MENU INVERNO 2026/27

Scuole dell'Infanzia, Primarie e Secondarie di primo grado

Validità dal 9 novembre 2026

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



Guida alla consultazione dei Menu

Il menu viene erogato a rotazione su 4 settimane nelle 4 Aree per garantire un flusso costante di approvvigionamenti nei 24 Centri Cucina di Milano Ristorazione. Scopri l'Area della tua cucina sul nostro sito nella sezione *Famiglie* > *Cosa si mangia* > *Scopri la tua cucina.*

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1 Settimana	·Passato di verdura ❄ con crostini con farina integrale **BIO** ·Rustichelle di pollo **BIO** ·Erbette ❄ all'olio ·Frutta fresca di stagione	·Pasta **BIO** al pomodoro ·Burger con legumi con maionese 100% vegetale **BIO** ·Broccoli ❄ al parmigiano ·Frutta fresca di stagione	·Ravioli di magro ❄ olio e parmigiano ·Frittata ·Finocchi in insalata ·Frutta fresca di stagione	·Insalata, mais e carote julienne ·Pizza margherita ❄ ·Frutta fresca di stagione	·Risotto al pomodoro Prim. e Sec. Totano ❄ dei marinai **NUOVO!** Infanzia Bastoncini di pesce ❄ o Pepite di merluzzo ❄ ·Insalata di stagione ·Frutta fresca di stagione
2 Settimana	·Ravioli di magro ❄ olio e salvia ·Straccetti di tacchino alla romana ·Fagiolini ❄ all'olio ·Frutta fresca di stagione	·Pasta integrale **BIO** con crema di broccoli ❄ e pesto ❄ ·Frittata ·Carote julienne ·Frutta fresca di stagione	·Finocchi in insalata ·Lasagne al ragù di soia **BIO** ·Frutta fresca di stagione	·Passato di verdura ❄ saporito con riso e orzo **NUOVO!** ·Formaggio caciotta **BIO** ·Patate ❄ arrosto ·Frutta fresca di stagione	·Risotto alla parmigiana ·Limanda ❄ gratinata **NUOVO!** ·Carote e rape rosse julienne **NUOVO!** ·Tortino **BIO** alla carota
3 Settimana	·Gnocchi ❄ al pomodoro ·Burger con legumi con maionese 100% vegetale **BIO** ·Finocchi in insalata ·Frutta fresca di stagione	·Minestra di lenticchie con crostini con farina integrale **BIO** ·Bastoncini di pesce ❄ ·Spinaci ❄ e patate saporiti ·Frutta fresca di stagione	·Carote julienne ·Pizza margherita ❄ ·Frutta fresca di stagione	·Risotto allo zafferano MENU MILANESE ·Cotoletta di lonza alla milanese ·Cavolo viola e insalata **NUOVO!** ·Frutta fresca di stagione	·Pasta **BIO** al pomodoro ·Torta salata con ricotta e spinaci ❄ **NUOVO!** ·Frutta fresca di stagione
4 Settimana	·Pasta di farro **BIO** alla Portofino ❄ **NUOVO!** ·Formaggio crescenza **BIO** ·Mix di verdure ❄ al forno ·Budino al cacao equosolidale **BIO**	·Pasta **BIO** olio e parmigiano ·Purè contadino ·Cavolfiori ❄ gratinati ·Frutta fresca di stagione	·Carote julienne ·Polenta **BIO** ·Bocconcini di tacchino alla cacciatora ·Frutta fresca di stagione	·Vellutata con zucca con crostini con farina integrale **BIO** ·Frittata ·Finocchi in insalata ·Frutta fresca di stagione	·Riso con ragù di cefalo ❄ **NUOVO!** ·Pepite di merluzzo ❄ MENU PESCE ·Zucchine trifolate ·Frutta fresca di stagione

Sito internet:
www.milanoristorazione.it
Facebook:
facebook.com/milanoristorazione.it

La frutta fresca di stagione viene servita a rotazione secondo disponibilità. Mele, pere, arance, banane, clementine, carote, insalata di stagione (quota parte), uva e zucca (quota parte) 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 servito è sempre biologico; il martedì viene proposto pane multicereali e il giovedì pane integrale.

