

il Menù

Scuole dell'infanzia,
Scuole Primarie e Secondarie di primo grado



	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1° settimana	Pasta aglio, olio e parmigiano Pollo marinato alla senape, limone e rosmarino* Insalata di stagione° Frutta fresca	Pasta con sugo di merluzzo al pomodoro Asiago Patate arrosto Frutta fresca	Misto carote e insalata Pizza margherita ¹ Yogurt bio	Risotto allo zafferano Bastoncini di pesce ^{2*} Fagiolini ³ all'olio Frutta fresca	Malloreddus pomodoro biologico e basilico Tortino con ricotta, erbe e cannellini* Pomodori in insalata Frutta fresca
2° settimana	Pasta integrale biologica al pomodoro Merluzzo ⁴ in salsa di limone* Piselli ⁵ brasati Frutta fresca	Insalata di pasta con pomodori, olive nere e basilico Arrosto di lonza alle mele* Carote julienne Frutta fresca	Risotto alla parmigiana Fesa di tacchino alla pizzaiola* Insalata di stagione° Frutta fresca	Gnocchi ⁶ al pesto Caciotta bio Zucchine al forno Frutta fresca	Pasta alle olive Frittata con porri* Misto insalata e pomodori Frutta fresca
3° settimana	Risotto e zucchine Caprino di latte vaccino Pomodori in insalata Frutta fresca	Ravioli di magro ⁷ olio e salvia Merluzzo ⁸ alla livornese* Insalata di stagione° Frutta fresca	Pasta integrale biologica pomodoro e basilico Cotoletta di lonza alla milanese* Fagiolini ⁹ all'olio Frutta fresca	Misto carote e insalata Pizza margherita ¹ Gelato	Pasta al pesto Straccetti di pollo gratinati* Insalata di stagione° Frutta fresca
4° settimana	Gnocchi ⁶ al pomodoro biologico Bastoncini di pesce ^{2*} Carote julienne Frutta fresca	Pasta olio e parmigiano Bocconcini di vitellone cremolati Zucchine al forno Frutta fresca	Insalata di farro biologico con pesto e pomodori Stracchino Misto carote e insalata Frutta fresca	Passato di verdura ¹⁰ con crostini con farina integrale biologica Fesa di tacchino al latte* Insalata di stagione° Frutta fresca	Risotto al pomodoro Frittata al formaggio* Pomodori in insalata Frutta fresca

° A rotazione secondo disponibilità
* Cottura al forno

◆ Alimento surgelato all'origine
❖ Minestrone surgelato all'origine
▶ Base pizza surgelata all'origine

sito internet: www.milanoristorazione.it
e-mail: parliamoci@milanoristorazione.it
numero verde: 800 710980

AREA 1 inizio 4° Settimana
AREA 2 inizio 3° Settimana

AREA 3 inizio 2° Settimana
AREA 4 inizio 1° Settimana

Valido dal 06/05/2013

Miglioramenti al menù

Milano Ristorazione introduce, ad ogni cambio menù, alcuni miglioramenti sia in termini di qualità delle materie prime che di proposta di pietanze, cercando di scegliere tra le più gradite, quali: yogurt biologico al posto del convenzionale, carni avicole di origine italiana, muffin prodotti nel nostro panificio, verdure fresche di stagione e a lotta integrata al posto di quelle surgelate, budino al cacao del Commercio Equo e Solidale, la polpa di pomodoro a Km 0 ed il pesto prodotto con basilico italiano, pinoli mediterranei, Grana Padano e pecorino DOP, ed inoltre un maggior impiego di legumi e cereali.

Segnaliamo inoltre che il Parmigiano ha sostituito il Grana Padano, ed il tonno in scatola proviene da stabilimenti siti in Europa.

L'impegno di aumentare la quota di prodotti BIO nel menù è attuato con polpa di pomodoro biologica, pasta integrale biologica, orzo biologico, polenta biologica, arance biologiche, e viene prodotto pane integrale prodotto con farina integrale bio.

A livello di offerta gastronomica, accogliendo i suggerimenti delle commissioni mensa, sono state ridotte le fritte da 4 volte a 2 volte al mese e sono stati effettuati dei diversi abbinamenti dei contorni sia crudi che cotti con le pietanze previste come secondo piatto.

L'insieme dei cambiamenti su descritti ha prodotto ottimi risultati con un incremento del gradimento di quanto proposto ai nostri utenti, di fatto la rilevazione annuale effettuata con il metodo della pesata degli avanzi degli alimenti dopo il consumo del pasto, effettuata su un panel test di bambini, statisticamente rappresentativo ha rilevato un innalzamento del dato dal 72% del 2012 al 75,1% del 2013.

