



iren

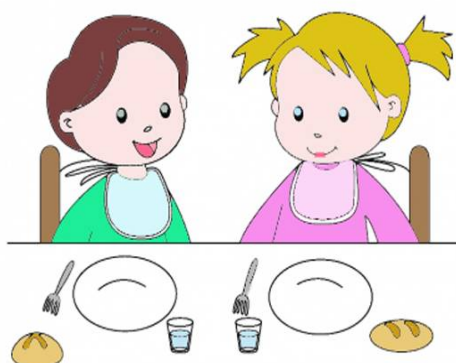
Comitato territoriale di Piacenza

La Mensa che vorrei

Buono, pulito e giusto

Manuale d'Uso

A cura di Luisella Verderi





SOMMARIO

Introduzione	pag. 2
La nascita della mensa scolastica	pag. 5
La mensa scolastica	pag. 7
Aspetti Organizzativo-gestionali	pag. 10
Appalto e capitolato	pag. 12
Personale e formazione	pag. 22
Verifiche e monitoraggi	pag. 24
Aspetti dietetico-nutrizionali	pag. 30
Il Menu	pag. 35
Diete Speciali	pag. 41
Conclusioni	pag. 44
Bibliografia	pag. 50



Introduzione

Parlare di mense scolastiche significa parlare di educazione all'alimentazione, di consumo sostenibile e consapevole, di lotta agli sprechi alimentari. Buone pratiche che dalla scuola si possono trasmettere alle famiglie e viceversa. Il pasto a scuola è proposto a un'utenza sensibile in fase di crescita e di definizione di sé e delle proprie abitudini, anche alimentari. Il posto che occupa ha un valore educativo molto importante che, nei fatti, sembra sottovalutato dalle nostre istituzioni politiche. Esistono linee guida nazionali e molte dichiarazioni di intenti che spesso non si ritrovano nella realizzazione del servizio.

In effetti l'oggetto della ristorazione scolastica non è solo il "cibo", ma il pasto, cioè quel servizio complessivo che non si limita agli alimenti consumati, ma comprende la situazione ambientale, la qualità del servizio e l'attenzione alle esigenze dell'utenza. Infatti solo considerando il pasto nella sua complessità di aspetti nutrizionali, culturali, gastronomici e psicologici potrà essere raggiunto l'obiettivo fondamentale di benessere del fruitore, seguito da altri importanti obiettivi quali la sostenibilità ambientale, sociale ed economica. Il cibo è anche strettamente legato alla relazione, infatti attraverso il nutrimento il bambino crea il legame con la madre. L'istruzione dell'obbligo ed i servizi dell'infanzia hanno progressivamente modificato l'orario scolastico, in primo luogo per finalità pedagogiche, ma certamente anche per far fronte alle necessità di una famiglia in cui i genitori trascorrono gran parte della giornata fuori casa per lavoro: e ciò conferma quanto forti sono i legami fra scuola e società. Oltre all'imprescindibile attenzione nutrizionale ed igienico sanitaria, riteniamo che ci siano altri parametri importanti per determinare l'accettazione del pasto: il legame culturale e affettivo, la cura dell'ambiente fisico nel quale si consuma, l'attenzione per il gradimento e una corretta presentazione della pietanza, per citarne alcuni. Una dieta salutare significa che la quantità e la varietà di alimenti è adeguata a fornire al corpo tutti i nutrienti necessari nelle giuste proporzioni.

Per l'uomo alimentarsi è un bisogno essenziale primario legato alla necessità del nostro corpo di assumere nutrienti. L'uomo, da sempre, ha però voluto accompagnare

al soddisfacimento di un bisogno fisico, il piacere di soddisfare i sensi sviluppando una costante e forte interazione fra processo biologico e vissuto culturale-sociale. Ciò che consumiamo stabilisce la nostra appartenenza ad un ambiente sociale, religioso, etico; per questo l'alimentazione è l'ultima delle usanze che un gruppo umano emigrato abbandona¹

Una scuola promotrice di benessere non solo lancia messaggi educativi per corretti stili di vita, ma è anche in grado di offrire un contesto promotore di salute. La nutrizione è essenziale; il godimento del cibo è però molto importante. L'alimentarsi e il mangiare sono espressioni importanti e potenti dell'identità sociale e culturale di un territorio.

In questa ottica la ristorazione scolastica diventa un modello educativo di riferimento, sia sul piano nutrizionale sia sul piano psico-affettivo ed ambientale in cui il pasto collettivo non risponde solo al bisogno primario di nutrirsi, ma anche al bisogno di convivialità e di comunicazione interpersonale sviluppando con il cibo un rapporto positivo. Il momento del pasto, se vissuto in modo consapevole, può essere un momento molto importante di educazione alimentare che consente di valutare correttamente le esigenze nutritive dell'uomo in base alle proprie necessità e constatare l'ampia varietà, anche qualitativa, degli alimenti.

Il pasto consumato a scuola, per la sua valenza educativa, può costituire lo strumento con cui far conoscere agli alunni gli alimenti e la loro ² funzione e, se inserito in un progetto complessivo che coinvolga anche genitori e insegnanti, può essere un valido strumento per portare i ragazzi a modificare abitudini alimentari errate.

In questo contesto la famiglia è essenziale; i genitori possono avere un ruolo attivo partecipando alle verifiche dei pasti forniti nella comunità scolastica ed il loro coinvolgimento nei progetti di educazione alimentare è fondamentale per mantenere una coerenza tra scuola e famiglia nei messaggi educativi e nelle esperienze proposte.

Queste occasioni contribuiscono ad aumentare la conoscenza e consapevolezza del rapporto fra alimentazione e salute.

1 Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Editore Giunta, Bologna 2009 p.11

2 Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Editore Giunta, Bologna 2009, pp. 9 – 10.



A tal scopo l'associazione Slow Food ³ non poteva trascurare il momento del pranzo nelle mense, soprattutto quando si parla di bambini e della refezione a scuola. Così nel 2008 è nato il progetto “*Pensa che Mensa*”⁴ che cerca di educare e propone dei modelli di ristorazione scolastica di qualità, promuovendo il diritto per tutti ad un cibo buono, che vada incontro ai bisogni e ai desideri di ognuno nel rispetto dell’ambiente e di chi lo produce e il cui valore nutritivo sia considerato tanto quanto quello culturale e conviviale. Il progetto “*Pensa che Mensa*” completa il circolo virtuoso dell’alimentazione sana e sostenibile che viene introdotta ed insegnata da Slow Food con il progetto “*Orto in Condotta*”⁵ nato nel 2004 come strumento principale delle attività di educazione alimentare e ambientale nelle scuole. Insieme agli studenti, gli insegnanti, i genitori, i nonni e i produttori locali sono gli attori del progetto, costituendo **la comunità dell’apprendimento** per la trasmissione alle giovani generazioni dei saperi legati alla cultura del cibo e alla salvaguardia dell’ambiente. I progetti “*Orto in Condotta*” e “*Pensa che Mensa*” prevedono percorsi formativi per gli insegnanti, attività di educazione alimentare e del gusto e di educazione ambientale per gli studenti e seminari per genitori e nonni ortolani.

Nel territorio piacentino il progetto “*Orto in Condotta*” è stato realizzato presso l’Ottavo Circolo Didattico di Piacenza.

I due progetti sono in stretta relazione, infatti l’attività didattica dell’orto scolastico viene connessa e sviluppata grazie all’attività educativa e culturale della mensa.

