



Menu estivo mensa scolastica di Milano

Proposte di revisione del menu estivo anno scolastico 2016/17
ad opera delle Commissioni mensa di Milano

Premessa



- Il presente documento è frutto della **collaborazione** di diverse **commissioni mensa di Milano** in particolar modo della **zona 5** e della **zona 1**.
- Hanno collaborato alla definizione della presente proposta anche professionisti del settore, come **nutrizionisti, tecnologi alimentari, cuochi professionisti**

ESTATE	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDI'	Ravioli di magro olio e salvia Pollo marinato alla senape, succo di limone biologico e rosmarino # Carote julienne Frutta fresca di stagione	Pasta biologica aglio, olio e parmigiano <u>Insalata di merluzzo</u> Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Carote a tronchetto Pizza margherita Gelato	Gnocchi al pomodoro biologico Bastoncini di pesce # Carote julienne Frutta fresca di stagione
MARTEDI'	Pasta biologica al sugo di pomodoro con tonno Formaggio (caciotta biologica) Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta integrale biologica al pesto Arrosto di lonza al limone # Erbette all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta biologica al pomodoro Cotoletta di lonza alla milanese # Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano Frittata # Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione
MERCOLEDI'	Misto insalata° e pomodori Pizza margherita Gelato	Misto insalata° e pomodori Lasagne primavera Frutta fresca di stagione	<u>Ravioli di magro olio e salvia</u> <u>Straccetti di tacchino alla romana</u> Insalata di stagione° Frutta fresca di stagione	Pasta biologica olio e parmigiano Boccoconcini di vitellone con carote Frutta fresca di stagione
GIOVEDI'	Malloreddus biologici al pomodoro biologico e basilico Merluzzo gratinato Insalata di stagione° Frutta fresca di stagione	Risotto e piselli Formaggio (asiago) Zucchine al forno Frutta fresca di stagione	<u>Orzotto biologico</u> allo zafferano Formaggio (primo sale) Patate arrosto Frutta fresca di stagione	Insalata di farro biologico con pesto e pomodori Straccetti di pollo gratinati # Insalata di stagione° Frutta fresca di stagione
VENERDI'	Risotto alla parmigiana Tortino con ricotta, erbette e cannellini # Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta biologica al pomodoro e basilico Frittata con patate # Carote julienne Frutta fresca di stagione	<u>Risotto e zucchine</u> Tonno Pomodori con ceci Frutta fresca di stagione	Pasta biologica pomodoro e lenticchie Formaggio (stracchino) Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione

Cereali

Criticità

- **Abbondanza di pomodoro**
(proposto anche due volte all'interno di un singolo pasto e fino a 5 volte a settimana)
- **Pochi piatti** a base di **legumi**
(inseriti solo marginalmente)
- Primi ripetitivi

Richieste

- **Utilizzare sempre passata tutta Bio**
- **Eliminare Lasagne**
- **Aumentare varietà dei cereali**

1°

Proposta Milano Ristorazione

- Ravioli di magro olio e salvia
- Pasta biologica al sugo di pomodoro con tonno
- Pizza margherita
- Malloreddus bio al pomodoro bio + basilico
- Risotto alla parmigiana

Miglioramenti richiesti

- Ravioli di magro olio e salvia
- Pasta integrale bio al pomodoro bio con tonno
- Risotto alla parmigiana
- Malloreddus bio al pomodoro bio + basilico
- Pasta bio agli aromi

2°

- Pasta biologica aglio, olio e parmigiano
- Pasta integrale biologica al pesto
- Lasagne primavera
- Risotto e piselli
- Pasta biologica al pomodoro e basilico

- Pizza Margherita
- Pasta integrale bio al pesto
- Risotto con piselli
- Orzotto bio allo zafferano
- Pasta bio al pomodoro bio

3°

- Pizza margherita
- Pasta biologica al pomodoro
- Ravioli di magro olio e salvia
- Orzotto biologico allo zafferano
- Risotto e zucchine

- Ravioli di magro olio e salvia
- Pasta bio pomodoro e lenticchie
- Risotto e zucchine
- Pasta bio agli aromi
- Gnocchi al pomodoro biologico