Tra le tante iniziative proposte durante l'anno segnaliamo la celebrazione della Giornata dedicata alle vittime innocenti di tutte le mafie e le Giornate dell'Integrazione: la prima per sensibilizzare i bambini a non dimenticare coloro che hanno dato la vita in difesa

i Consigli per la sera

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
1° settimana	Crema di legumi con crostini Verdure ripiene Dessert alla frutta	Insalata di riso vegetariana Sformato di pesce al forno Frutta fresca	Pasta con verdure brasate (es. carote, zucchine, peperoni) Arrostito di carni bianche Verdure a foglia verde Frutta fresca	Gnocchetti verdi olio e salvia (una porzione abbondante esclude il secondo) Uova sode con insalata Frutta fresca	Crudità Hamburger o spiedini con patate al forno Sorbetto di frutta
2° settimana	Risotto ai peperoni Frittatina Insalata di stagione Frutta fresca	Mix di insalate con scaglie di grana e mais Piatto unico a base di cereali e legumi Frutta fresca	Pane tostato con crema di zucchine e basilico Cotoletta di pesce con patate a vapore Macedonia di frutta con gelato	Passato di verdura con cereali integrali Scaloppina di vitellone Carote brasate Frutta fresca	Riso in insalata vegetariano Pesce a vapore olio e limone Macedonia di verdure Frutta fresca
3° settimana	Vellutata di carote Arrostito o Hamburger Spinaci all'olio Frutta fresca	Crudità di verdure Crocchette di patate Prosciutto crudo e melone Gelato	Cereali in insalata con verdure Formaggio fresco Pomodori Frutta fresca	Risotto allo zafferano Insalata di pesce con verdure Frutta fresca	Verdure miste grigliate Piatto unico con cereali e legumi Macedonia di frutta Frutta fresca
4° settimana	Minestra con miglio o pasta integrale Caprese Frutta fresca	Verdure in pinzimonio Piatto unico a base di pesce e cereali integrali Macedonia con gelato	Pasta al ragù di verdure Arrostito di carni bianche Insalata mista Frutta fresca	Macedonia di verdure (es. zucchine, patate, piselli) Ravioli di verdura gratinati (una porzione abbondante esclude il secondo) Frutta fresca e gelato	Mix d'insalate con germogli di soia Piadina farcita con prosciutto crudo Frutta fresca

Privilegiare il consumo di verdure di stagione fresche crude o cotte. Pomodori (meglio se maturi), peperoni, rapanelli, cetrioli, zucchine.
CEREALI: alternare pasta e riso (anche integrali), farro, orzo, miglio, grano saraceno, ecc.
CONDIMENTI (grassi): privilegiare olio d'oliva extra vergine, utilizzare il burro in piccole dosi.

delle istituzioni del nostro Paese; i piatti scelti per il menù sono preparati con ingredienti prodotti dalle cooperative di Libera Terra che produce su terreni confiscati alle mafie, le altre per contribuire al processo di conoscenza anche attraverso il gusto, con la proposta di piatti etnici di tutto il mondo e tipici di tutte le regioni italiane.

PRODOTTI BIO:

Pasta integrale • Orzo perlato • Farina integrale per panificazione • Farina per polenta • Yogurt • Polpa di pomodoro • Arance • Caciotta di latte vaccino.

PRODOTTI A FILIERA CORTA:

Zucchine IV gamma • Burro • Olio oliva extravergine • Carote IV gamma • Finocchi IV gamma • Patate IV gamma • Fari-

na integrale per panificazione • Caciotta di latte vaccino • Pasta di semola di grano duro • Mozzarella per pizza • Latte • Farina tipo "0" per panificazione • Riso fino ribe parboiled • Gnocchi di patate surgelati • Pesto surgelato • Estratto per brodo vegetale • Cioccolato fondente • Carni avicole surgelate (cosce/sovracosce) • Carni avicole fresche (fesa di tacchino) • Carni avicole fresche (petto di pollo) • Carni suine fresche.

PRODOTTI A KM 0:

Zucca IV gamma • Ravioli di magro surgelati • Mele • Pere • Polpa di pomodoro • Pasta integrale • Riso fine ribe • Caciotta di latte vaccino • Mozzarella per pizza • Latte • Farina tipo "0" per panificazione • Riso fino ribe parboiled • Estratto per brodo vegetale • Cioccolato fondente • Acqua minerale nat. 1/2 lt. Pet - Utilizzo per gite scolastiche • Pane comune • Pane integrale.

Raccolta differenziata

Milano Ristorazione ha adottato dei provvedimenti atti al contenimento dei rifiuti di diversa natura sia nei centri cucina che nei refettori e provvede a differenziare correttamente le varie tipologie di rifiuti. Amsa recupera giornalmente i rifiuti organici (umido) e dall'anno scolastico 2012/2013 è iniziata, nei refettori delle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie, la raccolta differenziata da avviare al riciclo della plastica. Dai refettori vengono ritirati e conferiti nel sacco giallo i piatti, le coppette e i bicchieri ripuliti dai residui alimentari.

Con l'inserimento della raccolta differenziata anche delle stoviglie monouso (ad esclusione delle posate) all'interno dei refettori, Milano Ristorazione vuole dare il suo contributo alla sensibilizzazione dei bambini su questo importante tema. Inoltre, il momento dello sparcchiamento e, di conseguenza, della divisione dei vari rifiuti nei diversi contenitori, aiuta i bambini a sentirsi maggiormente autonomi e responsabili.

ISCRIVITI alla mailing list di Milano Ristorazione!

Per facilitare la comunicazione e il flusso informativo, Milano Ristorazione invita, chi lo desidera, a fornire un recapito e-mail ove veicolare tutte le informazioni ufficiali inerenti il servizio e le attività promosse dalla Società. Attraverso quest'ulteriore strumento, Milano Ristorazione si pone l'obiettivo di raggiungere il maggior numero di famiglie possibile e creare con loro un contatto comunicativo diretto. Se vuoi ricevere on line la newsletter ed essere anche tu costantemente aggiornato su tutte le iniziative, i progetti e le informazioni, iscriviti inviando un'e-mail all'indirizzo:

mail@milanoristorazione.it

indicando il tuo nome cognome e l'indirizzo della scuola di riferimento.