

Privilegiati i prodotti di stagione. Le associazioni dei genitori: solo promesse

«Meno merendine, più frutta» Scuola, rivoluzione in mensa

Milano Ristorazione: cibi biologici e educazione alimentare

Guerra alle merendine, bombe caloriche e concentrato di grassi dannosi per l'organismo dei nostri bambini. Non fossero bastati i moniti di nutrizionisti e dati allarmanti del ministro Girolamo Sirchia, anche la Milano Ristorazione che cucina ogni giorno 87 mila pasti per le mense scolastiche si pone l'obiettivo di insegnare la buona educazione alimentare. Il presidente della società, Ivan Dragoni, annuncia un progetto che si sta preparando insieme alle direzioni didattiche: «Vorremo tappezzare le scuole di cartelloni che rendano bene l'idea del valore calorico dei prodotti a fresco e pronto». Un esempio? Una merendina vale come sei banane. «Il problema — insiste Dragoni — è che le famiglie non sono ancora informate e non si rendono conto dei danni che può portare un'alimentazione squilibrata. E poi ci chiediamo perché i nostri bambini sono obesi...».

Oltre ai manifesti, la Milano Ristorazione sta preparando un libretto che verrà distribuito a Natale in 70 mila copie: una «guida al mangiar sano a casa e a scuola», che conterrà una parte teorica (dove saranno spiegati questi concetti) e una pratica in cui si suggeriscono ricette per far conciliare pranzo e cena. Dragoni lancia una sorta di decalogo, valido per i figli e ottimo per i genitori: andare a scuola a piedi e non usare più ascensori; mettere nello zainetto un paio di frutti e mezza bottiglietta di acqua come merenda «sana»; cenare con il televisore spento coinvolgendo i bimbi nelle operazioni di allestimento della tavola e anche

nel cucinare; assicurarsi che ogni giorno si mangino cinque porzioni di frutta e/o verdura; aiutare i bambini a scoprire nuovi sapori, proponendoli più volte, senza camuffarli.

Milano Ristorazione proporrà anche quest'anno prodotti biologici negli asili (al 90 per cento di quanto utilizzato) e nelle materne ed elementari (pasta, passata di pomodoro, yogurt e alcuni formaggi). Da ottobre, in accordo con la Asl, scatterà l'operazione per il recupero degli avanzi (inizialmente, ci si limiterà agli alimenti non cucinati) secondo le modalità previste dalla legge «del Buon Samaritano».

Al bimbi verranno offerti prodotti di stagione e prodotti tipici con la novità della ricetta del mese, scelta fra quelle proposte in un concorso fra gli chef che lavorano nelle mense scolastiche comunali (ad esempio, arriverà in tavola il risotto con le fragole o la lonza con le mele). Come ha garantito il direttore generale Mauro Bianchi, proseguono anche i progetti «Ricette in viaggio», che porta i bambini in cucina, e quello per la realizzazione di murales che abbelliranno i refettori.

Commenta Filippo Maraffi di Panellate: «Sono le solite promesse di ogni settembre. L'anno scorso avevano promesso che avrebbero differenziato i menù di materne ed elementari e non lo hanno ancora fatto. Avevano promesso i piatti in ceramica e il progetto refettorio, che ripromettono oggi. Come al solito, c'è molto fumo: speriamo che, sotto, l'arrostito ci sia e sia buono».

Elisabetta Soglio



TENTAZIONI Bambino sovrappeso e caramelle

I consigli

• IL MOTO

I bimbi oggi si muovono poco e spesso sono sovrappeso: meglio andare a scuola a piedi e non usare gli ascensori

• A TAVOLA

Coinvolgere i bambini quando si apparecchia e quando si cucina. Restare a tavola il più possibile e tenere la tv rigorosamente spenta

• LA FRUTTA

Ogni giorno andrebbero consumate almeno cinque porzioni di frutta e/o verdura, meglio se diverse. Ad esempio, la merenda ideale di metà mattina è proprio la mela o l'arancia a seconda della stagione

• IL GUSTO

Bisogna gradualmente avvicinare i bambini a gusti nuovi, riproponeadoli, invitandoli a riconoscere il sapore assaggiato a scuola nel cibo che poi si mangia a casa. Utili in questo senso i corsi di cucina organizzati in molte scuole