

# Proposte operative per la ristorazione scolastica della Regione Piemonte 2024

Lo Bartolo Debora

Dietista ASL TO 3

Webinar

Martedì 26 novembre 2024

# Premessa

Particolare importanza assume il momento della ristorazione scolastica che ha un duplice obiettivo:

**nutrizionale** ed **educativo**.

I bambini in età prescolare e scolare rappresentano il **target ideale** per interventi di promozione sulla corretta alimentazione, dal momento che sono nella fase di approccio al cibo e di formazione del proprio stile alimentare.



**Il servizio di ristorazione scolastica può contribuire a favorire un corretto stile di vita.**



# COMMISSIONE REGIONALE NUTRIZIONE

## *Coordinamento Commissione:*

Lucia BIOLETTI - Dietista ASL TO3

Marcello CAPUTO - Direttore SIAN ASL CN1

Cloe DALLA COSTA - Direttore SC Nutrizione Clinica e Disturbi del Comportamento Alimentare ASL CN2

Andrea PEZZANA - Direttore Struttura Complessa Nutrizione clinica Azienda Sanitaria Locale "Città di Torino"

Angela COSTA - Direzione Sanità - Settore Prevenzione, Sanità Pubblica, Veterinaria e Sicurezza Alimentare

## *Coordinamento gruppo di lavoro:*

- Patrizia GROSSI (Dirigente medico SIAN ASL NO)

- Marina SPANU (Dietista SIAN ASL CITTA' DI TORINO)

- Silvia CAMARDA (Dirigente biologo SIAN ASL CN1)

- Cristian VALLE (Dirigente biologo SIAN ASL AT)

- Sabrina GUIDI (Dirigente medico Dietetica Nutrizione Clinica ASL TO4 - Sede H Ivrea)

## *Gruppo di lavoro:*

Daniela AGAGLIATI (Dietista SIAN ASL CITTA' DI TORINO)

Dario ALESCIO (dietista SIAN ASL TO5)

Renza BERRUTI (Dirigente medico ASL AT)

Elena CERRATO (Coordinatore tecnici della prevenzione ASL AT)

Carmela DI MARI (Dirigente medico SIAN ASL TO5)

Katia FASOLO (Dietista SIAN ASL VCO)

Monica Emanuela GIORIA (Assistente sanitario ASL NO sede operativa di Arona)

Debora LO BARTOLO (Dietista SIAN ASL TO3)

Giovanna MAGISTRO (Assistente sanitario ASL NO sede operativa di Arona)

Monica Cettina MINUTOLO (Dietista SIAN ASL TO5)

Gianna MOGGIO (Dirigente Medico SIAN ASL BI)

Erika PISTONE (Medico Dietologo S.C. Diabetologia territoriale ASLCN1)

Sara RICEDA (Dietista SIAN ASL TO4)

Maria Elena SACCHI (Dietista SIAN ASLCN1)

Manuela SCIANCALEPORE (Dietista SIAN ASL TO4)

Barbara SPADACINI (Dietista SIAN ASL VCO)

Alessandro TESTA (Dirigente veterinario SVET B ASL TO5)

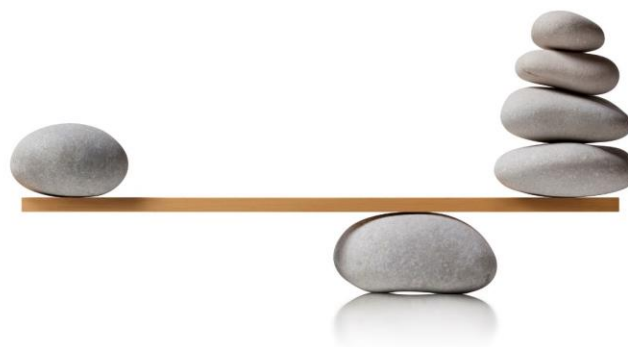
Chiara TORELLI (Dietista SIAN ASL BI)

Monica VINCI (Tecnico della Prevenzione SIAN ASL TO5)



Assessorato alla Tutela  
della salute e Sanità  
Direzione Sanità Pubblica

## Proposte operative per la ristorazione scolastica



## PROPOSTE OPERATIVE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA DELLA REGIONE PIEMONTE

## INDICE

Presentazione

Introduzione

### 1. Suggerimenti per le ASL e i SIAN

- 1.1. Le aziende sanitarie locali e la normativa attuale
- 1.2. Criteri di formulazione e/o valutazione dei menu e delle tabelle dietetiche
- 1.3. Esempi di rotazione settimanale dei piatti
- 1.4. Colazione e fuori pasto
  - Allegati
  - Merendometro
  - Dialogo snack per piccoli e ragazzi
- 1.5. L'alimentazione nel primo anno di vita