Il presente documento vuole essere una guida pratica per spiegare in modo sintetico il mondo della ristorazione scolastica e delle conseguenti riflessioni emerse grazie al lavoro di mappatura delle mense scolastiche del territorio piacentino.

3 Slow Food: Associazione internazionale fondata da Carlo Petrini che dal 1986 difende il cibo buono pulito e giusto i diritti legati all’alimentazione e le potenzialità agricole caratteristiche di ogni territorio (www.slowfood.it)

4 (www.slowfood.it/educazione/altri-progetti/pensa-che-mensa/)

5 (www.slowfood.it/educazione/orto-in-condotta/)



La ristorazione scolastica è nata con lo scopo di garantire anche agli scolari più poveri la disponibilità di un pasto caldo. Lo sviluppo socio-economico degli ultimi decenni ha trasformato in modo progressivo il concetto di alimentazione da bisogno primario a valore complesso legato ad aspetti psicologici e socio-culturali. Le prime mense scolastiche sono nate nell'Ottocento in Europa presso collegi e convitti, molti dei quali sono gestiti da religiosi, con lo scopo di garantire un pasto completo ai bambini meno agiati. Nel 1911 la legge Daneo-Credaro istituisce il Patronato scolastico, al quale viene affidato il compito di provvedere alla refezione degli alunni poveri.

[illegible]

Con gli anni del boom economico, i prodotti alimentari di pregio, la carne, il latte, i formaggi diventano accessibili a tutti. Lo stato nutrizionale migliora e le malattie da carenza scompaiono⁶

5



Le mense scolastiche sino al 1970 sono quindi gestite dal Patronato scolastico, ma solo negli anni Ottanta si sviluppa un'idea più ampia di “educazione alimentare” come obiettivo didattico prioritario, affrancando finalmente la refezione scolastica dalle “mense dei poveri”. All’inizio degli anni Settanta, proprio in Emilia si tentano i primi esperimenti di tempo pieno nelle scuole e compaiono le prime mense scolastiche che riproducono, nei menu, le abitudini di una società ancora fortemente legata ai ritmi dell’agricoltura. Le grammature sono elevate, soprattutto quella della pasta: ai bambini viene dato un etto e mezzo di pasta (al crudo).

Ai giorni nostri la ristorazione scolastica è il servizio che viene offerto ai bambini che frequentano scuole dell’infanzia, ai ragazzi delle scuole primarie e delle scuole secondarie di I° grado, agli insegnanti ed operatori che lavorano nella scuola. Tale servizio è caratterizzato da strutture che offrono (o dovrebbero offrire) cibo di qualità, preparato e selezionato con cura. A scuola si può imparare non solo a mangiare in modo sano, ma anche a considerare il pasto in comune una piacevole opportunità di condivisione e crescita collettiva⁷

⁷ R. B. Finocchiaro, B. Sidoti, A. Martini, *Cultura che nutre ...*, op. cit., pp. 246 - 248.

La mensa scolastica

Le figure coinvolte nel servizio di ristorazione scolastica sono:

- le amministrazioni appaltanti e il loro personale incaricato
- i SIAN⁸ che si occupano delle verifiche legate agli aspetti della sicurezza alimentare e alle attività correlate agli aspetti nutrizionali;
- gli addetti al servizio di ristorazione scolastica;
- i fornitori del servizio di ristorazione scolastica;
- le commissioni mensa;
- i fruitori del servizio di ristorazione scolastica;
- il personale docente; i genitori e le famiglie.

Dalla nostra ricerca emerge che la qualità del servizio è percepita e valutata in modo diverso a seconda delle figure considerate.

In sintesi i punti di forza potenziali del servizio di ristorazione scolastica possono essere così riassunti:

- il capitolato inteso come momento di scelta fondamentale e non mirato solo agli aspetti economici;
- la cura dell'ambiente e del tempo dedicato per stimolare la convivialità, le relazioni interpersonali ed il piacere del cibo;
- l'educazione intesa come *educazione civica* che nasce dalla conoscenza delle consuetudini anche alimentari degli altri e che porta al rispetto reciproco;
- verifiche continue del servizio, non in un'ottica ispettiva, ma di analisi delle potenzialità per un miglioramento continuo.

Mentre i punti critici significativi percepiti da parte di bambini, genitori e insegnanti sono legati a gusti e abitudini poco rispettati, scarsa comunicazione e coinvolgimento fra le diverse parti, genitori, insegnanti, amministratori e AUSL, controlli discontinui, tempi e turnazione dei pasti che non tengono debitamente conto dei tempi dei bambini e locali inadeguati non attrezzati a promuovere gli aspetti di convivialità

8 Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Punti di forza potenziali del servizio di ristorazione scolastica⁹:

- **CAPITOLATO** come momento di scelta fondamentale e non mirato solo agli aspetti economici
- **CURA DELL'AMBIENTE E DEL TEMPO DEDICATO** per stimolare la convivialità, le relazioni interpersonali ed il piacere del cibo
- **COMUNICAZIONE/PARTECIPAZIONE** essenziale alle amministrazioni e agli enti gestori per partecipare nelle scelte e creare condivisione
- **EDUCAZIONE** intesa come “EDUCAZIONE CIVICA” che nasce dalla conoscenza delle consuetudini anche alimentari degli altri e che porta al rispetto reciproco
- **CARTA DEI SERVIZI** essenziale alle amministrazioni e agli enti gestori per dichiarare le loro scelte e agli utenti per verificarle
- **VERIFICHE CONTINUE** del servizio, non in un'ottica ispettiva, ma di analisi delle potenzialità per un miglioramento continuo.

Obiettivi della Ristorazione Scolastica

- **FUNZIONE PROTETTIVA E PREVENTIVA** per la SALUTE
- **FINALITA' EDUCATIVE –COMPORTAMENTALI**
- **GARANZIA di:**
 - qualità totale del servizio
 - validità nutrizionale del pasto
 - rispetto della cultura alimentare locale
 - soddisfazione del gusto

Correttezza nutrizionale e piacere del cibo sono compatibili

⁹ Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Editore Giunta, Bologna 2009 pp.21 -25

Punti critici significativi del servizio di ristorazione scolastica percepiti da parte di :

