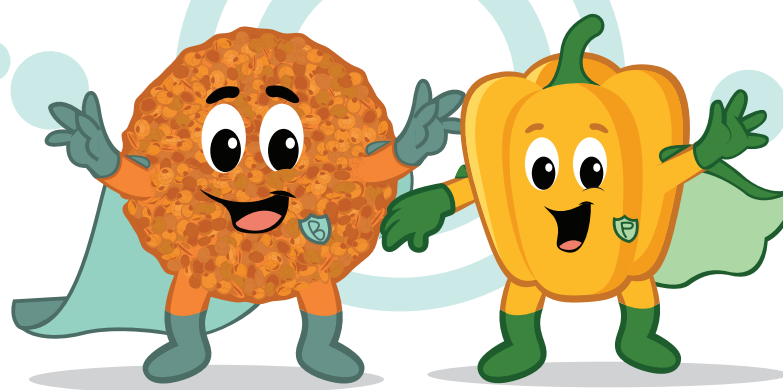


MENÙ ESTATE 2025

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 2,02 kg CO₂e - Ravioli ❄️ di magro olio e salvia - Frittata 🍳 - Carote julienne - Frutta fresca di stagione	MARTEDÌ 3,38 kg CO₂e - Riso olio e Parmigiano - Nasello ❄️ gratinato 🍲 - Zucchine ❄️ trifolate - Frutta fresca di stagione	MERCOLEDÌ 3,00 kg CO₂e - Pasta BIO al pesto ❄️ - Cotoletta di lonza alla milanese 🍲 - Pomodori alla mediterranea - Frutta fresca di stagione	GIOVEDÌ 1,08 kg CO₂e - Insalata di stagione - Pizza margherita ❄️ 🍲 - Gelato	VENERDÌ 2,10 kg CO₂e - Pasta BIO al pomodoro BIO - Crocchette con lenticchie ❄️ 🍲 🍲 - Insalata, mais e carote julienne - Frutta fresca di stagione
	LUNEDÌ 4,55 kg CO₂e - Pasta BIO aglio, olio e Parmigiano - Formaggio mozzarella BIO - Pomodori - Frutta fresca di stagione	MARTEDÌ 1,84 kg CO₂e - Pasta integrale BIO al pomodoro BIO - Uova strapazzate - Zucchine ❄️ al forno 🍲 - Frutta fresca di stagione	MERCOLEDÌ 2,58 kg CO₂e - Carote julienne - Riso all'olio - Bocconcini di tacchino alla romana - Frutta fresca di stagione	GIOVEDÌ 1,95 kg CO₂e - Gnocchi ❄️ al pomodoro BIO NUOVO! Burger con legumi ❄️ 🍲 - Insalata di stagione - Frutta fresca di stagione	VENERDÌ 3,13 kg CO₂e - Pasta di farro BIO al pesto ❄️ con verdure ❄️ - Bastoncini di pesce ❄️ 🍲 - Spinaci ❄️ e patate saporiti - Frutta fresca di stagione
	LUNEDÌ 2,61 kg CO₂e - Pasta integrale BIO al pesto ❄️ con crema di zucchine ❄️ - Arrosto di tacchino agli aromi 🍲 🍲 - Pomodori - Frutta fresca di stagione	MARTEDÌ 2,07 kg CO₂e - Pasta BIO al pomodoro BIO - Crocchette con legumi ❄️ 🍲 🍲 - Fagiolini ❄️ all'olio - Frutta fresca di stagione	MERCOLEDÌ 1,14 kg CO₂e - Insalata, mais e carote julienne - Pizza margherita ❄️ 🍲 - Gelato	GIOVEDÌ 3,30 kg CO₂e - Risotto allo zafferano - Pepite di merluzzo ❄️ 🍲 - Erbette ❄️ all'olio - Frutta fresca di stagione	VENERDÌ 1,84 kg CO₂e NUOVO! Pasta BIO al sugo di pomodoro BIO con peperoni ❄️ - Frittata 🍳 - Carote julienne - Frutta fresca di stagione
	LUNEDÌ 2,74 kg CO₂e - Pasta BIO al pomodoro BIO - Formaggio primo sale BIO - Fagiolini ❄️ all'olio - Frutta fresca di stagione	MARTEDÌ 2,63 kg CO₂e - Risotto alla parmigiana - Frittata 🍳 - Cruditè di carote e zucchine con mais - Frutta fresca di stagione	MERCOLEDÌ 2,02 kg CO₂e - Ravioli ❄️ di magro olio e Parmigiano - Tonno - Pomodori - Frutta fresca di stagione	GIOVEDÌ 2,77 kg CO₂e - Pasta di mais BIO al pomodoro BIO e basilico ❄️ - Rusticelle di pollo BIO 🍲 - Spinaci ❄️ all'olio - Frutta fresca di stagione	VENERDÌ 1,66 kg CO₂e - Insalata, mais e carote julienne - Malloreddus BIO olio e Parmigiano - Polpette con soia ❄️ 🍲 🍲 con pomodoro BIO - Frutta fresca di stagione
	LUNEDÌ 2,74 kg CO₂e - Pasta BIO al pomodoro BIO - Formaggio primo sale BIO - Fagiolini ❄️ all'olio - Frutta fresca di stagione	MARTEDÌ 2,63 kg CO₂e - Risotto alla parmigiana - Frittata 🍳 - Cruditè di carote e zucchine con mais - Frutta fresca di stagione	MERCOLEDÌ 2,02 kg CO₂e - Ravioli ❄️ di magro olio e Parmigiano - Tonno - Pomodori - Frutta fresca di stagione	GIOVEDÌ 2,77 kg CO₂e - Pasta di mais BIO al pomodoro BIO e basilico ❄️ - Rusticelle di pollo BIO 🍲 - Spinaci ❄️ all'olio - Frutta fresca di stagione	VENERDÌ 1,66 kg CO₂e - 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