### 2. Suggerimenti per i Comuni, i responsabili delle mense e i genitori

- 2.1. Come valutare e gestire il rifiuto di cibi difficili e le richieste dei genitori
- 2.2. I consigli del Cuoco
- 2.3. La formazione degli addetti alla cucina e alla distribuzione
- 2.4. I bis
- 2.5. Informazioni generali per i genitori
- 2.6. I compiti della Commissione Mensa
- 2.7. Linee di indirizzo sulle modalità di presentazione della richiesta di parere sui menu scolastici

Bibliografia

## Sommario

<b>1</b>	<b>Introduzione</b>	.....
<b>2</b>	<b>Gli Attori della ristorazione scolastica</b>	.....
2.1	Ruolo dei soggetti titolari del servizio (comuni, privati, comunità collinari/montane, ecc.)	.....
2.2	Gestori del servizio di ristorazione	.....
2.3	Azienda Sanitaria Locale e Servizio di Igiene Alimenti e Nutrizione	.....
2.4	Scuole	.....
2.5	Commissioni mensa	.....
<b>3</b>	<b>La qualità nutrizionale</b>	.....
3.1	Indicazioni e criteri di formulazione e/o valutazione dei menù e delle tabelle dietetiche	.....
3.2	Fabbisogni nutrizionali e LARN	.....
3.3	Indicazioni per i nidi d'infanzia	.....
3.4	Indicazioni per le scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di I grado	.....
3.5	Griglia guidata per l'elaborazione dei menù scolastici	.....
3.6	Strategie per favorire comportamenti salutari in mensa	.....
3.7	Il piatto unico	.....
3.8	Consigli per lo spuntino di metà mattina	.....
3.9	Le grammature differenziate	.....
<b>4</b>	<b>La sicurezza alimentare e nutrizionale</b>	.....
4.1	Situazioni particolari (festività, menù a tema, feste di compleanno, gita, ecc.)	.....
4.2	La sicurezza per la gestione delle diete speciali	.....
<b>5</b>	<b>Diete di base, speciali e diete etico-religiose</b>	.....
5.1	Modalità di richiesta di valutazione/formulazione del menù vitto comune al SIAN dell'ASL Competente per territorio	.....
5.2	Modalità di gestione delle diete speciali da parte del SIAN dell'ASL Competente per territorio	.....
5.3	Dieta leggera/in bianco	.....
5.4	Diete per motivi etico-religiosi e culturali	.....
5.5	Diete vegetariane e vegane	.....
<b>6</b>	<b>Sostenibilità ambientale, avanzi e sprechi</b>	.....
6.1	Normativa di riferimento	.....
6.2	Esperienze nazionali e sperimentazioni	.....

Proposte Operative per la Ristorazione Scolastica Della Regione Piemonte

<b>Bibliografia</b>	.....	
<b>Allegati</b>	.....	
Allegato n. 01	Indicazioni per la stesura del capitolato	.....
Allegato n. 02	Modulo richiesta valutazione/elaborazione menù per la ristorazione scolastica	.....
Allegato n. 03	Calendario stagionalità ortofrutta	.....
Allegato n. 04	Procedure codificate per la standardizzazione delle porzioni	.....
Allegato n. 05	Conversioni crudo-cotto	.....
Allegato n. 06	Certificati per diete speciali	.....
Allegato n. 07	Schede per la formulazione di menù sostitutivi (es. allergie alle proteine del latte, allergia all'uovo, al pomodoro, ecc.)	.....
Allegato n. 08	Griglia di valutazione/autovalutazione qualità dei menù	.....
Allegato n. 09	Procedura gestione latte materno a scuola	.....
Allegato n. 10	Check list nutrizionale	.....
Allegato n. 11	Sicurezza alimentare e piano di autocontrollo	.....
Allegato n. 12	Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo	.....

