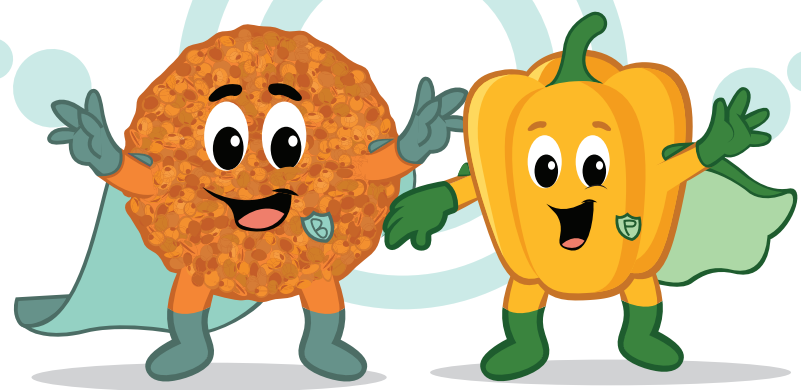


MENÙ ESTATE 2025

Scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado



Validità dal 14 aprile 2025

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>2,02 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Ravioli ❄️ di magro olio e salvia Frittata 🍳 Carote julienne Frutta fresca di stagione 	<p>3,38 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Riso olio e Parmigiano Nasello ❄️ gratinato 🍳 Zucchine ❄️ trifolate Frutta fresca di stagione 	<p>3,00 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta BIO al pesto ❄️ Cotoletta di lonza alla milanese 🍳 Pomodori alla mediterranea Frutta fresca di stagione 	<p>1,08 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Insalata di stagione Pizza margherita ❄️ 🍳 Gelato 	<p>2,10 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta BIO al pomodoro BIO Crocchette con lenticchie ❄️ 🍳 🗑️ Insalata, mais e carote julienne Frutta fresca di stagione
SECONDA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>4,55 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta BIO aglio, olio e Parmigiano Formaggio mozzarella BIO Pomodori Frutta fresca di stagione 	<p>1,84 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale BIO al pomodoro BIO Uova strapazzate Zucchine ❄️ al forno 🍳 Frutta fresca di stagione 	<p>2,58 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Carote julienne Riso all'olio Bocconcini di tacchino alla romana Frutta fresca di stagione 	<p>1,95 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Gnocchi ❄️ al pomodoro BIO NUOVO! Burger con legumi ❄️ 🍳 Insalata di stagione Frutta fresca di stagione 	<p>3,13 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta di farro BIO al pesto ❄️ con verdure ❄️ Bastoncini di pesce ❄️ 🍳 Spinaci ❄️ e patate saporiti Frutta fresca di stagione
TERZA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>2,61 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale BIO al pesto ❄️ con crema di zucchine ❄️ Arrosti di tacchino agli aromi 🍳 🗑️ Pomodori Frutta fresca di stagione 	<p>2,07 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta BIO al pomodoro BIO Crocchette con legumi ❄️ 🍳 🗑️ Fagiolini ❄️ all'olio Frutta fresca di stagione 	<p>1,14 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Insalata, mais e carote julienne Pizza margherita ❄️ 🍳 Gelato 	<p>3,30 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Risotto allo zafferano Pepite di merluzzo ❄️ 🍳 Erbette ❄️ all'olio Frutta fresca di stagione 	<p>1,84 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> NUOVO! Pasta BIO al sugo di pomodoro BIO con peperoni ❄️ Frittata 🍳 Carote julienne Frutta fresca di stagione
QUARTA SETTIMANA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<p>2,74 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta BIO al pomodoro BIO Formaggio primo sale BIO Fagiolini ❄️ all'olio Frutta fresca di stagione 	<p>2,63 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Risotto alla parmigiana Frittata 🍳 Crudité di carote e zucchine con mais Frutta fresca di stagione 	<p>2,02 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Ravioli ❄️ di magro olio e Parmigiano Tonno Pomodori Frutta fresca di stagione 	<p>2,77 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Pasta di mais BIO al pomodoro BIO e basilico ❄️ Rusticelle di pollo BIO 🍳 Spinaci ❄️ all'olio Frutta fresca di stagione 	<p>1,66 kg CO₂e</p> <ul style="list-style-type: none"> Insalata, mais e carote julienne Malloreddus BIO olio e Parmigiano Polpette con soia ❄️ 🍳 🗑️ con pomodoro BIO Frutta fresca di stagione

