti, per l'anno scolastico 2009-10, 30 scuole, 180 insegnanti, 2500 bambini, oltre 5000 genitori. Per la prima volta, il progetto sarà esteso, in fase sperimentale, a 3 nidi d'infanzia, con l'obiettivo di verificare se gli ottimi risultati ottenuti con i bambini più grandicelli pos-

sano essere replicati anche in più tenera età. "Più frutta, più verdura!" è un progetto rivolto a bambine, bambini, insegnanti, genitori e nonni. Insegna a seminare, coltivare, raccogliere, cucinare; fa raccontare, disegnare, cantare, recitare, giocare, incontrare esperti e animatori e infine festeggiare tutti insieme, con una grande festa dedicata a frutta e verdura. Inoltre, fa conoscere e apprezzare alimenti sani, gustosi, allegri e colorati, che fanno crescere sani e in salute. I bambini che hanno partecipato al progetto sinora mangiano più volentieri a casa frutta e verdura nel 57% dei casi e, nel 63% dei casi, hanno iniziato a mangiare frutti o verdure che prima non assaggiavano.



CREANDO, VERSO EXPO 2015

Pensando invece all'educazione al ruolo e al valore del cibo degli studenti delle scuole primarie e secondarie di primo grado milanesi, Milano Ristorazione promuove in collaborazione con l'Accademia di Belle Arti di Brera, il Comune di Milano, ed EXPO 2015 il concorso "Disegna la tua EXPO 2015", nell'ambito del programma "Generazione 2015". Alunni, insegnanti, genitori, nonni, sotto la guida di "tutor" dell'ateneo artistico, potranno liberare la fantasia realizzando murali nel ristorante scolastico, ispirati al tema dell'Esposizione Universale: "Nutrire il pianeta, energia per la vita". Sarà lasciata ampia libertà alle scuole partecipanti per la realizzazione dei soggetti che dovranno simboleggiare l'importanza di alimentarsi bene, per vivere e crescere sani, con un occhio di riguardo alla necessità di evitare spreco di risorse che per

molte persone possono rappresentare la vita. Sarà dunque un'ottima occasione per coniugare l'educazione all'immagine con l'educazione alimentare. Le prime 20 scuole iscritte al progetto partecipano all'edizione 2009-10. Per le numerose altre, sarà possibile "affilare i pennelli" in vista dei prossimi 4 anni scolastici. Ai vincitori di ogni edizione andranno buoni acquisti per materiale didattico; tutti i lavori vincenti andranno a realizzare un calendario per l'Expo 2015. Per l'anno scolastico 2009-2010 sono ancora disponibili dei posti... aspettiamo le vostre adesioni! Per informazioni potete contattarci al numero verde 800.710.980, oppure all'indirizzo email: parliamoci@milanoristorazione.it



PARLIAMOCI



La zucchini è una specie della famiglia delle Cucurbitaceae i cui frutti sono utilizzati immaturi. La zucchini, frutto della pianta della zucchetta, è originaria dell'Himalaya, del Messico e dei Paesi tropicali. Approdata in Italia 5 secoli fa, la zucchini si è diffusa ampiamente nel nostro paese che ne è divenuto un grande produttore. E' presente in campo con diversi cultivari: con forma allungata, le più diffuse nei nostri mercati, con il colore più comune verde scuro, ma esistono anche varietà verdi chiare, striate e persino bianche e gialle. Sono interessanti e apprezzate in cucina i cultivari quali: lo Zucchini Nero di Milano, a buccia verde scura, lo Zucchini Fiorentino, a buccia striata e scanalata, lo Zucchini Siciliano, leggermente piriforme e a buccia verde molto pallida, ma anche i cultivari di forma rotonda e di colore verde: Tondo di Piacenza, di colore scuro; Tondo di Nizza, più chiaro e appiattito ai poli; e lo zucchini Tondo di Firenze. La zucchini è senza dubbio tra gli ortaggi più usati della cucina mediterranea per svariati motivi: la sua facilità di impiego e la sua estrema leggerezza e digeribilità, il suo basso contenuto calorico per la completa assenza di grassi, l'alto contenuto di acqua (95%) che, abbinato ad una buona presenza di vitamine e di sali minerali, la rendono nutrizionalmente e sensorialmente apprezzabile. Un'altra caratteristica della pianta della zucchini è la grande produzione di fiori che nascono o all'estremità dell'ortaggio o su steli. Questi fiori, di colore giallo, sono ottimi da cucinare fritti con pastella o ripieni. L'uso in cucina della zucchini è svariato: può essere utilizzata per preparare pastasciutte, risotti, minestre, contorni, secondi piatti ripieni e, inoltre, è gustosissima se consumata cruda in insalata. Milano Ristorazione acquista le zucchine della varietà Nero di Milano provenienti dall'Italia e dagli altri paesi secondo la stagionalità e le condizioni climatiche.

