

Menù inverno 2021/2022

Scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado

Validità dal 18 ottobre 2021

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
- Crocchette con legumi   
- Carote julienne
- Frutta fresca di stagione 



MARTEDÌ

- Pasta biologica al pomodoro biologico
- Frittata  
- Erbette  agli aromi
- Frutta fresca di stagione 





MERCOLEDÌ

- Pasta biologica agli aromi
- Bocconcini di tacchino gratinati 
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione 

GIOVEDÌ

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

VENERDÌ




- Malloreddus biologici 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
- Plumcake biologico con gocce di cioccolato




MARTEDÌ

- Risotto al pomodoro biologico
- Nasello  gratinato 
- Fagiolini  all'olio
- Frutta fresca di stagione 





MERCOLEDÌ

- Pasta integrale biologica al pesto 
- Cotoletta di lonza alla milanese  
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione 

GIOVEDÌ




- Ravioli di magro  olio e parmigiano
- Formaggio (Asiago)
- Zucchine al forno 
- Frutta fresca di stagione 

VENERDÌ





- Pasta di farro biologico al pomodoro biologico
- Crocchette con lenticchie   
- Carote julienne
- Frutta fresca di stagione 

TERZA SETTIMANA




LUNEDÌ

- Carote julienne
- Pizza margherita  
- Frutta fresca di stagione 




MARTEDÌ

- Risotto alla parmigiana
- Nasello  alla mugnaia 
- Fagiolini  agli aromi
- Frutta fresca di stagione 

MERCOLEDÌ

- Pasta integrale biologica pomodoro biologico e lenticchie
- 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


- Gnocchi  al pomodoro biologico
- Frittata  
- Finocchi in insalata
- Frutta fresca di stagione 

QUARTA SETTIMANA





LUNEDÌ

- Ravioli di magro  alla salvia
- Chicche di filetti di merluzzo  
- Taccole  agli aromi
- Frutta fresca di stagione 




MARTEDÌ

- Finocchi in insalata
- Polenta biologica
- Bocconcini di tacchino alla cacciatore
- Frutta fresca di stagione 




MERCOLEDÌ

- Pasta biologica al pesto 
- Formaggio (caciotta biologica)
- Cavolfiori  gratinati 
- Frutta fresca di stagione 

GIOVEDÌ

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

VENERDÌ


- Pasta biologica al ragù di soia biologica
- Frittata  
- Insalata di stagione
- Frutta fresca di stagione 


LEGENDA

 Alimento surgelato all'origine

 Cottura al forno

 Con utilizzo di uova biologiche

 A rotazione secondo disponibilità

 Preparate e surgelate da Milano Ristorazione nel Centro Sammartini e cotte in ciascuna cucina



Mele, pere, arance, clementine 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 di farina integrale biologica e pane ai cereali. Una settimana al mese viene proposto pane di farina biologica.

MILANO
RISTORAZIONE

MILANO
FOOD
POLICY

www.milanoristorazione.it

E-mail: parliamoci@milanoristorazione.it
facebook.com/milanoristorazione

Il menù della sera La creatività a cena

| PRIMA SETTIMANA | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
|-------------------|--|--|--|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> Pastina in brodo Saltimbocca alla romana Purè di zucchine Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Verdure grigliate Polenta pasticciata Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Vellutata di zucca e cavolo nero Gateau con pesce Macedonia di frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Spätzle allo speck Uova al tegamino Finocchi gratinati Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Insalata di arance rosse e finocchi Crema di lenticchie e castagne con crostini Pere al forno con granella di mandole |
| SECONDA SETTIMANA | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| | <ul style="list-style-type: none"> Crema di cavolfiori con crostini Hamburger di coniglio Carote brasate Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Tortellini in brodo Uova in camicia con crema di porri Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Orzotto allo zafferano Spiedini di pesce e verdure Arance caramellate con cioccolato | <ul style="list-style-type: none"> Pappa al pomodoro Involtoni di tacchino Purè di broccoli Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Verdure grigliate Lasagna con carciofi Macedonia di frutta fresca di stagione |
| TERZA SETTIMANA | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| | <ul style="list-style-type: none"> Insalata di finocchi e melagrana Linguine con zucca e totani Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Crema di verdure Stracotto di vitellone con purè di patate Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Pancotto Omelette Biete al vapore Macedonia di frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Gnocchi alla romana Involtoni di pesce Verdure al forno Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Macedonia di legumi Riso al forno con verdure Tortino di castagne |
| QUARTA SETTIMANA | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
| | <ul style="list-style-type: none"> Carciofi trifolati Pizzoccheri 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"> Orecchiette con cime di rapa Uova in camicia Zucchine trifolate Frutta fresca di stagione | <ul style="list-style-type: none"> Verdure gratinate Pasta e ceci Mele al forno con amaretti e uvetta | <ul style="list-style-type: none"> Caponata di verdure Conchigliette al ragù di pesce Macedonia di frutta fresca di stagione |