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

La frutta fresca di stagione viene servita a rotazione secondo disponibilità. Mele, pere, arance, banane, carote, insalata di stagione (quota parte) ed uva 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 uova biologiche, olio extravergine di oliva e sale iodato, l'olio utilizzato per il condimento a crudo dei contorni è biologico. Il pane è sempre biologico, inoltre il mercoledì è integrale e il venerdì è multicereali.



Ulteriori dettagli e aggiornamenti rispetto alle materie prime (es. biologico, DOP, IGP, km0, filiera corta, provenienza, ecc.) sono disponibili sul sito.
Inquadra il QR-Code!

LEGENDA

- ❄️ Alimento surgelato all'origine
- 🍳 Cottura al forno
- 🗑️ Preparate da Milano Ristorazione nel Centro Sammartini e cotte in ciascuna cucina

LA CREATIVITÀ A CENA

I nostri suggerimenti per il menù della sera

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMA SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Pasta fredda con pomodorini, olive e basilico Feta con cetrioli in insalata 	<ul style="list-style-type: none"> Bruschetta pomodoro e basilico Involtoni di lattuga con hummus di ceci 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta integrale con crema di zucchine Pesce al cartoccio con verdure 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto basilico e limone Uova sode con asparagi 	<ul style="list-style-type: none"> Hamburger di carne con verdure grigliate Chips di barbabietola
SECONDA SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Riso pilaf Scaloppine di pollo alla menta Peperoni in agrodolce 	<ul style="list-style-type: none"> Orzotto allo zafferano Farinata di ceci Pinzimonio di verdure 	<ul style="list-style-type: none"> Insalata radicchio, noci e mele Cous cous con sugo di pesce 	<ul style="list-style-type: none"> Crema di zucchine con crostini Uova al tegamino Ratatouille di verdure 	<ul style="list-style-type: none"> Crostone di pane integrale con olio e origano Falafel di legumi con salsa yogurt Cetrioli in insalata
TERZA SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Gnocchetti con verdure Spiedini di pesce Insalata mista di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> Risotto agli asparagi Uova in purgatorio Spinaci saltati 	<ul style="list-style-type: none"> Zucchine trifolate Fregola con mix di legumi e pesto alla trapanese 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta al limone Pizzette di melanzane con mozzarella filante 	<ul style="list-style-type: none"> Tortillas di mais Straccetti di carne speziati Verdure miste
QUARTA SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none"> Spinaci in insalata Strudel salato con lenticchie 	<ul style="list-style-type: none"> Farro con verdure Pollo al forno con peperoni 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta di legumi con verdure Patate arrosto 	<ul style="list-style-type: none"> Riso freddo con pesce e verdure Melanzane grigliate 	<ul style="list-style-type: none"> Minestrone freddo con pesto Focaccia farcita

A fine pasto suggeriamo sempre frutta fresca di stagione.



Guardate il racconto animato di Chef Ambrogio, presto sul nostro sito, sezione News e Progetti > Video

CUCINATE CON NOI

Pasta BIO al sugo di pomodoro BIO con peperoni

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- Pasta BIO 360g
- Polpa di pomodoro BIO 240g
- Peperoni 100g
- Olio extravergine d'oliva BIO 25g
- Carote BIO 20g
- Cipolle 20g
- Sale q.b.