BAMBINI GENITORI INSEGNANTI	▪ GUSTI/ABITUDINI/CONVINZIONI poco rispettati ▪ SCARSA COMUNICAZIONE e COINVOLGIMENTO ▪ COSTI troppo alti per il servizio ricevuto ▪ CONTROLLO inadeguato da parte di amministratori e AUSL ▪ TEMPI e TURNAZIONE PASTI che non tengono debitamente conto dei tempi dei bambini ▪ LOCALI INADEGUATI in particolare le zone pasto, non attrezzate a promuovere gli aspetti di convivialità
AMMINISTRAZIONI	▪ DIFFICOLTA' ORGANIZZATIVE ▪ COSTI complessivi del servizio alti ▪ APPROVVIGIONAMENTO MATERIE PRIME complesso ▪ GESTIONE SCARTI complessa e costosa ▪ LOCALI INADEGUATI per motivi economici e non per scelta ▪ GESTIONE DEI PASTI difficile e spesso subita ▪ COMUNICAZIONE SCARSA FRA LE PARTI ▪ SCARSA ATTENZIONE per le difficoltà affrontate da parte degli altri attori coinvolti
ENTE GESTORE DEL SERVIZIO DI RISTORAZIONE E PERSONALE ADDETTO	▪ RICAVI previsti per il servizio troppo bassi ▪ CAPITOLATI eccessivamente particolareggiati ▪ CONTROLLI troppo rigidi ▪ LOCALI INADEGUATI per poter offrire un miglior servizio ▪ GESTIONE DEI PASTI difficile e spesso subita ▪ COMUNICAZIONE SCARSA FRA LE PARTI ▪ SCARSA ATTENZIONE per le difficoltà incontrate da parte degli altri attori coinvolti
OPERATORI SANITARI	▪ FORMAZIONE PERSONALE carente in particolare per il personale addetto allo sporzionamento ▪ CAPITOLATO, MATERIE PRIME e SCARTI gestiti con scarsa attenzione agli aspetti legati alla sostenibilità ecologica e alla filiera corta ▪ TEMPI e TURNAZIONE PASTI decisi non tenendo debitamente conto dei tempi dei bambini ▪ SCARSA COMUNICAZIONE FRA LE PARTI INTERESSATE ▪ GUSTI/ABITUDINI/CONVINZIONI degli utenti difficili da superare ▪ LOCALI INADEGUATI in particolare le zone pasto, non attrezzate a promuovere gli aspetti di convivialità ▪ COSTI economici decisi più su basi prettamente economiche che da un principio complessivo di qualità del servizio



Aspetti organizzativo-gestionali

Il gruppo di lavoro.

Bisogna prevedere la presenza di un gruppo di lavoro che curi vari aspetti del servizio e che sia per questo composto da persone con competenze diverse (economiche, merceologiche, gastronomiche, gestionali, nutrizionali, igienico-sanitarie, agronomiche, di sostenibilità ambientale, tecnologiche).

L'organizzazione della cucina.

Ripristino delle cucine interne alle scuole: è decisamente preferibile, quando gli spazi e le strutture lo consentono, preparare i pasti in sede, in legume fresco caldo, per mantenere le caratteristiche organolettiche dei piatti e favorire una relazione tra cucina e fruitori, mediata dal personale dedicato. La gestione economica può costituire un elemento di conflittualità per le figure coinvolte nella ristorazione scolastica. Se però siamo convinti che i giovani sono il futuro e che il pasto a scuola rappresenta un momento educativo fondamentale allora, anche se con sforzi e difficoltà, servono scelte anche non economicamente più vantaggiose (come è ritenuto il mantenimento delle cucine interne alle strutture scolastiche) o apparentemente non prioritarie (come gli investimenti per il confort ambientale nelle sale di ristorazione).

Nel caso in cui non sia possibile la presenza interna della cucina, bisogna valutare le realtà di produzione presenti sul territorio, cercando comunque di privilegiare il centro cottura o la cucina più vicini. Questa deve essere in grado di gestire il servizio nella sua complessità e di perseguire gli stessi obiettivi di buona qualità organolettica e di soddisfazione delle esigenze dietetiche che ci si prefigge con la cucina interna.

La scelta deve tenere conto, in un'ottica di gestione di sistema, anche della valutazione degli effetti ambientali del servizio e degli effetti della logistica sulla qualità organolettica del pasto (distanza da percorrere, tipologia dei mezzi di trasporto ecc.).



La gestione dei costi: il servizio di ristorazione e la cucina dovrebbero rappresentare un centro di costo separato ed indipendente, per facilitare la gestione e monitorare i costi ad esso realmente imputabili. Scorporando le differenti voci di costo del servizio (food cost, personale, ammortamento attrezzature e immobili, utenze, ecc.) è possibile valutarne le spese e conoscere quindi il costo del pasto o della cosiddetta giornata alimentare.

La collaborazione tra strutture: è possibile, soprattutto per realtà piccole, sfruttare i vantaggi derivati dall'organizzazione consortile e dipartimentale e dalla gestione in concessione, per favorire localmente la nascita di società di servizi integrati. Inoltre è possibile favorire la collaborazione attraverso gare d'appalto effettuate da più Comuni o scuole con scopi fortemente condivisi e responsabilità giuridiche separate. Lo stesso capitolato può essere infatti redatto da un gruppo che rappresenta enti differenti che convergono su requisiti qualitativi e di sostenibilità dei servizi richiesti.

Appalto e capitolato

Nell'ambito della ristorazione scolastica abbiamo tre tipologie di gestione del servizio:

- gestione diretta, in cui l'Amministrazione gestisce direttamente il servizio con cucina e personale proprio;
- gestione indiretta, in cui l'Amministrazione delega a una ditta esterna il servizio tramite gara d'appalto
- contratto privato: in questo caso l'Amministrazione può delegare anche la fase di distribuzione dei pasti.

Il 66 per cento dei servizi di refezione scolastica in Italia sono appaltati.

Nella nostra provincia sono il 90%

Gestione del servizio¹⁰

Gestione diretta	17 %
Gestione indiretta	66 %
Gestione mista	17 %

Il capitolato d'appalto costituisce il presupposto indispensabile e fondamentale per una corretta e regolare gestione del Servizio, disciplina il rapporto contrattuale relativo all'appalto di servizi nel settore della ristorazione scolastica tra l'Amministrazione appaltante e il Contraente appaltatore aggiudicatario, conformemente all'oggetto indicato nel bando di gara.

Lo scopo del capitolato è quello di ridurre al minimo la discrezionalità nella gestione del servizio, superare il criterio economico aumentando la qualità ed infine vincolare il servizio a tali regole e fornire gli strumenti per una sorveglianza puntuale.

¹⁰ P. Gramigni, Indagine sulle mense scolastiche, Slow Food, Bra 2008

Aspetti qualitativi¹¹

Aspetti qualitativi premianti da prevedersi in sede di capitolato d'appalto

Derrate alimentari con caratteristiche di **alta qualità merceologica e commerciale** e che favoriscono la filiera dei prodotti di produzione biologica, integrata, a indicazione e denominazione di origine, del mercato equo e solidale;

Materie prime “**da filiera corta**” (detta anche km0, o 0 Miles) cioè prodotti a breve distanza e con pochi passaggi commerciali;

Organizzazione logistica, legata alla movimentazione di derrate e di pasti, che opera su un piano del trasporto ottimale sia in termini di tempo, sia di utilizzo di automezzi a basso impatto;

Interventi di **miglioramento strutturali** in cucine e locali di ristorazione, dagli arredi allo stato di benessere acustico e visivo, a dotazioni di nuove attrezzature ad alta efficienza energetica;

Capacità di effettuare **raccolta differenziata** in cucina e nei refettori;

Personale qualificato tramite corsi teorici ed esercitazioni pratiche inerenti l'attività di preparazione e somministrazione;

Collaborazioni in **percorsi didattico-educativi**, ad esempio laboratori del gusto;

Collaborazioni per la **comunicazione con gli utenti**, ad esempio disponibilità a far stampare a proprie spese i menù forniti in varie lingue;

Certificazione UNI EN ISO 9000, ISO 14001, Regolamento EMAS o equivalenti, rilasciata da enti riconosciuti e descrizione sintetica della politica della qualità adottata.

La scelta dei prodotti: scegliere i prodotti che rispecchiano la qualità definita nel capitolato è l'obiettivo da perseguire nell'acquisto delle materie prime per il servizio di ristorazione. Per indirizzare la scelta secondo questa logica bisogna definire con precisione i criteri di scelta e le caratteristiche dei prodotti nel capitolato.