2007

2024

# Le principali novità

## **3. La qualità nutrizionale**

- 3.1 Indicazioni e criteri di formulazione e/o valutazione dei menù e delle tabelle dietetiche
- 3.2 Fabbisogni nutrizionali e LARN
- 3.3 Indicazioni per i nidi d'infanzia
- 3.4 Indicazioni per le scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado
- 3.5 Griglia guidata per l'elaborazione dei menù scolastici
- 3.6 Strategie per favorire comportamenti salutari in mensa
- 3.7 Piatto unico
- 3.8 Consigli per lo spuntino di metà mattina
- 3.9 Le grammature differenziate

## **4. La sicurezza alimentare e nutrizionale**

- 4.1 Situazioni particolari (festività, menù a tema, feste di compleanno, gita, ecc.)
- 4.2 la sicurezza per la gestione delle diete speciali

## **5. Diete di base, speciali e diete etico-religiose.**

- 5.1 Modalità richiesta di valutazione menù vitto comune al SIAN
- 5.2 Modalità di gestione delle diete speciali da parte dei SIAN
- 5.3 Dieta leggera/in bianco
- 5.4 Diete per motivo etico religiosi e culturali
- 5.5 Diete vegetariane e vegane

## **6. Sostenibilità ambientale, avanzi e sprechi**

- 6.1 Normativa di riferimento
- 6.2 Esperienze nazionali e sperimentazioni

# Allegati

1. Indicazioni per la stesura del capitolato
2. Modulo richiesta valutazione/formulazione menù per la ristorazione scolastica
3. Calendario stagionalità ortofrutta
4. Procedure codificate per la standardizzazione delle porzioni
5. Conversioni crudo-cotto
6. Certificati per diete speciali
7. Schede per la formulazione di menù sostitutivi (es. allergie alle proteine del latte, allergia all'uovo, al pomodoro ecc...)
8. Griglia di valutazione/autovalutazione qualità del menù
9. Procedura gestione latte materno al nido
10. Check list nutrizionale
11. Sicurezza alimentare e piano di autocontrollo
12. Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo



# Di cosa parleremo

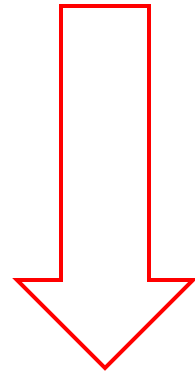
## Sprego alimentare in mensa

- importanza di monitorare gli avanzi;
- griglia guidata;
- rotazione dei piatti;
- grammature;
- standardizzazione delle porzioni;
- strategie per favorire comportamenti salutari in mensa.



# Spreco alimentare in mensa

Pietanze intatte dal piatto alla spazzatura



**SOSTENIBILITA'**

Effetti negativi economici, ambientali,  
sociali, sulla salute.

# Spredo alimentare in mensa

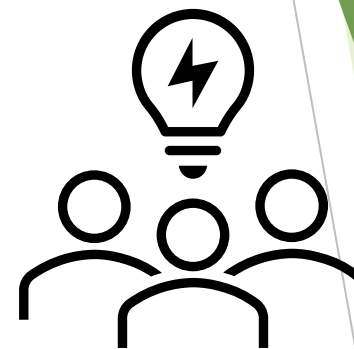
%	PREPARATO	AVANZI NEI PIATTI	INTATTO	NON CONSUMATO	RECUPERATO	SPRECATO TOTALE
PORTATE PRINCIPALI	100	20,8	4,1	24,9	0,3	24,6
PANE E FRUTTA	100	7,5	34,1	41,6	26,4	15,2

Non consumato =  
Avanzi nei piatti + Intatto

Sprecato totale =  
Non consumato – Recuperato

# Le ragioni legate agli avanzi

1. **problema di gusto e/o presentazione dei piatti;**
2. quantità preparate e servite durante la distribuzione eccessive;
3. refettori non sempre adeguati alla destinazione d'uso;
4. tipo di gestione;
5. inappetenza a causa di spuntini di metà mattina troppo abbondanti;
6. educazione alimentare insufficiente e poca consapevolezza dell'entità del cibo che viene sprecato.



# 1. Gusto e/o presentazione dei piatti

Sistema di valutazione del gradimento dei piatti



monitorare gli avanzi — ➔ azioni correttive:

- ✓ riformulare le ricette,
- ✓ cambiare la presentazione del piatto (es. colori),
- ✓ la tipologia di cottura,
- ✓ la temperatura,
- ✓ la consistenza,
- ✓ il gusto .