MILANO RISTORAZIONE
www.milanoristorazione.it
facebook.com/milanoristorazione.it

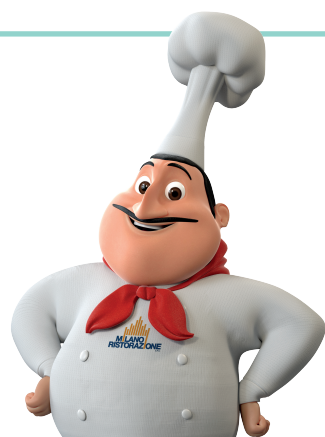
MILANO FOOD POLICY

LA CREATIVITÀ A CENA

I nostri suggerimenti per il menù della sera

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
PRIMA SETTIMANA	- Pasta fredda con pomodorini, olive e basilico - Feta con cetrioli in insalata	- Bruschetta pomodoro e basilico - Involtoni di lattuga con hummus di ceci	- Pasta integrale con crema di zucchine - Pesce al cartoccio con verdure	- Risotto basilico e limone - Uova sode con asparagi	- Hamburger di carne con verdure grigliate - Chips di barbabietola
SECONDA SETTIMANA	- Riso pilaf - Scaloppine di pollo alla menta - Peperoni in agrodolce	- Orzotto allo zafferano - Farinata di ceci - Pinimonio di verdure	- Insalata radicchio, noci e mele - Cous cous con sugo di pesce	- Crema di zucchine con crostini - Uova al tegamino - Ratatouille di verdure	- Crostone di pane integrale con olio e origano - Falafel di legumi con salsa yogurt - Cetrioli in insalata
TERZA SETTIMANA	- Gnocchetti con verdure - Spiedini di pesce - Insalata mista di stagione	- Risotto agli asparagi - Uova in purgatorio - Spinaci saltati	- Zucchine trifolate - Fregola con mix di legumi e pesto alla trapanese	- Pasta al limone - Pizzette di melanzane con mozzarella filante	- Tortillas di mais - Straccetti di carne speziati - Verdure miste
QUARTA SETTIMANA	- Spinaci in insalata - Strudel salato con lenticchie	- Farro con verdure - Pollo al forno con peperoni	- Pasta di legumi con verdure - Patate arrosto	- Riso freddo con pesce e verdure - Melanzane grigliate	- 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!

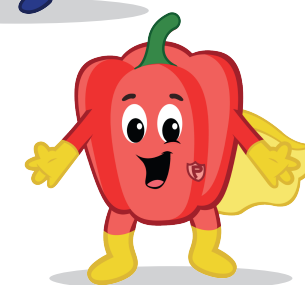
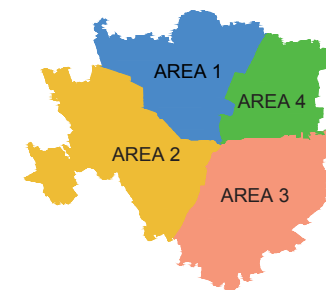
Questa ricetta è una novità del menù estate!
Preparatela anche voi a casa per iniziare a far scoprire ai vostri bambini questo nuovo sapore.

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.