Il capitolato per la fornitura dei prodotti: deve essere chiaro e dettagliato e essere redatto da un gruppo di lavoro costituito da varie figure professionali (provveditori,

¹¹ Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Editore Giunta, Bologna 2009 p .45



tecnologi alimentari, economi, dietisti, dietologi, igienisti, gastronomi, cuochi, direttori sanitari); queste non devono necessariamente far parte del personale della struttura ma possono essere convocate le competenze comunale, provinciali e delle Ausl di riferimento e riunite per l'occasione.

La scelta dei prodotti: scegliere i prodotti che rispecchiano la qualità definita nel capitolato è l'obiettivo da perseguire nell'acquisto delle materie prime per il servizio di ristorazione. Nella logica della qualità e sostenibilità, che le scuole che gestiscono in modo diretto il servizio acquistassero materie prime locali e stagionali da più fornitori o produttori, anziché da una piattaforma. Il vantaggio diretto che ne deriva è di conoscere e rintracciare facilmente la filiera del prodotto, di instaurare un rapporto di fiducia e conoscenza diretta con il produttore, che diventa l'interlocutore di riferimento nel caso insorgano problemi.

Il controllo delle derrate: gli acquisti ed i rapporti con i fornitori vengono gestiti direttamente dal personale coinvolto nella produzione del pasto, che deve essere in grado di selezionare all'ingresso le materie prime.

La trasparenza: devono essere previsti dei meccanismi di garanzia della qualità degli approvvigionamenti delle derrate che tutelino i contraenti garantendo prezzi equi per entrambi. Tutelare i fornitori dalle oscillazioni dei prezzi consente di mantenere il livello qualitativo previsto, ad esempio assicurandosi la fornitura di prodotto locale dai piccoli produttori.

Gara d'appalto e aggiudicazione

La gara d'appalto e l'aggiudicazione viene realizzata avvalendosi della collaborazione di un'apposita Commissione costituita da personale incaricato dall'Amministrazione e da esperti tra i quali non dovrebbero mai mancare dietisti, biologi, gastronomi, etc..

Il servizio viene assegnato secondo criteri sia economici sia qualitativi come previsto dall'art. 23 del D.Lgs n. 157, 17 marzo 1995 Attuazione della direttiva 92/50/CEE in materia di appalti pubblici di servizi Attuazione della direttiva 92/50/CEE in materia di

appalti pubblici di servizi.¹² La normativa prevede che possa essere aggiudicato o con il metodo dell'offerta economicamente più vantaggiosa, o con il metodo del prezzo più basso. In genere, viene dato un punteggio con i seguenti criteri:

- **prezzo: punti 30**

All'offerta col prezzo più basso vengono attribuiti 40 punti, mentre alle restanti offerte vengono attribuiti punteggi proporzionalmente inferiori, secondo la seguente formula:

$$\text{PUNTEGGIO} = 30 \times \frac{\text{valore offerta più bassa}}{\text{valore singola offerta}}$$

- **qualità: punti 70**

Per il calcolo di quest'ultimo valore vengono presi in considerazione diversi parametri a ciascuno dei quali sono dati da 0 a 5 punti, a discrezione della Commissione¹³:

1. Specializzazione nel campo della ristorazione collettiva, da comprovarsi con il certificato del registro Imprese;
2. Autocertificazione relativa al n° dei pasti totali confezionati presso il Centro Cottura nell'anno precedente, suddivisi per le seguenti tipologie: scuole, aziende, ospedali, riportando la percentuale di pasti confezionati per la Ristorazione Scolastica;
3. Autocertificazione riguardante l'elenco dei principali servizi di ristorazione collettiva e scolastica prestati negli ultimi tre anni;
4. Documentazione attestante il possesso di certificazioni ISO 60;
5. Autocertificazione sul numero medio annuo di addetti alla produzione impiegati nel centro di cottura, indicando il rapporto tra il numero degli addetti e il numero dei pasti prodotti/giorno;

¹² Attuazione della direttiva 92/50/CEE in materia di appalti pubblici di servizi.

¹³ AA. VV., *Linee guida in materia di miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica*, S.I.A.N



6. La qualifica del personale e la programmazione di interventi di formazione per le varie funzioni;
7. Utilizzo di prodotti DOP, IGP e BIO specificando i gruppi alimentari, le categorie merceologiche e le preparazioni;
8. Elenco fornitori di materie prime con eventuali attestazioni riguardanti il possesso della certificazione ISO;
9. Descrizione dei cicli di lavorazione ed elenco delle attrezzature utilizzate nella produzione e confezionamento dei pasti nel centro di cottura;
10. Descrizione dei contenitori per le varie pietanze utilizzati per il trasporto dei pasti e l'indicazione delle loro caratteristiche per il mantenimento della temperatura;
11. Descrizione dei mezzi di trasporto dei pasti confezionati indicando il rapporto N° mezzi / N° plessi scolastici da servire;
12. Elaborazione e realizzazione di un progetto per la durata dell'appalto di educazione alimentare nelle scuole interessate dal servizio, inerente l'incremento del consumo di frutta e verdura;
13. Rilevazione del gradimento del servizio;
14. Personale per la distribuzione della ditta indicando il rapporto tra il numero degli addetti e il numero dei pasti distribuiti;
15. Attrezzature per la distribuzione della ditta come ad esempio carrelli termici o self-service.

Ovviamente la gara viene vinta dalla ditta di ristorazione collettiva che raggiunge il punteggio maggiore. In media un appalto dura tre, quattro anni, ma sarebbe meglio prevedere dei tempi di appalto più lunghi che consentano di richiedere all'ente appaltante una maggiore qualità a parità di prezzi perché si assicura alla ditta di ristorazione collettiva la certezza di un servizio lungo. Magari prevedendo clausole specifiche per l'interruzione anzitempo del contratto in caso di insoddisfazione ed abbassamento qualitativo a seguito di segnalazioni di non conformità da parte del personale tecnico o dalle commissioni mensa. Al termine viene indetta una nuova gara.



Qualità nella ristorazione scolastica

La qualità di un servizio di ristorazione scolastica è composta da diversi aspetti.

La sicurezza igienica del cibo è un requisito fondamentale e viene garantita attraverso la corretta applicazione del Reg CE 852/2004 e all'attuazione del sistema HACCP.

Lo si può considerare un pre-requisito senza il quale il servizio non può essere effettuato.

Un altro importantissimo indicatore della qualità è il gradimento delle pietanze da parte degli utenti, sia i bambini/ragazzi sia gli adulti. Questo secondo aspetto è il risultato di una complessa miscela di diversi fattori. Lo possono determinare le qualità sensoriali delle pietanze, il modo in cui le pietanze sono presentate, l'ambiente nel quale il pasto è consumato, l'atmosfera che caratterizza il momento del pranzo, la sensibilità soggettiva e la cultura alimentare di ogni utente.

L'obiettivo di un buon servizio dovrebbe essere quello di dare la maggior soddisfazione possibile.