***Qualità di un piatto***

# 3.5 Griglia guidata



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
1°	<i>Primo piatto</i>	Asciutto	In brodo	Asciutto	Asciutto	In brodo con legumi
	<i>Secondo piatto</i>	Legumi	Carne	Formaggio	Pesce	Uova
	<i>Contorno</i>	Verdura fresca di stagione	Patate	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione
	<i>Pane</i>	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	<i>Fine pasto</i>	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
2°	<i>Primo piatto</i>	In brodo	Asciutto	In brodo con legumi	Asciutto	Asciutto
	<i>Secondo piatto</i>	Carne	Pesce	Uova	Formaggio	Legumi
	<i>Contorno</i>	Patate	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione
	<i>Pane</i>	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	<i>Fine pasto</i>	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
3°	<i>Primo piatto</i>	Asciutto	In brodo con legumi	Asciutto	In brodo	Asciutto
	<i>Secondo piatto</i>	Formaggio	Uova	Carne	Pesce	Legumi
	<i>Contorno</i>	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Patate	Verdura fresca di stagione
	<i>Pane</i>	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	<i>Fine pasto</i>	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione
4°	<i>Primo piatto</i>	In brodo con legumi	Asciutto	Asciutto	In brodo	Asciutto
	<i>Secondo piatto</i>	Uova	Formaggio	Legumi	Carne	Pesce
	<i>Contorno</i>	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Verdura fresca di stagione	Patate	Verdura fresca di stagione
	<i>Pane</i>	Comune	Comune	Comune	Comune	Comune
	<i>Fine pasto</i>	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

# Nella pratica...

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Primo piatto asciutto	Primo piatto in brodo	Primo piatto asciutto	Primo piatto asciutto	Primo piatto in brodo con legumi
Legumi	Carne	Formaggio	Pesce	Uova
Verdura di stagione	Contorno di patate	Verdura di stagione	Verdura di stagione	Verdura di stagione
Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione	Frutta fresca di stagione

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta con broccoli	Crema di porri con farro	Pasta al pomodoro	Risotto con la zucca	Minestrone d'orzo e lenticchie
Crocchette di legumi	Bocconcini di tacchino	Bocconcini di mozzarella	Nasello all'olio	Sformato di verdure al forno
Carote prezzemolate	Patate al forno	Erbette brasate	Broccoli all'olio	Spinaci all'olio
Pera	Mela	Mandarini	Prugne	Kiwi

# La possibilità di variare sulla base del gradimento e degli avanzi

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta con <b>broccoli</b>	Crema di porri con farro	Pasta al pomodoro	Risotto con la zucca	Minestrone d'orzo e lenticchie
<b>Crocchette di legumi</b>	Bocconcini di tacchino	Bocconcini di mozzarella	<b>Nasello all'olio</b>	Sformato di verdure al forno
Carote prezzemolate	Patate al forno	Erbette brasate	<b>Broccoli all'olio</b>	<b>Cavolfiori all'olio</b>
Pera	Mela	Mandarini	Prugne	Kiwi

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Pasta con <b>crema di broccoli</b>	Crema di porri con farro	Pasta al pomodoro	Risotto con la zucca	Minestrone d'orzo e lenticchie
<b>Frittatine di ceci e verdure</b>	Bocconcini di tacchino	<b>Parmigiano</b>	<b>Nasello pomodoro e olive</b>	Sformato di verdure al forno
Carote prezzemolate	Patate al forno	Erbette brasate	<b>Mix di verdure (broccoli, carote)</b>	<b>Cavolfiori gratinati</b>
Pera	Mela	Mandarini	Prugne	Kiwi



# Allegato 10 - CHECK LIST NUTRIZIONALE

## GRADIMENTO DEI PIATTI E AVANZI

Esiste un sistema di valutazione del gradimento dei piatti?

Sì / No

Specificare la modalità usata

E' prevista una valutazione degli avanzi nei piatti degli utenti?

Sì / No

Se sì, quali piatti avanzano di più?

Specificare la modalità usata

Per le portate meno gradite, sono proposte sostituzioni equivalenti?




# 3.4 Rotazione dei piatti



2007	2024
Frequenze di consumo dei piatti sui 14 pasti della settimana	Frequenze di consumo dei piatti sui 5 pasti della settimana scolastica.

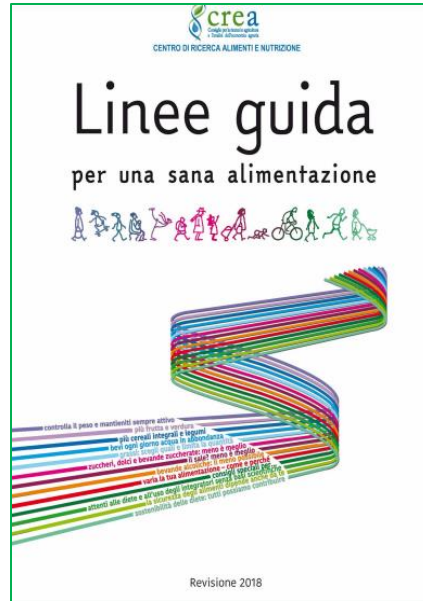
## 3.4 Rotazione dei piatti



Alimenti	Frequenza di consumo sulla settimana scolastica (5 pranzi/settimana scolastica)
 Carne	1 volta (alternando la carne bianca alla carne rossa)
Pesce	1 volta
 Legumi	1 volta (anche all'interno dei primi piatti come piatto unico)
Uova	1 volta come frittata o tortino o sodo ecc. più eventualmente 1 volta a settimana scolastica come ingrediente di piatti composti (es. polpette, impanatura, ecc.)
Formaggio	1 volta
 Salumi	al massimo 1-2 volte al mese in sostituzione della carne