Tutti gli ingredienti impiegati nelle ricette sono disponibili sul nostro sito nella sezione *Famiglie* > *Cosa si Mangia* > *Ingredienti e grammature.* **www.milanoristorazione.it/ingredienti-e-grammature**

Ulteriori dettagli e aggiornamenti rispetto alle materie prime (es. biologico, DOP, IGP, km0, filiera corta, provenienza, ecc.) sono disponibili sul sito nella sezione *Famiglie* > *Cosa si Mangia* > *Informazioni materie prime.* **www.milanoristorazione.it/informazioni-materie-prime**



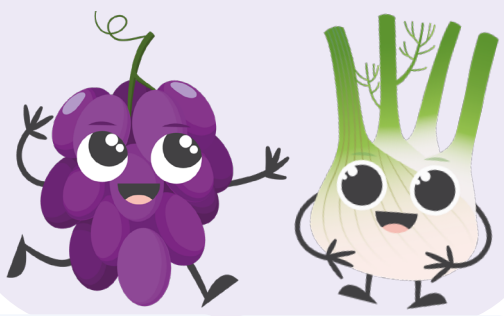
Legenda

❄ Alimento surgelato all'origine

Preparato e surgelato da Milano Ristorazione nel Centro Sammartini e cotto in ciascuna cucina

LA CREATIVITÀ A CENA

I nostri suggerimenti per il menu della sera



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
1 Settimana	·Insalata di cavolo cappuccio ·Risotto con zucca e taleggio ·Frutta fresca di stagione	·Linguine aglio, olio e pangrattato ·Pesce gratinato ·Carciofi trifolati ·Frutta fresca di stagione	·Spätzle alla salvia ·Scaloppine al limone ·Insalata di verza ·Frutta fresca di stagione	·Fusilli integrali alla crema di radicchio ·Uova in camicia ·Verdure grigliate ·Frutta fresca di stagione	·Pinzimonio ·Zuppa di fagioli e cavolo nero con cereali ·Pere cotte con cioccolato fondente
2 Settimana	·Orecchiette con ragù di pesce ·Insalata di finocchi, mele, noci e sedano ·Budino di cachi e cioccolato	·Polenta ·Spezzatino di carne con verdure ·Frutta fresca di stagione	·Gnocchetti con crema di cavolfiore ·Cocotte di uova al forno ·Zucca al forno ·Frutta fresca di stagione	·Orzotto alle verdure ·Polpette di lenticchie al sugo di pomodoro ·Chips di cavolo nero ·Frutta fresca di stagione	·Pastina e prezzemolo in brodo ·Ricotta al forno ·Insalata con spinacino e chicchi di melograno ·Frutta fresca di stagione
3 Settimana	·Risotto alle mele ·Rotolo di frittata ·Cicoria saltata ·Frutta fresca di stagione	·Broccoli gratinati ·Spaghetti al ragù di carne ·Frutta fresca di stagione	·Vellutata di porri e patate ·Farinata di ceci ·Radicchio al forno ·Crème caramel	·Bastoncini di polenta abbrustoliti ·Uova in camicia con crema di zucchine ·Frutta fresca di stagione	·Verdure gratinate ·Pesce al timo con patate al forno ·Frutta fresca di stagione
4 Settimana	·Pinzimonio ·Piadina integrale con straccetti di pollo ·Frutta fresca di stagione	·Gnocchi alla romana ·Uova strapazzate ·Carciofi prezzemolati ·Frutta fresca di stagione	·Risotto agli agrumi ·Pesce al cartoccio con finocchi e olive ·Frutta fresca di stagione	·Scarola saltata con uvetta ·Cannelloni ricotta e spinaci ·Frutta fresca di stagione	·Crema di carote e patate ·Falafel di ceci ·Misto di cavoli colorati brasati ·Strudel di mele

Frutta a metà mattina continua a crescere!