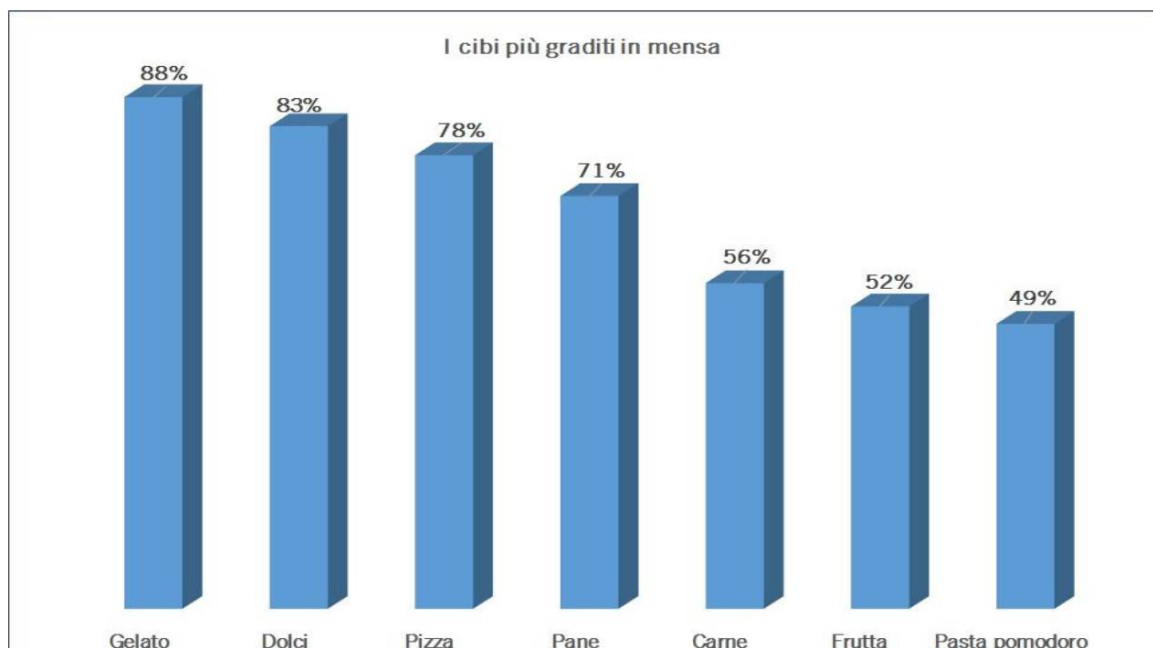
Mediamente la qualità del cibo è considerata buona o sufficiente. Entrando nel dettaglio dei piatti preferiti, i primi sono i più graditi e vedono al top la pasta variamente condita, seguita dagli gnocchi. Sempre positivo, ma con più giudizi di sufficienza, il parere sui secondi: piacciono molto cotolette e polpettoni, mentre non è gradito il pesce, soprattutto se in filetto, che invece non dà problemi una volta trasformato fino ad assumere la forma "neutra" e amata dei bastoncini. Le verdure vedono una netta suddivisione tra chi le consuma tradizionalmente e chi non le ama o addirittura le rifiuta, soprattutto quando si tratta di broccoli, spinaci e insalate. I dolci sono sempre graditi, anche se non tutti i menu scolastici li comprendono. Mentre tra i piatti unici il più apprezzato è costituito dalle lasagne, seguito dalla pizza come dimostra la Tabella seguente:

PIATTI PROMOSSI ...	... E PIATTI BOCCIATI
- lasagne	- pesce in tranci
- pasta al sugo / al ragu'	- verdure cotte
- pizza	- insalate
- gnocchi	- cereali alternativi (farro)
- riso	
- cotoletta	
- polpettone	
- budino / gelato	

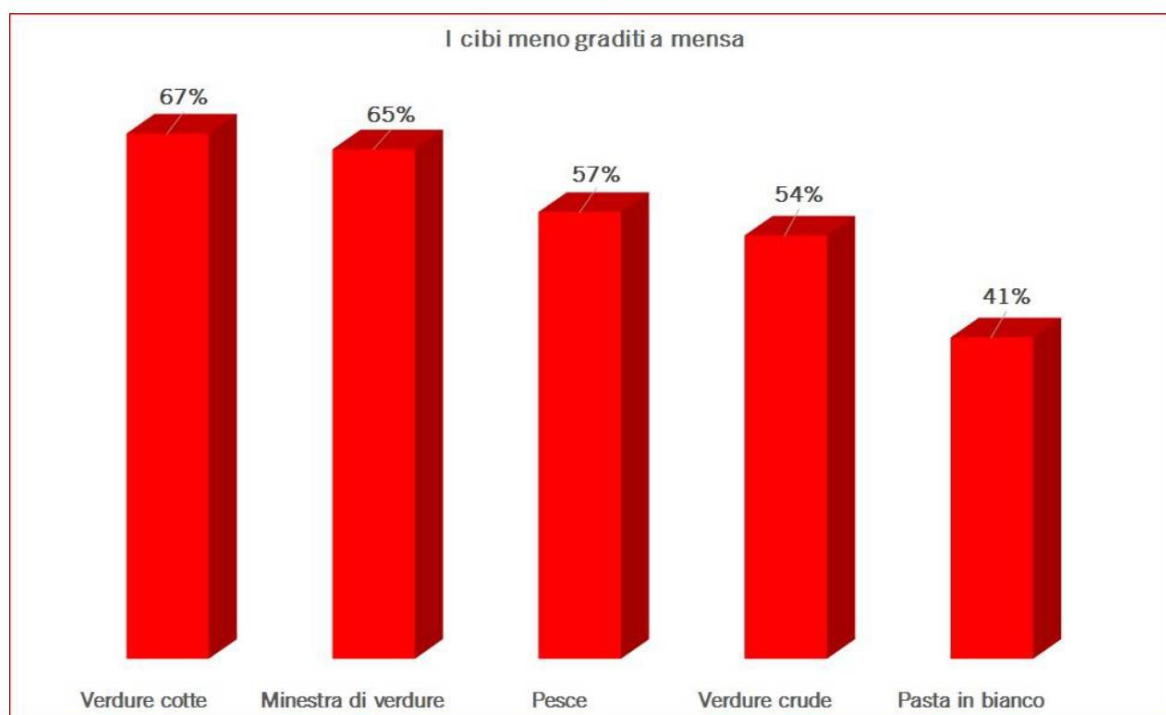
Fonte: N. Rossi, *"Per mio figlio vorrei..."*, Ristorazione Collettiva - Catering, n. 315 maggio/giugno 2011, p. 40

A questo proposito l'educazione alimentare e del gusto all'interno della scuola diventa un fatto discriminante, perché attraverso questi percorsi di studio i bambini/ragazzi imparano a valutare i prodotti con occhi diversi, attraverso lo strumento del **Laboratorio del Gusto®** si insegna a "degustare" un prodotto alimentare, cioè iniziare a conoscerlo utilizzando al meglio i 5 sensi. I sensi allenati e allertati forniscono tutte le informazioni utili e necessarie per conoscere ciò che si mangia e per cominciare a formare un giudizio personale consapevole. Mangiare diventa allora degustare, assaporare, ricordare, conoscere, paragonare, condividere, compiacersi, giudicare, stupirsi, divertirsi, capire e naturalmente nutrirsi.