*Tabella 5 - Frequenza consigliata dei secondi piatti*

# In linea con fonti bibliografiche



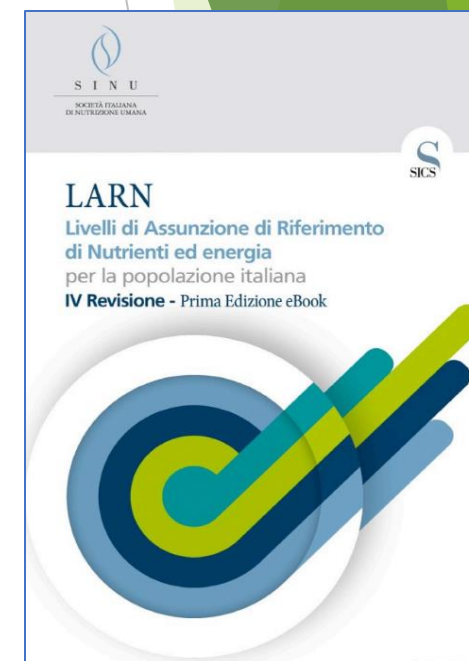
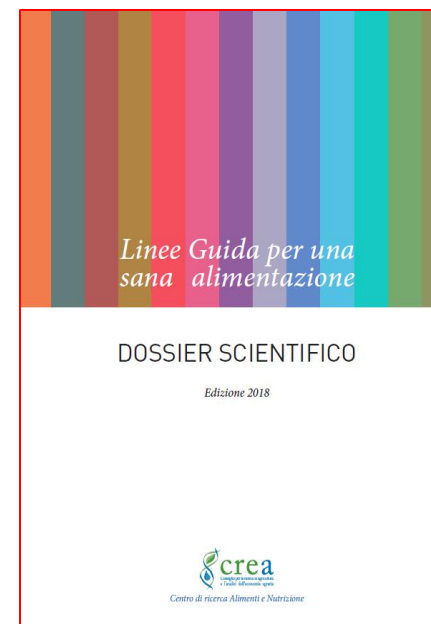
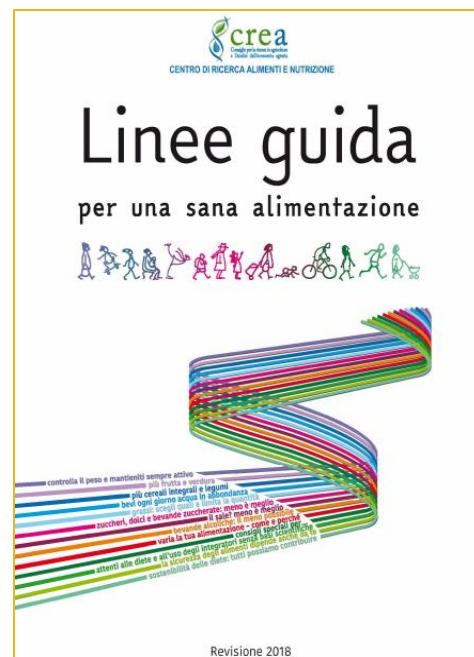
- Limitare il consumo della carne e ancora di più quello delle carni trasformate.

- Propensione maggiore verso le fonti proteiche vegetali, anche alla luce di nuove evidenze sulla mortalità e sostenibilità della produzione degli alimenti.



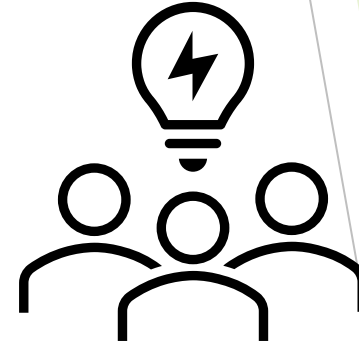
Fonte: Linee guida per una sana alimentazione – Crea – 2018  
LARN V revisione – SINU – 2024

# Dalla letteratura alle indicazioni pratiche



# Le ragioni legate agli avanzi

1. problema di gusto e/o presentazione dei piatti;
2. **quantità servite durante la distribuzione eccessive;**
3. refettori non sempre adeguati alla destinazione d'uso;
4. tipo di gestione;
5. inappetenza a causa di spuntini di metà mattina troppo abbondanti;
6. educazione alimentare insufficiente e poca consapevolezza dell'entità del cibo che viene sprecato.



