

# AGGIORNAMENTI SCOLASTICI

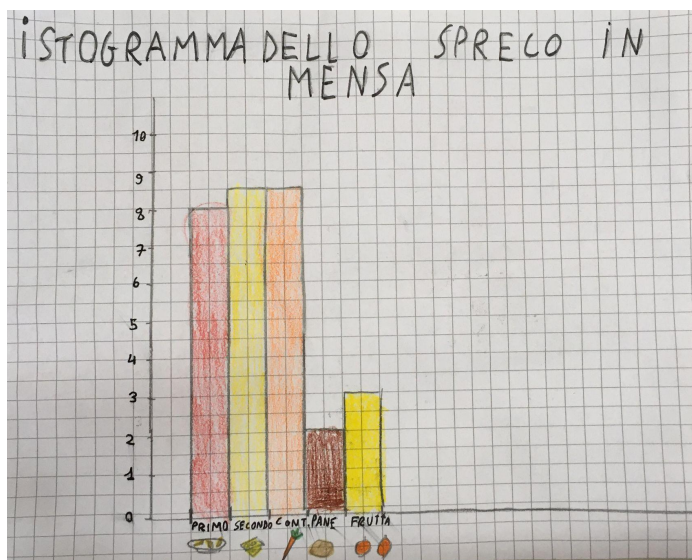
A cura del gruppo "Alternativa alla religione cattolica" 4B Alda Costa Ferrara

## RIFLESSIONI SULLO SPRECO IN MENSA

E un dato di fatto: tutti almeno una volta hanno sprecato cibo. Ma soprattutto si spreca cibo QUI a scuola, in mensa. Le statistiche nazionali dicono che circa un terzo del cibo offerto nelle mense scolastiche viene sprecato, e il lavoro fatto sulla pesatura degli sprechi nelle scuole di Ferrara conferma questi numeri.

Abbiamo fatto una prova andando a contare quanto cibo è stato sprecato il 7 marzo dalla nostra classe. Questi sono i risultati:

- . 8 bambini hanno sprecato il primo (pasta ricotta e pomodoro)
- . 9 bambini hanno sprecato il secondo (parmigiano e emmental)
- . 2 bambini hanno sprecato il pane
- . 9 bambini hanno sprecato il contorno (carote)
- . 3 bambini hanno sprecato la frutta (mandarino)



*A volte il contenuto del piatto rimane quasi intatto*

## **Interviste: il parere dei compagni**

Abbiamo intervistato due dei nostri compagni, per vedere cosa ne pensano.

### **Emma B**

Ciao Emma, ti voglio fare alcune domande sul nostro nuovo argomento.

Ok!

*Mangi poco o tanto a mensa?*

Mangio poco.

*E come mai?*

Non sono abituata a mangiare questo tipo di cibo.

*Cosa vorresti cambiare del menù? Vorrei avere tre piatti diversi tra cui scegliere.*

### **Xu Yi**

Ciao Xu Yi, ti voglio fare alcune domande sul nostro nuovo argomento.

Ok!

*Mangi poco o tanto a mensa?*

Mangio tanto.

*E come mai?*

Perché mi piace tutto.

## **Interviste: il parere di Manuela Antonellini e Mara Bignardi**

Abbiamo fatto alcune domande via mail a Manuela Antonellini, referente della mensa in Comune (Ufficio Refezione) e Mara Bignardi (controllo qualità mense scolastiche Comune di Ferrara).

### **Chi elabora il menù?**

Il menù delle nostre scuole è stato elaborato da un “nutrizionista” che, come dice la parola, è un esperto in scienza della nutrizione. Vi potrà sembrare strano, ma la corretta alimentazione è una vera e propria scienza. La nostra salute è molto legata a quello che mangiamo, sia al tipo di alimenti che scegliamo ma anche alla loro quantità e alla frequenza con la quale li consumiamo. Il compito del nutrizionista è proprio quello di stabilire il menù per garantire la buona salute di voi bambini insieme ai vostri insegnanti. Il menù deciso dal nutrizionista viene valutato ed approvato dal Servizio di Igiene e Nutrizione della ASL di Ferrara, che verifica che tutti i criteri siano stati rispettati.