PROCEDIMENTO:

Lavate, pulite e risciacquate con cura tutti gli ortaggi. Preparate un trito di cipolle e di carote, fate a pezzetti i peperoni. In una padella lasciate imbiondire il trito di cipolle con un filo d'olio evo, poi aggiungete il trito di carote e i peperoni a cubetti. Lasciate rosolare a fuoco dolce, prima di aggiungere la polpa di pomodoro. Salate e portate a cottura il sugo. Una volta pronto frullatelo fino a ottenere una bella crema. A parte cuocete la pasta che preferite in acqua salata. Scolatela al dente e conditela con il sugo di pomodoro e peperoni. Buon appetito!

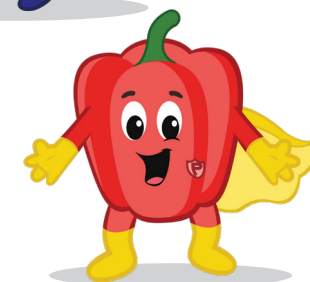
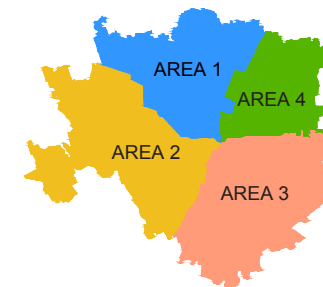
Questa ricetta è una novità del menù estate! Preparatela anche voi a casa per iniziare a far scoprire ai vostri bambini questo nuovo sapore.

84%
di alimenti
BIO



Guida alla consultazione del menù

I 24 Centri Cucina di Milano Ristorazione sono collocati in 4 Aree della città (per scoprire a quale Area appartiene la tua cucina vai sul nostro sito, sezione Famiglie > Cosa si mangia > Scopri la tua cucina). Il menù viene erogato a rotazione su 4 settimane nelle 4 Aree per garantire un flusso costante di approvvigionamenti ad ogni cucina.



LO SAPETE CHE...?

Ascolto di bambini e Commissari Mensa per elaborare i menù

I menù di Milano Ristorazione sono il frutto di un processo condiviso, che si attiene a precisi **requisiti nutrizionali** e considera i **gradimenti dei bambini**. Sono, infatti, redatti dal nostro team interno sulla base delle indicazioni riportate dalle linee guida nazionali per la ristorazione scolastica, dei LARN, nonché delle linee guida dell'ATS di Milano e seguono un iter di valutazione con il **Comune di Milano** e la **Rappresentanza Cittadina delle Commissioni Mensa**. La **ricerca di nuove ricette** è sempre costante al fine di migliorarne il gradimento. Alla base di questo processo di innovazione c'è l'ascolto dei nostri utenti, che avviene attraverso l'analisi delle segnalazioni dei **Commissari Mensa** attraverso la compilazione

delle schede di valutazione del servizio (Allegati E), la valutazione delle **richieste che pervengono dalle famiglie** riportate dalla Rappresentanza Cittadina delle Commissioni Mensa, ma anche tenendo conto dei risultati dell'**indagine di gradimento** svolta annualmente intervistando un campione di bambini della scuola primaria su entrambi i menù stagionali. All'ascolto si affiancano, una costante ricerca di **"nuove" materie prime** e il coinvolgimento di **cuochi ed esperti** nell'individuazione di nuove ricette. Queste sperimentazioni sono continuate anche nel 2024 ed hanno portato all'inserimento in questo nuovo menù del **burger con legumi** e della **pasta al sugo di pomodoro con peperoni**.

Sito Internet: www.milanoristorazione.it

Facebook: facebook.com/milanoristorazione.it



Milano Ristorazione e il Comune di Milano partecipano al progetto europeo SchoolFood4Change, che ha ricevuto finanziamenti dal programma di ricerca e innovazione Horizon 2020 dell'Unione Europea nell'ambito dell'accordo di sovvenzione n. 101036763.