# Cause porzioni inadeguate

## *Quantità preparate eccessive*



Grammature a crudo – tabelle dietetiche non conformi /non seguite

## *Quantità distribuite eccessive*



Assenza di procedure standardizzate per la distribuzione

Importanza della **formazione** (personale cucina e addetti alla distribuzione)

# 3.9 Grammature differenziate



ALIMENTI	6-9 mesi gr	9-12 mesi gr	12-36 mesi gr
pasta, riso, mais, orzo, farro nei piatti asciutti	20-25	25-30	35-40
pasta, riso, mais, orzo, farro nei piatti in brodo	10-15	15-20	20-25
carne fresca	20-30	20-30	30-40
omogeneizzato di carne	40	40	no
pesce fresco	30-40	30-40	40-50
omogeneizzato di pesce	40	40	no
formaggio ricotta	30	30	30-35
formaggio tipo mozzarella/caciotta	20	20	25-30
formaggio stagionato	10	10	15-20
uova	mezzo	mezzo	n. 1
legumi secchi	10-15	10-15	15-20
legumi freschi	40-45	40-45	45-60

Tipologie alimenti	INFANZIA 3-6 anni gr	PRIMARIA 6-11 anni gr	SECONDARIA DI 1° 11-14 anni gr
Pastina, riso o altri cereali in brodo vegetale o per minestre o passati	30-35	35-40	40-50
Pasta fresca ripiena in brodo	30-40	40-50	50-70
Pasta secca ripiena in brodo	25-30	30-40	40-55
Condimenti: verdura fresca/gelo per minestre o passati	min. 120	min. 150	min. 200
Condimenti: legumi secchi per minestre o passati	10-15	20-30	30-40
Condimenti: legumi freschi/gelo per minestre o passati	30-45	60-90	90-120

### Primi piatti asciutti

Pasta, riso o altri cereali asciutti (orzo, farro, cous cous...), farina di mais per polenta	50-60	70-80	90-100
Gnocchi di patate	140-160	170-190	200-220
Gnocchi alla romana	90-110	130-150	150-170



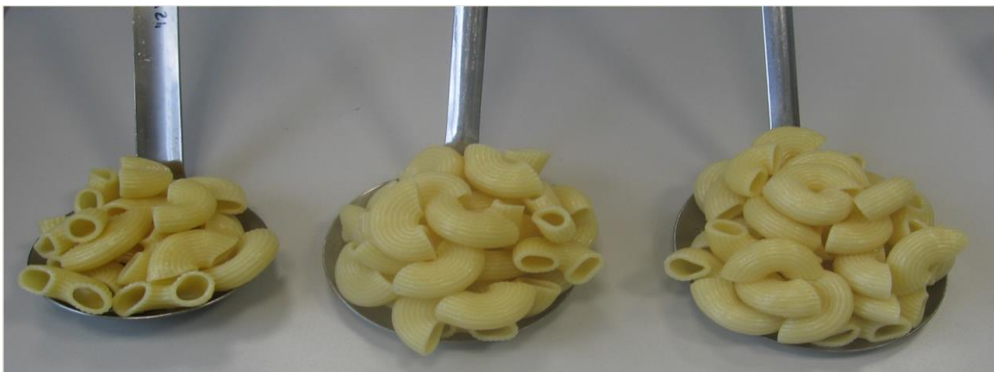
# 3.5 Dalle grammature a crudo alle porzioni a cotto



