



MENÙ SCUOLE DELL'INFANZIA, PRIMARIE E SECONDARIE DI PRIMO GRADO

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

PRIMA SETTIMANA

LUNEDÌ

- Risotto allo zafferano
- Formaggio Asiago
- Carote julienne
- Frutta fresca di stagione ©

MARTEDÌ

- Malloreddus biologici al pomodoro biologico
- Bocconcini di tacchino alla romana
- Zucchine al forno
- Frutta fresca di stagione ©

MERCOLEDÌ

- Pasta integrale biologica al pesto ❄️
- Sformato con legumi 📖 🍳 🏠
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione ©

GIOVEDÌ

- Carote a tronchetto
- Pizza margherita ❄️
- Budino al cacao equosolidale

VENERDÌ

- Pasta biologica al ragù bianco di verdure ❄️
- Bastoncini di pesce ❄️ 📖
- Purè di patate
- Frutta fresca di stagione ©

SECONDA SETTIMANA

LUNEDÌ

- Finocchi in insalata
- Pasta biologica pasticciata al ragù di soia biologica
- Tortino biologico alla carota

MARTEDÌ

- Risotto alla parmigiana
- Nasello ❄️ gratinato
- Carote julienne
- Frutta fresca di stagione ©

MERCOLEDÌ

- Pasta biologica pomodoro biologico e piselli ❄️
- Cotoletta di lonza alla milanese 📖 🍳
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione ©

GIOVEDÌ

- Ravioli di magro ❄️ olio e parmigiano
- Frittata 📖 🍳
- Erbette ❄️ aglio e olio
- Frutta fresca di stagione ©

VENERDÌ

- Righetti di farro biologico al pomodoro biologico
- Crocchette con lenticchie 📖 🍳 🏠
- Fagiolini ❄️ all'olio
- Frutta fresca di stagione ©

TERZA SETTIMANA

LUNEDÌ

- Carote julienne
- Pizza margherita ❄️
- Frutta fresca di stagione ©

MARTEDÌ

- Gnocchi ❄️ al pomodoro biologico
- Frittata 📖 🍳
- Finocchi in insalata
- Frutta fresca di stagione ©

MERCOLEDÌ

- Risotto con fagioli borlotti
- Pollo ❄️ al forno al rosmarino
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione ©

GIOVEDÌ

- Pasta biologica con crema di broccoli
- Formaggio Crescenza biologica
- Patate ❄️ arrosto
- Frutta fresca di stagione ©

VENERDÌ

- Pasta biologica agli aromi
- Nasello ❄️ pomodoro capperi e olive
- Fagiolini ❄️ all'olio
- Frutta fresca di stagione ©

QUARTA SETTIMANA

LUNEDÌ

- Ravioli di magro ❄️ alla salvia
- Chicche di filetti di merluzzo 📖 🍳 🏠
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione ©

MARTEDÌ

- Risotto con la zucca
- Rusticelle di pollo biologico 📖 🍳
- Carote julienne
- Frutta fresca di stagione ©

MERCOLEDÌ

- Pasta biologica al pesto ❄️
- Formaggio Caciotta biologica
- Cavolfiori ❄️ gratinati
- Frutta fresca di stagione ©

GIOVEDÌ

- Polenta biologica
- Bocconcini di tacchino con carote e piselli ❄️
- Frutta fresca di stagione ©

VENERDÌ

- Pasta biologica al ragù di soia biologica
- Frittata 📖 🍳
- Finocchi in insalata
- Frutta fresca di stagione ©

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



Mele, pere, clementine, arance ed uva sono di origine biologica, 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. Una volta alla settimana viene proposto pane integrale biologico ed una settimana al mese pane biologico.

120 ANNI
 1900 - 2020
 DI REFEZIONE SCOLASTICA A MILANO

MILANO
 RISTORAZIONE

MILANO
 FOOD
 POLICY

E-mail: parliamoci@milanoristorazione.it • Numero Verde 800 710 980
www.milanoristorazione.it



LA CREATIVITÀ A CENA

1° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<ul style="list-style-type: none"> • Crema di cavolfiori • Spiedini di pesce • Patate al rosmarino • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdure grigliate • Polenta pasticciata • Macedonia di frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Vellutata di zucca con riso • Polpettine di vitellone con verdure • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Orecchiette con cime di rapa • Uova al tegamino • Zucchine al forno • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Insalata di arance rosse e semi di zucca • Crostone di pane con mousse di legumi • Yogurt naturale con frutta fresca di stagione

2° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<ul style="list-style-type: none"> • Pastina in brodo vegetale • Uova in camicia con crema di zucca • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Verdure grigliate • Pizzoccheri • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema di verdure • Pesce in crosta di patate • Macedonia di frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Cereali integrali con verdure • Saltimbocca alla romana • Purè di broccoli • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Insalata di finocchi e melagrana • Torta salata con ricotta e zucchine • Tortino di castagne

3° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<ul style="list-style-type: none"> • Carciofi stufati • Pennette al profumo di mare con verdure • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pinzimonio di verdure • Piadina con formaggio e verdure • Macedonia di frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Pancotto • Spiedini di pesce e verdure • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Gnocchetti tricolore al pomodoro • Uova al forno con scaglie di parmigiano • Bietole al vapore • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Macedonia di verdure e legumi • Risotto con radicchio e scamorza • Mela caramellata con mandorle e cannella

4° SETTIMANA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
<ul style="list-style-type: none"> • Minestra di lenticchie e castagne • Omelette con verdure • Carciofi e patate al forno • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Caponata di verdure • Farfalle al ragù di pesce • Pere cotte con cioccolato fondente 	<ul style="list-style-type: none"> • Pastina in brodo di carne • Bollito di vitellone • Purè di carote • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Risotto all'arancia • Pesce al cartoccio con verdure • Frutta fresca di stagione 	<ul style="list-style-type: none"> • Minestra d'orzo • Frittelle di ceci e porri • Macedonia di frutta fresca di stagione



PER VOI DA MILANO RISTORAZIONE

La nostra MiRipartenza

Mai come quest'anno – dopo la sospensione dovuta al Covid-19 – la ripresa della scuola ha rappresentato un momento importante nella vita delle bimbe e dei bimbi. Noi ce l'abbiamo messa tutta affinché questa "ripartenza" potesse avvenire nel migliore dei modi: **rispettando le misure di sicurezza** e offrendo nel contempo un **pasto "sano, buono, educativo e giusto"**. Abbiamo incontrato tutti i Dirigenti Scolastici, per trovare con loro **la soluzione più adatta ad ogni scuola**. Ma il nostro lavoro non si ferma: anche in epoca "Covid-19" vogliamo migliorare di giorno in giorno il servizio, attraverso il **dialogo costante** con le istituzioni scolastiche e con le famiglie. Ed è dal profondo del cuore che diciamo: "Bentornate bambine e bambini! Ci siete mancati!"

PAROLA ALLA FOOD POLICY

Food Policy e Milano Ristorazione, una collaborazione nel segno della sostenibilità

Milano Ristorazione prepara ogni giorno **85.000 pasti** per scuole, asili, ricoveri per anziani e centri di assistenza ai disabili della città di Milano, oltre a quelli serviti a domicilio ad anziani e persone non autosufficienti.

È uno dei principali attori della Food Policy milanese ed è anche per questo motivo che la promozione di nuove azioni e il miglioramento di quelle già in atto sono continui e orientati al raggiungimento di una **sostenibilità e qualità del servizio sempre maggiori**.

I principali ambiti di collaborazione tra Milano Ristorazione e la Food Policy riguardano:

-  • **Diete sane e sostenibili;**
-  • **Educazione alimentare;**
-  • **Riduzione dello spreco alimentare e recupero delle eccedenze;**
-  • **Refettori sostenibili senza plastica.**

Per saperne di più, visitate il sito www.foodpolicymilano.org

LO SAPETE CHE ...?

L'importanza della stagionalità 

Rispettare la stagionalità di frutta e verdura è il primo passo per portare più gusto in tavola. I prodotti della terra, infatti, **esprimono al meglio il proprio sapore** e valore nutrizionale quando crescono seguendo il loro naturale ciclo di vita.

Non è un caso che essi apportino la **quantità ottimale di principi nutritivi e calorie** in rapporto al periodo dell'anno in cui crescono!

Certo, oggi è complicato parlare di stagionalità visto l'altalenante andamento climatico – che

impatta inevitabilmente sull'agricoltura – e la scelta, talvolta, di cultivar precoci e tardive che anticipano o posticipano i raccolti.

È però importante rispettare il più possibile la periodicità dei prodotti ortofrutticoli.

Ecco perché per il **nostro menù invernale** abbiamo scelto broccoli, zucca, cavolfiori, finocchi e lattughe autunno-invernali come verdure e uva (fino alla prima settimana di novembre), mele, pere, arance e clementine come frutta.