Attraverso l'approccio interattivo non basato sui concetti *"si deve-non si deve"*; *"fa bene - fa male"* che possono provocare insofferenza nei bambini e nei ragazzi, pur nel pieno rispetto della corretta alimentazione, si fa invece leva sulla riscoperta delle sensazioni gusto-olfattive, sulla curiosità e sulla voglia di sperimentare. Attraverso degustazioni comparate si insegna a riconoscere la qualità dei prodotti e le loro differenze. Si insegna come è prodotto un cibo e, nel caso di produzioni locali, quanto sia legato alla storia ed alla cultura del territorio, inoltre si cerca di creare situazioni in cui si possa apprezzare il piacere della condivisione e della convivialità. Tutto ciò porta i bambini ad essere più ricettivi verso ciò che non conoscono o che non apprezzano come accade spesso con le verdure e la frutta.



Fonte: Cittadinanzattiva, IV Indagine Tariffe e Qualità delle Mense scolastiche, 2019



Fonte: Cittadinanzattiva, IV Indagine Tariffe e Qualità delle Mense scolastiche, 2019

Dunque, un servizio di ristorazione scolastica efficiente dovrebbe dispensare dei pasti equilibrati dal punto di vista delle esigenze nutrizionali come indicato dai LARN¹⁴,

¹⁴ Livelli di Assunzione giornaliera raccomandati di energia e nutrienti (LARN).



appaganti per il palato e quindi talmente graditi dagli utenti da essere consumati completamente, salvo dei pochi avanzi tali da rientrare in quantità considerabili come “fisiologiche”. Ecco che la rilevazione degli avanzi diventa un dato significativo per la valutazione, e per l’autovalutazione, del servizio.

In molti casi, dove il sistema mensa funziona bene, le aziende che si occupano di ristorazione scolastica, cercando di rendere più efficiente e di far crescere la qualità del servizio, hanno pensato di spostare parte delle risorse destinate ai trasporti alla qualità dei prodotti, reperendo le derrate alimentari nei luoghi di produzione più vicini.

Chi ha cercato di intraprendere questa soluzione ha spesso trovato difficoltà, perché i volumi di prodotto necessari per un servizio come quello della ristorazione scolastica sono spesso ingenti e le produzioni locali di qualità spesso non sono in grado di soddisfare tutta la domanda.

Le soluzioni che hanno reso praticabile questo spostamento di risorse e quindi un sostanziale miglioramento della qualità del cibo e della sostenibilità ambientale, non sono state univoche, ma sono tutte riconducibili ad una volontà espressa chiaramente nei capitoli.

Senza entrare in contrasto con la direttiva europea che regola la libera concorrenza e gli appalti, alcune Amministrazioni hanno adottato la strategia di indicare, tra le caratteristiche merceologiche richieste per le forniture dei prodotti, anche la varietà, le possibili zone di produzione e la freschezza, condizionando così il fornitore a scegliere prodotti locali o più “prossimi” possibile.

Altre Amministrazioni, ma in alcuni casi anche le stesse ditte di ristorazione, hanno promosso degli accordi e delle intese con i produttori del territorio attraverso, ad esempio, i Consorzi di produzione, facendo in questo modo un ulteriore passo in avanti. Questi accordi, rendono possibile che la richiesta delle derrate fresche necessarie ai bisogni del servizio sia soddisfatta nelle quantità e qualità desiderate.

Salvo rari casi, anche in relazione alle difficoltà sopra segnalate, gli accordi sono limitati solo ad alcuni prodotti locali, ma è importante che questo metodo sia stato avviato e che abbia prodotto una diminuzione del costo d’acquisto ed un miglioramento della loro qualità.



Per quanto riguarda i prodotti biologici, DOP e IGP , in quantità maggiore o minore, sono previsti in quasi tutti i capitolati.

Nelle nostre scuole sono oggi presenti ragazzi che provengono praticamente da quasi tutti gli Stati del mondo, con 80 lingue e 18 religioni diverse e le tradizioni alimentari derivano da 190 nazionalità. La necessità di una attenzione interculturale anche nella mensa scolastica è quindi imprescindibile anche per la consapevolezza che cibo e alimentazione rappresentano terreni importanti, specie in ambiente scolastico, su cui approfondire e sviluppare politiche di integrazione¹⁵.

¹⁵ Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Editore Giunta, Bologna 2009 pp.31

Personale e formazione

La formazione: formazione e preparazione professionale sono fondamentali perché un servizio sia gestito in modo efficiente e soddisfatti i risultati attesi. È necessario prevedere un monte ore annuale adeguato all'aggiornamento e ai tempi lavorativi del personale. Bisognerebbe favorire l'incontro in aula di professionalità e livelli d'inquadramento diversi, in modo da agevolare la creazione di canali comunicativi e coesivi più forti all'interno del gruppo e l'assunzione di responsabilità per l'intero processo. Si raccomanda una formazione che prediliga modalità didattiche partecipate e proattive perché il confronto e "l'imparar facendo" aiutano l'interiorizzazione e il coinvolgimento. Un'altra valida possibilità è quella dell'affiancamento sul posto di lavoro, ad esempio in cucina, da parte di cuochi esperti magari provenienti da altri ambiti professionali, al fine di sviluppare e tramandare competenze sul campo. L'obiettivo è quindi promuovere la cultura della qualità; tutti gli operatori devono infatti comprendere l'importanza del ruolo cui sono deputati per il buon funzionamento dell'intero sistema produttivo.

Le materie della formazione

La formazione per il personale di cucina deve affrontare ed approfondire tematiche differenti su vari aspetti della preparazione dei pasti tra cui:

- sicurezza igienico-sanitaria e merceologia delle produzioni agroalimentari per poter controllare, ad esempio, la conformità delle stesse rispetto al capitolato,
- tecniche di cottura e lavorazione delle materie prime per potere utilizzare al meglio le attrezzature,
- conoscere le nuove tecniche che valorizzino la materia prima e adattare le ricette nell'ottica della bontà organolettica e della salubrità,
- progettazione e gestione di processo per sviluppare una visione d'insieme del servizio di ristorazione e una maggior responsabilizzazione di ogni stadio del processo,



- conoscenze nutrizionali e di cultura alimentare e gastronomica per una migliore definizione dei menu e delle caratteristiche dei prodotti da acquistare.

La formazione per il personale di dietetica deve:

- essere aggiornato sulle tecniche di cucina e preparazione e i gastronomi sugli aspetti nutrizionali affinché dal dialogo fra le due competenze si ottenga la redazione di menu con preparazioni nutrizionalmente corrette ed equilibrate, rispondenti alle necessità delle diverse utenze ma anche buone e appetitose.

La formazione per il personale di servizio deve:

- essere formato sull'organizzazione del servizio di ristorazione e sugli elementi di nutrizione e di corretta alimentazione con particolare attenzione all'impiego di diete speciali per patologie e regimi speciali.

La selezione del personale: il personale di cucina dovrebbe essere qualificato (diploma alberghiero ed esperienza nel settore della ristorazione è essenziale) e possibilmente stabile nel tempo. La continuità è sinonimo di affidabilità e di esperienza pratica consolidata nel tempo.

Altre competenze professionali: è molto importante che siano disponibili le consulenze di alcune figure professionali: dietologo, dietista, psicologo, gastronomo, tecnologo alimentare per garantire a tutti una miglior fruizione del pasto.

Il personale addetto al porzionamento ed al servizio deve tener presente che le porzioni devono essere diversificate a seconda delle età: non si può dare la stessa porzione ad un bambino di 6 anni ed a uno di 11, questo provoca inevitabilmente una quantità di cibo avanzato e quindi sprecato. Inoltre è importante anche il contatto relazionale tra chi serve e chi riceve il cibo. Saper spiegare che cosa si sta servendo e come viene preparato può fare la differenza tra cibo gradito e sgradito e di conseguenza avanzato.