Piatto campione



Utensili tarati



# Allegato 10 - CHECK LIST NUTRIZIONALE

PROCEDURA PORZIONI
<p><b>Esistono delle procedure codificate per servire porzioni corrispondenti alla grammatura a crudo da capitolato/parere?</b></p> <p><input type="checkbox"/> SI      <input type="checkbox"/> NO      <input type="checkbox"/> Per i primi piatti      <input type="checkbox"/> Per i secondi piatti</p> <p><input type="checkbox"/> Per i contorni</p> <p><b>Se si, quale?</b></p> <p><input type="checkbox"/> a colpo d'occhio da parte degli addetti mensa</p> <p><input type="checkbox"/> uso di utensili con dimensioni diverse a seconda delle fasce d'età (es. pinza, cucchiaio)</p> <p><input type="checkbox"/> piatto campione (<i>pesare una quantità standard prima della cottura e disporla a cotto su di un piatto che sarà utilizzato dagli addetti mensa come modello per porzionare oppure pesare a cotto una quantità corrispondente alla grammatura di capitolato sulla base di tabelle di conversione cotto/crudo e disporla a cotto su di un piatto che sarà utilizzato dagli addetti mensa come modello per porzionare</i>)</p> <p><input type="checkbox"/> fotografia di un piatto campione (<i>fotografia di un piatto campione precedentemente preparato e consegnato agli addetti mensa come modello di corretta porzione</i>)</p> <p><input type="checkbox"/> altro, specificare _____</p>
<p><b>Come è organizzata la distribuzione dei pasti in mensa?</b></p> <p><input type="checkbox"/> viene data a tutti i bambini la stessa quantità di cibo senza la possibilità di fare il bis</p> <p><input type="checkbox"/> viene data a tutti i bambini la stessa quantità di cibo con la possibilità di fare il bis</p> <p><input type="checkbox"/> viene data a tutti i bambini una quantità di cibo minore rispetto alle indicazioni del capitolato per poi dare la possibilità di fare il bis a chi lo desidera</p> <p><input type="checkbox"/> viene data ai bambini più grandi e/o ai più affamati una quantità maggiore di cibo</p> <p><input type="checkbox"/> viene chiesta ai bambini la quantità che preferiscono</p> <p><input type="checkbox"/> altro, specificare _____</p>
<p><b>Verifica delle grammature delle portate:</b></p> <p><input type="checkbox"/> primo piatto adeguato (specificare grammatura rilevata a cotto _____ e prevista a crudo _____)</p> <p><input type="checkbox"/> secondo piatto adeguato</p> <p><input type="checkbox"/> contorno adeguato</p> <p><input type="checkbox"/> frutta adeguata</p> <p><input type="checkbox"/> merenda adeguata</p> <p>Note: _____</p>

## 3.6 Strategie per favorire comportamenti salutari in mensa



✓ Sfavorire il bis



✓ Invertire l'ordine delle portate

# Le ragioni legate agli avanzi

1. problema di gusto e/o presentazione dei piatti;
2. quantità servite durante la distribuzione eccessive;
3. **refettori non sempre adeguati alla destinazione d'uso;**
4. tipo di gestione;
5. inappetenza a causa di spuntini di metà mattina troppo abbondanti;
6. educazione alimentare insufficiente e poca consapevolezza dell'entità del cibo che viene sprecato.



### 3.6 Strategie per favorire comportamenti salutari in mensa



- ✓ l'organizzazione degli spazi e degli arredi;
- ✓ l'attenzione all'uso del colore, della luce e del **comfort acustico**



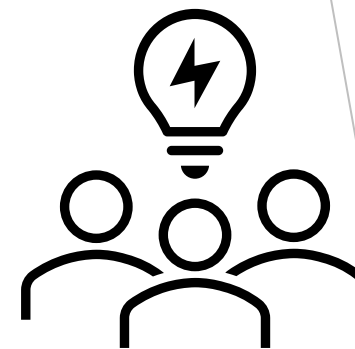
agiscono sul consumo del pasto in mensa



**Migliorare vivibilità dell'ambiente mensa.**

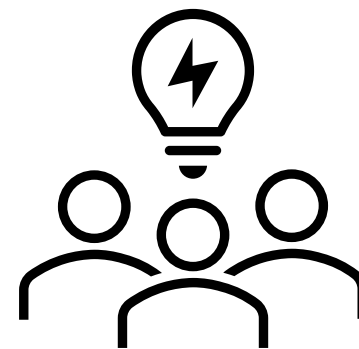
# Le ragioni legate agli avanzi

1. problema di gusto e/o presentazione dei piatti;
2. quantità servite durante la distribuzione eccessive;
3. refettori non sempre adeguati alla destinazione d'uso;
4. **tipo di gestione;**
5. inappetenza a causa di spuntini di metà mattina troppo abbondanti;
6. educazione alimentare insufficiente e poca consapevolezza dell'entità del cibo che viene sprecato.



# Le ragioni legate agli avanzi

1. problema di gusto e/o presentazione dei piatti;
2. quantità servite durante la distribuzione eccessive;
3. refettori non sempre adeguati alla destinazione d'uso;
4. tipo di gestione;
5. **inappetenza a causa di spuntini di metà mattina troppo abbondanti;**
6. educazione alimentare insufficiente e poca consapevolezza dell'entità del cibo che viene sprecato.