I prodotti ortofrutticoli acquistati da Milano Ristorazione, devono avere le seguenti caratteristiche: essere di I categoria e provenire dallo stesso luogo di produzione. Devono essere interi, sani, puliti, consistenti, di aspetto fresco, esenti da danni provocati da parassiti, da cavità, da screpolature e munite di peduncolo. Il prodotto deve rispettare i riferimenti normativi: Reg. CE n. 1221/2008 e successive modifiche. Inoltre, il prodotto deve avere le seguenti caratteristiche merceologiche:

calibro per la lunghezza da 7 a 14 cm e da 14 a 21 cm;
calibro per il peso: da g. 50 a g. 100 e da g. 100 a g. 200.

Pur essendo un ottimo alimento per tutte le età, ai nostri bambini non sempre piace e le ragioni possono essere indicate nella consistenza, nel colore e per il retrogusto amarognolo.

Le zucchine fresche sono presenti nel menù come contorni: crude e tagliate julienne nel "Misto carote, zucchine e insalata", cotte al forno con aggiunta di aromi diversi nei piatti "Zucchine trifolate" (con prezzemolo e aglio) e "Zucchine al forno" (con aggiunta di cipolle). Nel periodo in cui le zucchine fresche non sono disponibili, queste due ricette prevedono l'utilizzo dei vegetali surgelati.

Il gradimento dei piatti a base di zucchine non è particolarmente brillante, di fatto arriva appena al 39,67 % di giudizi positivi (zucchine trifolate).



Milano

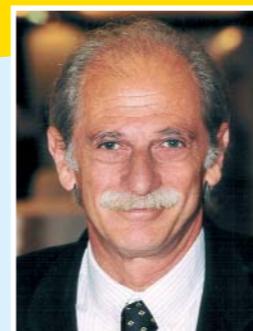


Comune di Milano



Cari genitori e cari bambini,

a partire dal 2007 Milano Ristorazione si è profondamente trasformata, alla luce delle nuove esigenze che un'azienda della ristorazione, per di più pubblica, deve considerare. Non solo qualità dei pasti, ma impegno verso l'ambiente, massimo rispetto delle condizioni di lavoro e dei bisogni di "clienti" particolari: i bambini. Ecco, quindi, l'attenzione all'educazione alimentare, per promuovere la tutela della salute, in alleanza con le famiglie: imparare ad alimentarsi correttamente sin da piccoli significa, infatti, ridurre il rischio di andare incontro a serie malattie negli anni a venire. A questa trasformazione si è accompagnato il rinnovamento delle strutture di molti centri cucina, l'acquisto di un panificio industriale, la realizzazione di self-service in numerose scuole primarie. Inoltre, è cominciato un nuovo impegno. Milano Ristorazione darà il proprio contributo allo sforzo comune di Milano per l'Expo 2015. Nel 2008, ha portato all'Expo di Saragozza, unica impresa non spagnola ad aggiudicarsi parte dei servizi di ristorazione della manifestazione, un esempio concreto del "saper fare" che contraddistingue la nostra città. Con il progetto pluriennale "Disegna la tua EXPO 2015", riservato a scuole primarie e secondarie di primo grado e realizzato con Accademia di Belle Arti di Brera, Comune di Milano, EXPO 2015, intende sensibilizzare i giovanissimi a considerare con più attenzione la risorsa cibo, ancora oggi troppo spesso un miraggio per molti coetanei meno fortunati nel mondo.



Cordialmente.

Prof. Michele Carruba
Presidente Milano Ristorazione SpA

Milano



Comune di Milano

Per ogni segnalazione o suggerimento:
numero verde 800.710.980 (dalle 08:30 alle 12:30 e dalle 13:30 alle 17:00, dal lunedì al venerdì); email, parliamoci@milanoristorazione.it.