Verifiche e monitoraggi

La programmazione

Occorre impostare già nella progettazione del servizio e nella stesura del capitolato le modalità di valutazione e monitoraggio, le segnalazioni di non conformità, le risoluzioni di non conformità, indicando le figure di riferimento.

Verifiche esterne: sarebbe auspicabile oltre alle Commissioni Mensa la creazione e la presenza di un comitato di **cittadinanza** che valuti il servizio ristorazione secondo parametri condivisi e definiti a livello provinciale.

Inoltre sarebbe auspicabile prevedere nella programmazione un'attività di controllo del rispetto del capitolato e della qualità dichiarata (merceologica, organolettica, etc) e degli effettivi parametri nutrizionali utilizzati.

Le commissioni mensa

Nelle “**Linee d’indirizzo nazionale della ristorazione scolastica**” si specificano le **responsabilità** delle commissioni mensa e il loro ruolo in qualità di promotore di uno stile alimentare:

- Ruolo di collegamento tra l’utenza, il Comune/scuola e la AUSL, facendosi carico di riportare i suggerimenti ed i reclami che pervengono dall’utenza stessa
- Ruolo di collaborazione nel monitoraggio dell’accettabilità del pasto e delle modalità di erogazione del servizio anche attraverso schede di valutazione, opportunamente predisposte

Quindi in base alla legislazione vigente la commissione mensa si fa carico di 3 aspetti fondamentali che sono definiti nel Regolamento delle commissioni mensa, quando previsto al comune, e che ne disciplina l’operato.



1. Ruolo di collegamento tra utenti del servizio, Comune e gestore del servizio, monitorando e valutandone la qualità e riportando suggerimenti segnalazioni o reclami. Nello specifico la commissione mensa controlla:

- la correttezza delle porzioni;
- l'igiene degli impianti e degli ambienti predisposti alla preparazione dei pasti e la sala refettorio, ma anche del personale (guanti, copricapo, ecc.)
- le scadenze e la corretta conservazione (temperatura, luogo...) dei prodotti stoccati nelle dispense o magazzino della mensa;
- la qualità delle materie prime utilizzate per la preparazione dei pasti.
- il gradimento dei pasti somministrati.
- la corretta somministrazione dei pasti alternativi per i bambini intolleranti o con particolari problemi alimentari (vedi pag 41 "Diete speciali")

2. Ruolo di consiglio per quanto riguarda il menu scolastico, le modalità di erogazione del servizio e il contratto con il gestore.

3. Ruolo di interlocutore nei diversi progetti ed iniziative di educazione alimentare nella scuola, diventando un promotore di uno stile alimentare sano.

Non tutti i Comuni si sono dotati di un Regolamento e soprattutto non tutti i regolamenti sono frutto di un lavoro di confronto e condivisione con le commissioni mensa. E' auspicabile l'evoluzione del ruolo della Commissione mensa anche quale interlocutore/partner nei diversi progetti ed iniziative di educazione alimentare nella scuola. I componenti delle Commissioni Mensa dovrebbero essere responsabilizzati sull'importanza del loro compito ai fini di rendere il servizio migliore e promuovere attività di educazione alimentare fra tutti i genitori afferenti alla scuola. L'operatività e le funzionalità della commissione mensa vanno definite da un regolamento locale, redatto dal Comune, che ne fissi le linee di intervento e definisca i rapporti tra la commissione stessa e gli enti istituzionali nelle diverse singole realtà.



Il lavoro delle Commissioni mensa si deve fondare su questi aspetti fondamentali, quali:

LA FORMAZIONE

Si dovrebbe prevedere un percorso di formazione per i membri della commissione, soprattutto se non hanno già una formazione specifica e soprattutto se non hanno già avuto pregresse esperienze.

L'AUTONOMIA

i membri delle commissioni mensa sono genitori o i tutori degli alunni iscritti al servizio di ristorazione scolastica, (in alcune realtà sono ammessi anche i nonni qualora i genitori non abbiano la disponibilità di tempo necessaria per iscriversi alle commissioni mensa) e docenti che prestano servizio presso le scuole che fruiscono del servizio mensa. Non sono compatibili con il ruolo di commissari mensa coloro che sono dipendenti del Settore che gestisce il coordinamento e controllo del servizio mensa scolastico del Comune, né dipendenti, consulenti o collaboratori che a vario titolo prestano servizi a favore del fornitore/appaltatore del servizio di mensa scolastica.

CONTROLLO E VALUTAZIONE

Le commissioni mensa devono essere messe nelle condizioni di poter operare delle ispezioni presso la mensa scolastica, i centri cucina e tutti gli spazi utilizzati (dispense, magazzini, rigoverno) per le attività necessarie per erogare il servizio.

SEGNALAZIONI E NON CONFORMITÀ

non esiste, purtroppo, a livello nazionale uno standard di scheda ispezioni e tanto meno un modulo uniforme per segnalare *Non conformità*. Ogni realtà ha una propria scheda. Ecco qui di seguito un *esempio di modulistica* che può essere utilizzata da parte delle commissioni mensa per le segnalazioni e reclami, e la relativa *check list* del gradimento dei piatti da utilizzare durante le ispezioni delle commissioni mensa.

Gestione
soddisfazione/suggerimento/reclamo

Il/la sottoscritto/a	In qualità di	Tipo di scuola
_____	☒ Componente Commissione mensa	☐ Nido d'infanzia ☐ Scuola d'infanzia comunale ☐ Scuola d'infanzia statale ☐ Scuola primaria ☐ Scuola secondaria di 1° grado

Nome scuola	Indirizzo	Circoscrizione
_____	_____	_____

1 SODDISFAZIONE

2 SUGGERIMENTO

3 RECLAMO Il reclamo riguarda

3 A Pulizia e igiene ☐ sì ☐ no Data e ora della rilevazione

Riguarda	Descrizione
☐ cucina ☐ refettorio ☐ dispensa ☐ office o lavaggio ☐ servizi igienici	

3 B Corpo estraneo ☐ sì ☐ no Data e ora della rilevazione

Riguarda	Natura corpo estraneo	Descrizione corpo estraneo e piatto	Dimensioni corpo estraneo
☐ primo piatto ☐ secondo piatto ☐ contorno ☐ frutta/dessert ☐ pane ☐ merenda	☐ animale ☐ vegetale ☐ diverso materiale		

Il corpo estraneo deve essere trattato con le modalità indicate nelle linee guida delle commissioni mensa

3 C ☐ Dieta speciale ☐ Pasto alternativo Data e ora della rilevazione

Riguarda	Descrizione	Solo per diete speciali
☐ mancato invio alimento (preobbligo) ☐ mancato invio piatto dieta (obbligo) ☐ caratteristiche piatto ☐ alimento errato ☐ identificazione utente ☐ gradimento		Consumo dieta ☐ sì ☐ no Sostituzione dieta ☐ sì ☐ no

CHECK LIST PER LA VERIFICA DEL GRADIMENTO DEI PIATTI

Commissione mensa	Genitore _____ Insegnante _____ Nome scuola _____	Tipo scuola ☐ Nido d'infanzia ☐ Scuola d'infanzia comunale ☐ Scuola infanzia statale ☐ Scuola primaria ☐ Scuola secondaria di 1° grado	
	Indirizzo _____	Circoscrizione _____	
Menù del giorno	Data _____	1° piatto _____ 2° piatto _____ Contorno _____ Frutta _____	