Frutta a metà mattina è il progetto di Milano Ristorazione, realizzato dal 2016 in collaborazione con il Comune di Milano nell'ambito della Food Policy cittadina, che **anticipa al momento dell'intervallo la distribuzione della frutta** prevista a fine pasto.
L'iniziativa, da sempre dedicata a Scuole Primarie e Secondarie, dopo due anni di sperimentazione su un campione crescente di Scuole dell'Infanzia, presenta quest'anno un'importante novità! **Viene estesa, su adesione volontaria, a tutte le Scuole dell'Infanzia** servite da Milano Ristorazione, rispondendo alle numerose richieste ricevute da famiglie e Commissari Mensa, in accordo con l'Area Food Policy e l'Area Servizi all'Infanzia della Direzione Educazione del Comune di Milano. Attraverso il consumo quotidiano di frutta fresca, **bambine e bambini sono accompagnati a scoprire il valore di un'alimentazione varia ed equilibrata**, imparando a conoscere i prodotti di stagione e sviluppando, giorno dopo giorno, abitudini sane e consapevoli. Maggiori informazioni sul progetto sono disponibili sul nostro sito nella sezione *Scuole* > *Progetti educativi* > *Frutta a metà mattina*.

I sapori del mare con le nuove specie ittiche

È forte l'impulso dato da Comune di Milano e Milano Ristorazione negli ultimi due anni all'attività di ricerca e sviluppo orientata ad **ampliare la biodiversità ittica proposta nei menu scolastici**.
L'obiettivo è quello di offrire a bambine e bambini una sana e variegata alimentazione, promuovendo il consumo di un alimento prezioso per la loro crescita attraverso ricette che incontrino il loro gusto.

In questo nuovo menu invernale abbiamo introdotto la **limanda**, il **totano** e il **cefalo della Laguna di Orbetello**. Quest'ultimo è un Presidio Slow Food e simbolo di una pesca tradizionale rispettosa dell'ambiente marino. Per valorizzarne le caratteristiche proponiamo la nuova ricetta **"Riso con ragù di cefalo"**, ideata per avvicinare bambini e bambine ai sapori nuovi e al pesce proveniente dalle nostre coste.

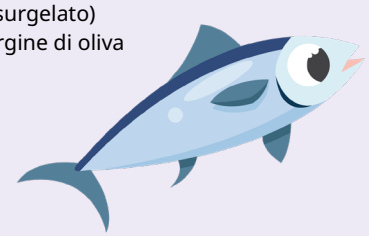
Di seguito trovate la ricetta, per provarla anche a casa insieme a tutta la famiglia.

Cucinate con noi!

Riso con ragù di cefalo

Ingredienti per 4 persone:

- 360 g di riso
- 240 g di polpa di pomodoro
- 110 g di cefalo (fresco o surgelato)
- 3 cucchiai di olio extravergine di oliva
- 1 carota
- 1 cipolla piccola
- 2 spicchi di aglio
- prezzemolo q.b.
- sale q.b.



Procedimento:

Sbucciate gli spicchi d'aglio e tritateli finemente. Pelate la carota, sbucciate la cipolla e tritate entrambe. In una padella capiente scaldate circa due cucchiai di olio extravergine di oliva e fate imbiondire dolcemente l'aglio. Aggiungete la carota e la cipolla e fatele rosolare per qualche minuto. Poi unite la polpa di pomodoro insieme al cefalo e lasciate cuocere a fuoco dolce per circa 20 minuti. Regolate di sale, aggiungete il prezzemolo tritato e, se preferite, frullate il condimento fino a ottenere una salsa liscia e omogenea. Nel frattempo, portate a ebollizione una pentola d'acqua, salatela e cuocete il riso. Scolatelo al dente e conditelo con un cucchiaio d'olio extravergine di oliva. Distribuite il riso nei piatti e completate con il sugo di cefalo. Buon appetito!



Clicca qui!

Sito

Youtube