4°

- Gnocchi al pomodoro biologico
- Risotto allo zafferano
- Pasta biologica olio e parmigiano
- Insalata di farro biologico con pesto e pomodori
- Pasta biologica pomodoro e lenticchie

- Pizza Margherita
- Orzotto bio al pomodoro bio
- Risotto allo zafferano
- Insalata di farro bio con pesto
- Pasta bio aglio oio e parmigiano

Secondi

Criticità

1°

- Tortino: **ricetta inadeguata**
- **Pochi legumi**-> più **ricette gustose**
- **Più varietà pesce**
- **Piatto unico critico sempre**
- **Evitare carne 2 gg consecutivi**

Richieste

3°

- Introdurre **la trota** (annunciata 3 ann)
- **Piatti unici: non di più 2**
- **Migliorare distribuzione piatti**
- Introdurre **ricette gustose di legumi**
- **Cambiare ricetta tortino**

4°

Proposta Milano Ristorazione

- Pollo marinato alla senape, succo di limone biologico e rosmarino #
- Formaggio (caciotta **biologica**)
- *Pizza margherita*
- Merluzzo gratinato
- Tortino con ricotta, erbe e cannellini #
- Insalata di merluzzo
- Arrosto di lonza al limone #
- *Lasagne primavera*
- Formaggio (asiago)
- Frittata con patate #
- *Pizza margherita*
- Cotoletta di lonza alla milanese #
- Straccetti di tacchino alla romana
- Formaggio (primo sale)
- Tonno
- Bastoncini di pesce #
- Frittata #
- Bocconcini di vitellone con carote
- Straccetti di pollo gratinati #
- Formaggio (stracchino)

Miglioramenti richiesti

- Tortino con ricotta, erbe e cannellini
- **caciotta biologica**
- Frittata
- Pollo marinato alla senape, succo di limone biologico e rosmarino
- Merluzzo gratinato
- Pizza Margherita
- Asiago
- Arrosto di lonza al limone bio
- ceci/fagioli (es. hummus)
- Bastoncini di pesce
- Straccetti di tacchino alla romana
- Formaggio primo sale
- Frittata
- Cotoletta di lonza alla milanese
- Trota (es. filetti di trota con patè di olive)
- Pizza Margherita
- bocconcini di vitellone con carote
- stracchino
- Straccetti di pollo gratinati
- tonno

Contorno

Criticità

1°

- **Pomodori e insalate **ridondanti****
- **Poca varietà verdure**
- **Poche verdure fresche in relazione alla stagione**

Richieste

2°

- **Aumentare **varietà verdure****
(piselli, finocchi)
- **Privilegiare **insalate 'dolci'****
(lattuga e soncino)

3°

4°

Proposta Milano Ristorazione

Miglioramenti richiesti

- Carote julienne
- Pomodori in insalata
- Misto insalata e pomodori
- Insalata di stagione
- Fagiolini all'olio

- Carote julienne
- Fagiolini all'olio
- Pomodori con ceci
- Soncino
- Zucchine al forno

- Pomodori in insalata
- Erbette all'olio
- Misto insalata e pomodori
- Zucchine al forno
- Carote julienne

- Insalata di finocchi
- Patate arrosto
- Insalata di pomodori
- Humus di ceci
- Lattuga

- Carote al tronchetto
- Pomodori in insalata
- Insalata di stagione
- Patate arrosto
- Pomodori con ceci

- Soncino
- Erbette all'olio
- Carote julienne
- Fagiolini all'olio
- Zucchine al forno

- Carote julienne
- Pomodori in insalata
- Carote (bocconcini di vitellone con carote)
- Insalata di stagione
- Pomodori in insalata

- Carote a tronchetto
- Carote (bocconcini di vitellone)
- Piselli
- Soia (es. tempeh alla pizzaiola)
- Pomodori in insalata

Frutta



- **Varietà e rotazione settimanale della frutta: rispettare le 3 varietà a settimanali**
(come indicato nelle linee guida della ristorazione scolastica)
- **Arance e frutta che si consuma con la buccia di **origine biologica****



Menu Nido

BOZZA MENÙ ASILO NIDO ESTATE

Data emissione:

	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA
LUNEDÌ	Pasta con zucchine Ricotta Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta agli aromi Formaggio (scaglie di parmigiano) Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto allo zafferano Formaggio (crescenza) Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Formaggio (scaglie di parmigiano) Fagiolini e patate all'olio Frutta fresca di stagione
MARTEDÌ	Risotto alla parmigiana Arrosti di tacchino Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione	Risotto al pomodoro Merluzzo al limone Macedonia di patate, carote e piselli Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Cotoletta di pollo Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Polpettine di pollo con verdure Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione
MERCOLEDÌ	Pasta al pesto Merluzzo gratinato Fagiolini e patate all'olio Frutta fresca di stagione	Cous-cous Bocconcini di pollo Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Ricotta Carote trite o julienne Frutta fresca di stagione	Pasta agli aromi Arrosti di lonza alle mele Erbette all'olio Frutta fresca di stagione
GIOVEDÌ	Pasta pasticciata con ragù di vitellone Zucchine brasate Frutta fresca di stagione	Risotto alla parmigiana Tortino con zucchine e ricotta Frutta fresca di stagione	Pasta agli aromi Bruscitti di vitellone con verdure Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Crocchette con legumi o sfornato con legumi Zucchine trifolate Frutta fresca di stagione
VENEDÌ	Riso in bianco Crocchette con legumi o sfornato con legumi Erbette all'olio Frutta fresca di stagione	Pasta e fagioli Frittatina con patate Erbette all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto con piselli Merluzzo gratinato Insalata di stagione Frutta fresca di stagione	Cous-cous Merluzzo con verdure Frutta fresca di stagione

Cereali



Pasto di emergenza

Criticità

- Troppo **poco biologico**
- **Poca varietà di cereali**
- **Pasta pasticciata** con ragù di vitellone **sgradita ai bimbi**
- Primi ripetitivi

Richieste

- Utilizzare **sempre cereali Bio**
- Aumentare varietà dei cereali (**farro e orzo**)
- **Eliminare pasta pasticciata**

Criticità

- I bimbi non mangiano omogeneizzati freddi
- **Latte + biscotti non può essere considerato un pasto alternativo**
- **Necessità di un pasto equilibrato completo**



Richiesta

Modificare il pasto di emergenza o consentire di portare pranzo da casa ogni volta che c'è sciopero

Secondi



Criticità

- Allarme per la **qualità delle carni** servite dal nostro **fornitore** che è stato **oggetto d'inchiesta (Report)**
- **Poca varietà pesce**

Richieste

- Utilizzare **sempre carne Bio***
- Introdurre **altra tipologia di pesce** (es. trota)

Note

* Carne di origine biologica:

- cotoletta di pollo
- bocconcini di pollo
- pasta pasticciata con ragù di vitellone
- arrosto di lonza
- arrosto di tacchino
- bruscitt di vitellone

*In assenza riscontri alle richieste di analisi della carne offerta ai bambini dei nidi sollecitate a Milano Ristorazione nelle seguenti date e in differenti modalità (riunione dei Giugno 2016 in Via porpora, mail del 7/09/2016, mail del 23/09/2016 con oggetto: **Info su osservazioni presentate dalla commissione Mensa per il menù nidi inverno 2016/17**) si richiede che la carne utilizzata per la preparazione dei piatti **provenga esclusivamente da allevamenti biologici.***

Contorni



Criticità

- **Verdure non specificate**

Bruscitt di vitellone con verdure

Merluzzo con verdure

- **Insalate contorno rifiutato**

dai bimbi

Richieste

- **Eliminare insalata**

- **Specificare o introdurre verdure:**

Bruscitt di vitellone con verdure

Merluzzo con verdure

Segnalazioni

- **Modificare i seguenti menu sbilanciati** dal punto di vista nutrizionale:

- Pasta e fagioli/frittata con patate/erbette

- Risotto con piselli/merluzzo gratinato/insalata di stagione

- **Fette biscottate con olio di palma** di marca Arco sostituire con prodotto di altra marca senza olio di palma

- **Bio non reale** (es. la **mozzarella** nelle **schede tecniche** degli alimenti **è biologica (codice 11759)** quella somministrata **nella realtà è convenzionale** come nella scheda delle materie prime.
-> *Questo è uno di quegli aspetti che probabilmente incide nel conteggio della **percentuale di biologico** nella mensa scolastica di Milano che, però, **non è reale.***