1° Settimana

LUNEDÌ

Riso allo zafferano
Polpettine di vitellone
 al sugo con verdure
Purè
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Focaccia ripiena o crêpe al formaggio e prosciutto
- Insalata mista
- Yogurt con frutta fresca o dessert

MARTEDÌ

Pasta olio e grana
Straccetti di tacchino alla romana
Carote al rosmarino
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Ravioli in brodo di verdure
- Pesce al pomodoro
- Misto verdure a vapore
- Frutta fresca di stagione

MERCOLEDÌ

Minestra di fagioli
Formaggio*
Patate arrosto
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Risotto o polenta con funghi
- Insalata mista con scaglie di grana e crostini
- Frutta fresca di stagione

GIOVEDÌ

Pasta al pomodoro
Merluzzo al forno olio e limone
Insalata di stagione
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Gnocchetti verdi ai formaggi (una porzione abbondante esclude il secondo)
- Verdure stufate
- Frutta fresca di stagione

VENERDÌ

Misto finocchi e carote
Pizza Margherita
Gelato

Consigli per la sera:

- Passato di verdure con riso o altro cereale
- Carne bovina (es. hamburger)
- Patate
- Frutta fresca di stagione

2° Settimana

LUNEDÌ

Pasta al tonno
Formaggio*
Patate arrosto
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Pasta o riso in brodo di carne
- Bollito misto
- Macedonia di verdure
- Frutta fresca di stagione

MARTEDÌ

Minestra d'orzo
Bocconcini di vitellone alla cacciatora
Zucchine al forno
Frutta fresca di stagione

NUOVO PIATTO

Consigli per la sera:

- Pasta al pesto
- Pesce al forno
- Insalata verde
- Frullato di frutta

MERCOLEDÌ

Riso al pomodoro
Pollo al forno
Fagiolini all'olio
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Stracciatella o pasta in brodo
- Tortino di verdure o crocchette di patate
- Macedonia di frutta

GIOVEDÌ

Misto finocchi e carote
Lasagne alla bolognese
Gelato

Consigli per la sera:

- Primo asciutto al sugo o con verdure
- Pesce al vapore con maionese
- Macedonia di verdure
- Frutta fresca di stagione

VENERDÌ

Gnocchi al pesto
Crocchette di totano°
Insalata di stagione
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Piatto unico con legumi e cereali
- Crudità di verdure
- Frutta fresca di stagione

3° Settimana

LUNEDÌ

Malloreddus
 pomodoro e basilico
Prosciutto cotto
Piselli brasati
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Polenta o riso
- Pollo stufato e verdure
- Dessert alla frutta o gelato

MARTEDÌ

Misto finocchi e carote
Pizza Margherita
Gelato

Consigli per la sera:

- Ravioli di magro (un piatto abbondante sostituisce il secondo)
- Bresaola olio e limone
- Rucola o insalata verde
- Frutta fresca di stagione

MERCOLEDÌ

Passato di verdura con riso
Polpettine di vitellone al forno
Purè
Frutta fresca di stagione

NUOVO PIATTO

NUOVO PIATTO

Consigli per la sera:

- Risotto allo zafferano
- Insalata di pesce
- Macedonia di verdure
- Frutta fresca di stagione

GIOVEDÌ

Gnocchi al pomodoro
Frittata con prosciutto e formaggio
Misto carote e insalata
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Piatto unico con legumi e cereali
- Verdure gratinate
- Yogurt con frutta fresca

VENERDÌ

Pasta alla Ligure
Merluzzo al forno
Insalata di stagione
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Bruschette con funghi o con verdure
- Carni bianche arrosto con patate
- Frappè alla frutta

4° Settimana

LUNEDÌ

Pasta aglio, olio e grana
Medaglioni di vitellone al sugo
Purè
Frutta fresca di stagione

NUOVO PIATTO

Consigli per la sera:

- Raviolini di carne in brodo di verdure
- Bruschette con crema di legumi
- Macedonia con gelato

MARTEDÌ

Pasta al pomodoro
Rusticelle di pollo
Fagiolini all'olio
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Crema di patate o di legumi con crostini
- Filetti di pesce
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione

MERCOLEDÌ

Pasta al ragù di carne
Mozzarella
Cavolfiori gratinati
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Orzotto o riso allo zafferano
- Arrosto o spiedini di carni bianche
- Insalata mista
- Frutta fresca di stagione

GIOVEDÌ

Riso con la zucca
Arrosto di lonza al forno
Insalata di stagione
Frutta fresca di stagione

NUOVO PIATTO

Consigli per la sera:

- Insalata con germogli di soia
- Piadina o pizza
- Dolce alla frutta

VENERDÌ

Tortellini di carne in brodo
Bastoncini di pesce°
Misto carote e insalata
Frutta fresca di stagione

Consigli per la sera:

- Pasta al ragù di verdure
- Uova
- Zucchine
- Frutta fresca di stagione

° Piatto cotto al forno

*A rotazione e secondo disponibilità