SEGUICI ANCHE SU
FACEBOOK.COM/MILANORISTORAZIONE

Per voi da Milano Ristorazione

Il nuovo Centro Cucina di via Quaranta



È tornato operativo, dopo gli importanti lavori di ristrutturazione, il Centro Cucina di via Quaranta. Ampliando la cucina da 950 m² a oltre 1.400 m² viene assicurata maggiore disponibilità di spazi ma anche maggiore efficienza: la produzione arriva fino a 8.000 pasti al giorno (+45% rispetto a prima), rendendolo il nostro secondo centro per capacità produttiva. **Ogni intervento è stato realizzato con la massima attenzione alla sostenibilità.** Infatti, sono molte le tecnologie introdotte per ridurre le emissioni di inquinanti, tra cui: una **nuova centrale termica** di ultima generazione, un **impianto fotovoltaico** per soddisfare parte dei bisogni energetici e ridurre i costi, l'**illuminazione a Led** degli ambienti e le facciate trattate con vernici in grado di **abbattere gli inquinanti** presenti in atmosfera.

Lo sapete che...?

Salviamo la nostra merenda!



Lo spreco alimentare, purtroppo, è un fenomeno che interessa tutti noi. In Milano Ristorazione crediamo che la **prevenzione degli sprechi** sia un impegno da portare avanti insieme ai nostri piccoli utenti. Per questo vogliamo promuovere un semplice gesto quotidiano, come quello di conservare la frutta, il pane, il budino o gli altri prodotti da forno non consumanti durante il pranzo scolastico, per il successivo consumo a casa. Come farlo? Con il nostro **"Sacchetto salvamerenda"**:

lavabile e riutilizzabile, accompagna le bambine e i bambini verso uno stile di vita che educa al rispetto del cibo. Ricevere il "Sacchetto salvamerenda" è **semplice e gratuito**: invitate gli insegnanti a **richiederlo per la propria classe!** È sufficiente che chiedano alla segreteria scolastica di **inviare una mail all'indirizzo iononspreco@milanoristorazione.it** con l'indicazione del numero di sacchetti necessari e con il nominativo di un referente.

Parola alla Food Policy

L'economia circolare del cibo



La Food Policy di Milano è la **politica alimentare della città**, approvata dal Consiglio Comunale nel 2015 e realizzata dal Comune di Milano in sinergia con Fondazione Cariplo e coinvolgendo tanti attori pubblici e privati. Obiettivo della Food Policy è **garantire accesso al cibo sano per tutti**, nel rispetto di persone, comunità e pianeta.

Per raggiungere questo scopo è importante agire sul sistema alimentare coinvolgendo tutti i cittadini e sviluppando progetti e iniziative che promuovano **l'economia circolare del cibo**.

Attraverso l'economia circolare è possibile, infatti, **generare nuovi prodotti** da beni che vengono scartati o buttati, se adeguatamente raccolti e riciclati.

Così avviene anche con il cibo! Ci sono alcune regole fondamentali da seguire per creare l'economia circolare del cibo a partire dalla tavola:

- a casa, possiamo **recuperare il cibo che non utilizziamo** e usare gli scarti per **realizzare ricette innovative**;
- fare sempre un'**accurata raccolta differenziata**, perché con gli scarti di cibo è possibile **produrre compost** che viene usato come concime utile per far crescere nuove piante.

I progetti sull'economia circolare legata al cibo possono anche essere molto complessi e a Milano sono in atto diverse sperimentazioni volte a migliorare sempre di più la sostenibilità del sistema alimentare.

Per maggiori informazioni: www.foodpolicymilano.org

Per qualche consiglio su come evitare gli sprechi a tavola e avere un'alimentazione sana e sostenibile scaricate il libretto *"Una mela al giorno"* consultabile sul sito www.milanoristorazione.it nella sezione "News e progetti/I nostri libri".



www.milanoristorazione.it
E-mail: parliamoci@milanoristorazione.it
facebook.com/milanoristorazione