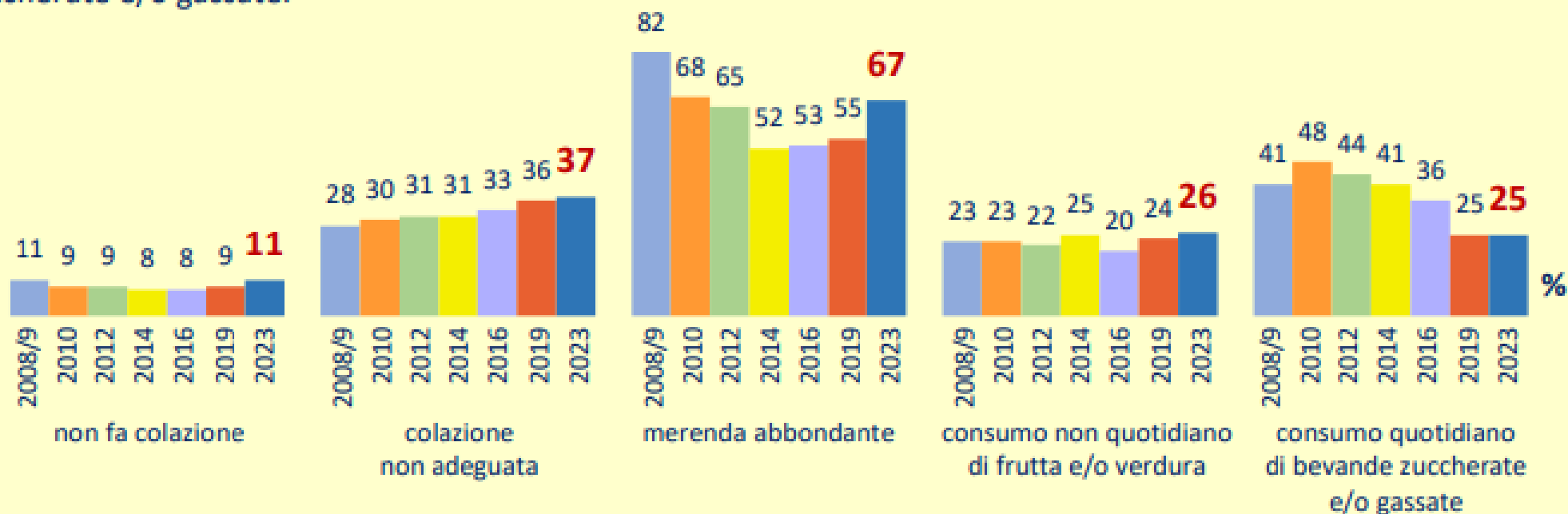


# I risultati Okkio alla salute



## Scorrette abitudini alimentari (confronto 2008/9-2023)

L'abitudine a non consumare la prima colazione o a consumarla in maniera inadeguata, così come la fruizione di una merenda abbondante di metà mattina, mostrano un trend in aumento. Aumenta anche il consumo non quotidiano di frutta e/o verdura dei/delle bambini/e. Stabile, invece, l'assunzione giornaliera di bevande zuccherate e/o gassate.





## 3.8 Consigli per lo spuntino di metà mattina



- ✓ Anticipare il consumo della frutta del fine pasto nello spuntino di metà mattina
- ✓ Proposte equilibrate per lo spuntino del metà pomeriggio

# Spuntino di metà mattina



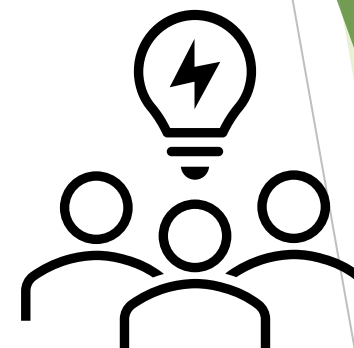
2007	2024
Indicazioni su come orientarsi nella scelta dei prodotti confezionati (biscotti, merendine e snack) nell'attesa di avviare campagne per la promozione del consumo della frutta.	Anticipare la frutta del fine pasto allo spuntino di metà mattina.

## Aspetti positivi

- effetto trainante del gruppo di pari;
- riduzione degli sprechi,
- sgravare le famiglie dal fornire le merende.

# Le ragioni legate agli avanzi

1. problema di gusto e/o presentazione dei piatti;
2. quantità servite durante la distribuzione eccessive;
3. refettori non sempre adeguati alla destinazione d'uso;
4. tipo di gestione;
5. inappetenza a causa di spuntini di metà mattina troppo abbondanti;
6. **educazione alimentare insufficiente e poca consapevolezza dell'entità del cibo che viene sprecato.**



# Incrementare educazione alimentare nelle scuole



progetti di educazione alimentare inseriti nel programma scolastico;



tematiche di educazione ambientale con lo scopo di promuovere e approfondire le conoscenze sul fenomeno dello spreco alimentare.



Grazie per  
l'attenzione

---

Debora Lo Bartolo