### **Quali sono i criteri per stabilire il menù?**

Il nutrizionista non sceglie a caso il menù e le grammature (la quantità di alimenti da mettere nei piatti) ma si deve basare prima di tutto su criteri scritti che si chiamano “LARN” (“Livelli di Assunzione di Riferimento di Nutrienti ed energia per la popolazione”). Questi criteri vengono stabiliti dai massimi esperti di alimentazione, che fanno parte della Società Italiana di Nutrizione Umana (SINU). I LARN vengono sempre aggiornati in base a nuove conoscenze degli esperti di nutrizione, che hanno stabilito l'importanza di un'alimentazione con la giusta quantità di fibre anche per i bambini: una certa quantità di pane e pasta integrale è stata inserita nei menù delle scuole proprio per soddisfare questa necessità. Oltre ai LARN, per stabilire il menù, il nutrizionista deve seguire anche le regole stabilite per le mense dalla nostra ASL in base alle indicazioni della Regione Emilia Romagna e Le linee guida nazionali e regionali sulla ristorazione scolastica.

Come vedete, i criteri in base ai quali viene stabilito il menù devono soddisfare moltissimi requisiti, prima di tutto legati alla salute ma anche al rispetto dell'ambiente in cui viviamo. Il motivo per cui i piatti usa e getta sono stati sostituiti dai piatti lavabili è proprio legato al rispetto per l'ambiente in cui viviamo e alla necessità di produrre pochi rifiuti inquinando meno: pensate alla montagna di rifiuti che evitiamo di

produrre utilizzando le stoviglie lavabili al posto di quelle usa e getta. Un altro grande contributo lo diamo da molti anni evitando in mensa le bottiglie di plastica ed utilizzando acqua di rubinetto in caraffa.

### **Perché ultimamente nel menù sono previste più zuppe e meno pasta?**

Le zuppe da sempre vengono proposte nelle scuole primarie con una frequenza di due volte a settimana; i rimanenti tre giorni vengono proposti primi asciutti (pasta o riso).

### **Perché non proponete spaghetti e tagliatelle?**

Gli spaghetti sono previsti nel menù estivo (spaghetti al tonno) e non vengono proposti più spesso perché in generale la pasta lunga (spaghetti, tagliatelle) è anche quella che si scuoce più facilmente se mantenuta in caldo come succede nella mensa scolastica, rischiando di diventare “collosa”. Il vostro pranzo infatti viene interamente preparato e cotto in un’unica grande cucina chiamata “centro pasti”, quindi messo in contenitori, trasportato nelle scuole e mantenuto in caldo fino al momento in cui vi viene servito il piatto.

### **Perché non ci sono mai cappelletti e cappelacci?**

La pasta ripiena fa sicuramente parte della nostra grande tradizione gastronomica. Abbiamo la possibilità di inserire saltuariamente queste preparazioni anche come piatti unici nei cosiddetti “menù speciali”, cioè particolari menù a tema che offriamo in occasioni particolari (es.festività/ricorrenze). Abbiamo già offerto da poco un menù speciale con raviolini ricotta e spinaci. Terremo in considerazione la vostra richiesta per le proposte di menù speciali.

Ci auguriamo di avere risposto alle vostre domande, condividendo con voi e le vostre insegnanti l’importanza di affrontare il tema dello spreco in mensa: il cibo buttato, oltre a rappresentare un rifiuto e quindi una fonte di inquinamento ambientale, è un doloroso spreco di risorse. È cibo che è costato molto produrre (pensate solo a quanto lavoro hanno fatto il contadino, l’allevatore e tutti coloro che hanno immagazzinato, trasportato, conservato e lavorato il cibo che arriva nel nostro piatto) e che, invece di contribuire a nutrirci, viene buttato via.

Per cercare di limitare questo problema impressionante è necessario lavorare insieme e su due fronti: da un lato offrire a voi bambini cibi che, oltre a soddisfare tutti i requisiti che spiegavamo prima, siano anche appetibili e buoni da mangiare. D’altra parte anche voi bambini potete dare un grosso contributo a sprecare meno in mensa, in un modo molto semplice: preferendo, per la merenda di metà mattina, un piccolo spuntino, magari a base di frutta, alle merende troppo sostanziose (es. panini, pizze, patatine, ecc.) che vi fanno arrivare al momento del pranzo senza il giusto appetito. Vi potrà sembrare una piccola cosa ma è davvero fondamentale per riuscire a sprecare di meno, oltre a guadagnare in salute.

Un caro saluto, augurandovi buon lavoro

Manuela Antonellini (Ufficio Refezione)

Mara Bignardi (controllo qualità mense scolastiche Comune di Ferrara)

Gruppo di lavoro “Alternativa alla Religione cattolica” coordinato da Valeria Balboni:

Emma Gabriela Bobica

Francesco Fantini

Sadev Jayabahu Mudiyansele

Xu Yi Qiu

Viola Zambrini

Ferrara, 8 marzo 2022