




Osservazioni bozza menu estate 2012/13

Milano, 18 marzo 2013

Di seguito riportiamo le nostre indicazioni relative alla bozza di menu estivo che alleghiamo qui sotto.

		MENU' SCOLASTICO ESTATE – BOZZA AGG. 07.03.2013 ORE 16.00			Data emissione:
ESTATE	1° SETTIMANA	2° SETTIMANA	3° SETTIMANA	4° SETTIMANA	
LUNEDI'	Pasta aglio, olio e parmigiano reggiano Pollo marinato alla senape, lime e rosmarino# Insalata di stagione* Frutta fresca di stagione	Pasta al pomodoro Merluzzo in salsa di limone# Patate in insalata Frutta fresca di stagione	Risotto e zucchine Formaggio (caciotta bio) Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Risotto alla pomodoro/peperoni Bastoncini di pesce# Carote julienne Frutta fresca di stagione	
MARTEDI'	Pasta con sugo di merluzzo al pomodoro Formaggio (asiago) Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Insalata di pasta con pomodori, olive nere e basilico Arrosti di lonza alle mele# Carote julienne Frutta fresca di stagione	Ravioli di magro olio e salvia Merluzzo alla livornese# Patate in insalata Frutta fresca di stagione	Pasta olio e parmigiano reggiano Bocconcini di vitellone cremolati Patate arrosto Frutta fresca di stagione	
MERCOLEDI'	Misto carote e insalata Pizza margherita Yogurt bio / Budino al cacao equosolidale*	Risotto alla parmigiana Fesa di tacchino alla pizzaiola# Insalata di stagione* Frutta fresca di stagione	Pasta integrale biologica pomodoro e basilico Cotoletta di lonza alla milanese # Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	Insalata di farro biologico con pesto e pomodori Formaggio (stracchino bio) Misto carote e insalata Frutta fresca di stagione	
GIOVEDI'	Risotto allo zafferano Bastoncini di pesce # Fagiolini all'olio Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pesto Formaggio (caprino di latte vaccino) Zucchine al forno Frutta fresca di stagione	Misto carote e insalata Pizza margherita Gelato	Pasta al ragù di verdure Fesa di tacchino al latte# Pomodori in insalata Frutta fresca di stagione	
VENERDI'	Mallorredus pomodoro biologico e basilico Tortino con riotta, erbette e cannellini# Carote julienne Frutta fresca di stagione	Pasta alle olive (verdi) Uova Misto insalata e pomodori Frutta fresca di stagione	Pasta al pesto Straccetti di pollo al forno Insalata di stagione* Frutta fresca di stagione	Gnocchi al pomodoro biologico Frittata al formaggio# Insalata di stagione Frutta fresca di stagione	

* a rotazione secondo disponibilità

cottura al forno

*a rotazione mensile

In corsivo le nostre osservazioni e richieste.

Primi:

- pasta aglio olio e parmigiano
- pasta con sugo di merluzzo al pomodoro
- risotto allo zafferano
- mallorredus pomodoro biologico e basilico
- pasta al pomodoro
- Insalata di pasta con pomodori olive nere e basilico
- risotto alla parmigiana
- gnocchi al pesto
- pasta alle olive
- risotto e zucchine
- ravioli di magro olio e salvia
- pasta integrale biologica pomodoro e basilico



pasta al pesto
risotto al pomodoro/peperoni
pasta olio e parmigiano reggiano
insalata di farro biologico con pesto e pomodori
pasta al ragu di verdure
gnocchi al pomodoro biologico

Notiamo che c'è molta poca varietà di cereali, a parte una volta il farro. Tra le nuove proposte suscita delle perplessità il risotto al pomodoro/peperoni, sia per il gusto che per la digeribilità.

Di seguito le nostre proposte/richieste:

- *Integrare un primo con orzo*
- *Mantenere passato di verdura con crostini di farina integrale biologica*
- *Sostituire gli gnocchi al pesto con le troffie al pesto*
- *Inserire la pasta integrale biologica almeno 2 volte al mese*
- *Mantenere la qualità del riso **parboiled** (a basso indice glicemico)*
- *Gli spaghetti (graditissimi) almeno due volte al mese*

▪ **Carni:**

7 volte su 4 settimane

pollo marinato alla senape, lime e rosmarino
arrosto di lonza alle mele (cotto al forno)
fesa di tacchino alla pizzaiola
cotoletta di lonza alla milanese (cotto al forno)
straccetti di pollo al forno
bocconcini di vitellone cremolati
fesa di tacchino al latte

▪ **Formaggi:**

4 su 4 settimane + 1 frittata al formaggio + **1** volta ravioli di magro (con formaggio) + **2** volte pasta al parmigiano reggiano + **1** volta risotto alla parmigiana + **2** volte pesto (con formaggio) + **2** volte pizza (con formaggio) :

asiago
caprino di latte vaccino
caciotta bio
stracchino bio

La presenza dei formaggi tra quelli proposti come pietanza e quelli che sono ingredienti di altri piatti è un po' eccessiva

- *Chiediamo che tutti i formaggi siano di origine biologica*
- *Proponiamo pezzature più piccole di due tipi diversi di formaggio per rendere meno noioso il piatto e incontrare più i gusti.*

▪ **Legumi:** assenti

A parte un tortino con ricotta, erbe e cannellini non ci sono legumi.

