

### Un menu elaborato lo scorso anno, dopo un periodo di sperimentazione

[Scarica il menu](#)

[Scarica le linee guida della dietista della ASL](#)

Abituare i bambini a mangiare sano: è questo il principale obiettivo con cui è stata avviata la sperimentazione che ha portato alla definizione del nuovo menu della mensa scolastica.

Un progetto che è iniziato lo scorso anno con piccole modifiche, ha previsto laboratori e poi una graduale rotazione dei piatti al fine di individuare quelli di maggiore gradimento da parte dei bambini. Un'attività che ha visto il coinvolgimento dei cuochi, del personale della mensa comunale e anche delle dietiste della Asl.

Per quanto riguarda la valutazione del gradimento delle singole pietanze, in fase progettuale con la Asl è stata effettuata una riflessione per individuare la modalità che garantisse maggiori certezze, al di là delle necessità e dei gusti personali. La scelta è ricaduta su di un metodo che fornisce dati oggettivi: la pesatura degli scarti. La **misurazione del cibo che avanzava nei piatti** ha fornito una chiara indicazione di ciò che è gradito ai nostri bambini. Un test che continueremo ad effettuare anche nelle prossime settimane.

*«Una sorpresa per noi, e penso anche per molti genitori, è stato scoprire che i nostri bambini prediligono molto di più le verdure crude in pinzimonio di quelle cotte o saltate in padella; ecco perché abbiamo deciso di introdurle nel menu definitivo. - afferma l'assessore alla scuola Simone Londi - Contemporaneamente abbiamo accolto alcuni suggerimenti reintroducendo le pietanze preferite dei ragazzi: lasagne, tortellini, pollo, pasta alla parmigiana. Inserendole in una combinazione che rispetti le indicazioni delle dietiste. L'introduzione dei nuovi piatti sarà a breve accompagnata anche da progetti di educazione alimentare e di preparazione dei cibi; i bambini avranno così modo di capire come sono preparati i piatti che proponiamo loro».*

**In base alle indicazioni fornite dalla Asl i menu della ristorazione scolastica devono:**

1. garantire sicurezza alimentare e nutrizionale;
2. essere vari, secondo i principi della rotazione degli alimenti;
3. contenere alimenti freschi, di stagione, meglio se di filiera corta o biologici;
4. proporre piatti della tradizione culinaria locale;

5. essere graditi ai bambini.

### **Come è stato pensato il menu**

Il menu è articolato su 8 settimane, con varianti estive. Sono garantite modifiche per motivi di carattere sanitario ed etico religioso.

- Ogni giorno è proposto un primo piatto prevalentemente asciutto, almeno una volta a settimana una minestra.
- Sono inseriti piatti unici e secondi piatti unici: i primi racchiudono in un'unica preparazione i nutrienti principali e sono seguiti da un contorno a base di verdura e da un dessert; i secondi piatti unici racchiudono un secondo piatto proteico assieme a verdure.
- All'interno della settimana vi è un alternanza tra secondi piatti:
  - massimo una volta la carne rossa, compresi i salumi
  - una volta la carne bianca
  - una volta il pesce
  - una volta l'uovo
  - una volta legumi

*«La scelta degli alimenti risponde all'esigenza di aumentare la qualità dei cibi proposti e abituare i ragazzi ad un'alimentazione sana, seguendo le indicazioni che arrivano dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e non in relazioni a valutazioni di carattere economico.*

Sono molteplici i fattori che ricadono sul costo della mensa: il personale, il trasporto, le utenze e le attrezzature, l'acquisto dei generi alimentari. Abbiamo pensato ad una tariffa che tiene conto di tutti questi aspetti, cercando di gravare il meno possibile sulle famiglie: quello che pagate, infatti, non copre completamente i costi del servizio», prosegue Londi.

Una filosofia che sottende tutti gli interventi portati avanti dall'amministrazione comunale nell'ambito della ristorazione scolastica: la scelta di mantenere un centro cottura interno senza appaltare il servizio; l'utilizzo da anni di prodotti biologici e di filiera corta; l'attivazione di progetti di educazione alimentare in collaborazione con l'Azienda sanitaria e la scuola; l'attenzione alle indicazioni dei genitori.

Il comune da anni offre, infatti, la possibilità ai genitori che lo desiderano di pranzare per alcuni giorni a scuola, prendendo contatti con il comitato dei genitori.