Chiediamo:

- *integrare i legumi come pietanza al posto della carne con un piatto gradevole. A titolo di esempio citiamo: polpette di legumi, tortino di legumi, humus ai ceci, ecc.*
- *integrare i legumi anche come contorno, chiediamo che vengano integrati al posto delle patate.*



▪ **Pesce:**

Bastoncini di pesce 2 volte

Merluzzo in salsa di limone

Merluzzo alla livornese

Vediamo consolidato l'approccio 'industriale' nella proposta del pesce.

▪ **Piatto unico** 2 volte:

misto carote e insalata + pizza margherita + yogurt o budino o gelato

Vorremmo sapere:

- *che fine hanno fatto le sperimentazioni con la focaccia alle verdure?*
- *quando verrà proposta una pizza migliore: con meno crosta e un formaggio più adatto?*

▪ **Verdure** di contorno:

insalata di stagione (4 volte)

pomodori in insalata (3 volte)

misto carote e insalata (2 volte)

carote julienne (3 volte)

zucchine al forno (1 volta)

misto insalata e pomodori (1 volta)

fagiolini all'olio (1 volta)

Osserviamo che manca una varietà di verdure, anche cotte.

Le verdure crude sono ripetitive e monotone, mancano associazioni gradite come pomodoro e mais (non transgenico!) Chiediamo:

- *Maggiore varietà di verdure crude inserendo un tris di verdure: carote, finocchi, sedano o pomodori, carote e mais o insalata, cetrioli e carote*
- *Presenza di verdure cotte: ad es. spinaci filanti, bocconcini di verdura, ecc.*

▪ **Patate**

3 volte in insalata o patate arrosto

Le patate non dovrebbero essere associate alla pasta né ai ravioli per evitare un eccesso di carboidrati; Inoltre spesso le patate in insalata sono rifiutate perché non sono un prodotto buono in origine e arrivano al piatto dei bambini spesso mezze crude. Si chiede:

- *associare le patate alla minestra di verdura o al farro o all'orzo.*
- *Ridurre la proposta di patate sostituendole con i legumi*

▪ **Uova**

2 volte su 4 settimane

uova (quale proposta?)

frittata al formaggio

Non è chiaro come verranno proposte.

Si ricorda che le uova sode come sono state proposte qualche anno fa erano pessime sia per l'odore, colore, sapore e consistenza. Chiediamo:

- *Uova biologiche*



- *la scheda tecnica delle uova con le informazioni sulla tracciabilità e tipo allevamento*
- *di assaggiare la nuova proposta prima che venga inserita nel menu estivo.*

▪ **Frutta** fresca di stagione sempre tranne 2 volte che c'è il dessert con la pizza

▪ **Dessert**

Yogurt o budino o gelato

- *Chiediamo la di avere visibilità degli ingredienti dei dessert*

Da valutare se possibile integrare un dolce con la frutta.

▪ **Abbinamenti a rischio**

In base alla nostra esperienza riteniamo opportuno segnalarvi quelli che sono abbinamenti rischiosi

MAR 1 SETT. pasta al merluzzo + formaggio asiago = i bambini mangeranno pane e pomodori in insalata

LUN 2 SETT. merluzzo + patate in insalata = i bambini mangeranno solo il primo

LUN 3 SETT. risotto con zucchine + fagiolini = 2 delle verdure più odiate/rifiutate

MAR 3 SETT. merluzzo + patate in insalata = i bambini mangeranno solo il primo

GIOV 4 SETT. fesa di tacchino al latte + pomodori in insalata = possibile incrocio di sughi (carne e acqua dei pomodori) poco piacevole. Sarebbe meglio un'insalata normale.

▪ **Piatti occasionali fuori menu**

Si richiede di inserire piatti per le occasioni speciali (come già fatto per ricordare Borsellino e la lotta contro la mafia) es presi da altri menu:

FESTA DI PRIMAVERA – MERCOLEDI' 11 APRILE

Il menù del giorno 11 aprile è sostituito con il seguente:

...

FESTA D'ESTATE – VENERDI 1^ giugno

Il menù del giorno 1 giugno è sostituito con il seguente:

o anche piatti etnici occasionalmente.

▪ **Informazioni sul menu**

Si richiede di segnalare sempre nel menu quando gli alimenti sono surgelati e di III o IV gamma.