Primo piatto

A) Gradimento (1) ☐ Accettato ☐ Rifiutato in parte ☐ Rifiutato ☐ NV _____

Eventuale valutazione sensoriale (2) ☐ Buono ☐ Accettabile ☐ Inadeguato _____

Inadeguatezza Pasta/Riso ☐ Troppo cotto ☐ Poco cotto ☐ Altro _____

Inadeguatezza Sugo ☐ Acido ☐ Poco saporito ☐ Altro _____

B) Porzioni (3) ☐ conformi ☐ non conformi _____

Secondo piatto

A) Gradimento (1) ☐ Accettato ☐ Rifiutato in parte ☐ Rifiutato ☐ NV _____

Eventuale valutazione sensoriale (2) ☐ Buono ☐ Accettabile ☐ Inadeguato _____

Inadeguato perchè: _____

B) Porzioni (3) ☐ conformi ☐ non conformi _____

Contorno

A) Gradimento (1) ☐ Accettato ☐ Rifiutato in parte ☐ Rifiutato ☐ NV _____

Eventuale valutazione sensoriale (2) ☐ Buono ☐ Accettabile ☐ Inadeguato _____

Inadeguato perchè: _____

B) Porzioni (3) ☐ conformi ☐ non conformi _____

Pane ☐ conforme ☐ non conforme **Perchè:** ☐ Secco ☐ Duro ☐ Gommoso ☐ Altro _____

Frutta/dessert ☐ conforme ☐ NC ☐ NV **Perchè:** ☐ Acerba ☐ Troppo matura ☐ Altro _____

Giudizio complessivo ☐ Soddisfatto ☐ Insoddisfatto ☐ Soddisfatto in parte _____

Il giudizio complessivo deve tenere conto sia del gradimento da parte degli utenti sia della propria valutazione sul pasto

(1) Percentuali di gradimento: Accettato = piatto gradito da più del 50% dei ragazzi Rifiutato in parte = Piatto gradito fra il 30 e il 50% dei ragazzi Rifiutato = gradimento inferiore al 30%	(2) Valutazione sensoriale raccomandata in caso di vivanda rifiutata: Buono= giudizio positivo Accettabile = suscettibile di miglioramento Inadeguato= giudizio negativo
---	--

(3) Porzioni conformi/non conformi = corrispondenti o non al piatto campione o alle tabelle dietetiche

Data _____ **Firma** _____

Indirizzo Email compilatore _____



La Rete delle Commissioni Mensa

Di recente si sono costituite, prima in maniera spontanea, e poi, in alcuni comuni in modo più strutturale e istituzionale, dei coordinamenti di commissari mensa che hanno la possibilità di interfacciarsi con i referenti del servizio scolastico del proprio Comune e formulare e discutere richieste per migliorare il servizio mensa della propria città.

Ad esempio a Bologna esiste il 1 Coordinamento delle Commissioni Mense Scolastiche di Bologna, con tre rappresentanti eletti dei genitori per la Commissione Mensa Cittadina, che ha il compito di armonizzare obiettivi, attività e proposte delle diverse Commissioni Mensa presenti sul territorio cittadino.

Rete nazionale Commissioni Mensa:

<https://www.facebook.com/RETE-Commissioni-MENSA-Nazionale-1706757462907100/>

La qualità percepita

Vanno effettuate periodicamente (almeno una volta l'anno), indagini sulla qualità percepita del servizio di ristorazione con lo scopo di monitorare e riorganizzare il servizio in base alle esigenze rilevate. Nell'analisi dei dati risultanti è importante considerare la percentuale dei rispondenti e valutare l'efficacia della modalità di somministrazione del questionario.

Occorre inoltre fornire agli utenti ed ai genitori la possibilità di indicare suggerimenti utili per rendere migliore il servizio o di segnalarne la non conformità (per esempio attraverso moduli predisposti all'uopo). Per avere un riscontro oggettivo della qualità percepita la ditta di ristorazione o una commissione specifica effettua periodicamente una valutazione degli scarti attraverso il monitoraggio qualitativo (visivo) e quantitativo (pesatura) delle rimanenze dei vassoi e la ricerca delle motivazioni che hanno determinato tali scarti attraverso le interviste.

Aspetti dietetico-nutrizionali

È fondamentale che il menù sia sviluppato da dietisti e personale specializzato e professionalmente qualificato sugli aspetti dietetico-nutrizionali e di conseguenza anche le tabelle dietetiche scolastiche.

Le più recenti indicazioni scientifiche di riferimento per la loro compilazione sono costituite da:

- L.A.R.N. “Livelli di Assunzione Raccomandati di energia e Nutrienti per la popolazione italiana” elaborati dalla SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana),
- “Linee guida per una sana alimentazione italiana“ formulate dall’Istituto Nazionale per la Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione (INRAN)
- Linee guida del Ministero della Salute sulle “Strategie di educazione alimentare e nutrizione”
- Direttive emanate a livello regionale (L.R. 29/2002).

I LARN, calcolati sulla base di studi sperimentali e di bilancio, rappresentano il documento primario di riferimento in quanto riportano in modo dettagliato i fabbisogni non solo energetici e dei principali macronutrienti, ma anche della maggior parte dei micronutrienti suddivisi per fasce di età, sesso, peso e attività fisica praticata. Le raccomandazioni fornite sono appropriate per la ristorazione collettiva perché sono state elaborate tenendo conto delle variazioni fisiologiche esistenti nell’ambito di classi o gruppi di individui e prevedono un “intervallo di sicurezza” in eccesso rispetto al fabbisogno medio in energia e nutrienti, valido per l’intera popolazione italiana o per gruppi di popolazione in buona salute¹⁶

¹⁶ Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Editore Giunta, Bologna 2009 allegato 1 e 2

Progetto Regionale “Sorveglianza Nutrizionale in Infanzia e Adolescenza in Emilia-Romagna”

Campione - Popolazione di riferimento:

2003 - Bambini del 3° anno della scuola materna (nati 1997)
totale regione: 2618 - 50.5% maschi e 49.5% femmine

2005 - Bambini del 3° anno della scuola primaria (nati 1998):
totale regione: 2955 - 51.4 % maschi e 48.6% femmine

2007 - Ragazzi del 3° anno della scuola media inf. (nati 1993)
totale regione: 4377 - 50.3% maschi e 49.7% femmine

2008 - Ragazzi del 3° anno della scuola media superiore (nati 1991):
totale regione: 2510 - 53.3% maschi e 46.4% femmine

Prevalenza di sovrappeso e obesità tra i bambini e adolescenti in Emilia-Romagna Dati regionali

	2003 età 6 anni	2005 età 9 anni	2007 età 13 anni	2008 età 17 anni
Sottopeso	74,6%	70,4%	77,3%	82,6%
Normopeso				
Sovrappeso	16,5%	20,6%	18,5%	13,8%
Obesità	8,9%	9,0%	4,3%	3,6%

Progetto Nazionale OKkio alla Salute – anno 2008

Prevalenza di sovrappeso e obesità tra i bambini di 8 e 9 anni % in Emilia-Romagna,

	2008 età 8 - 9 anni (*)
Sottopeso	71 %
Normopeso	
Sovrappeso	20 %
Obesità	9 %

(*) 1.463 bambini del 3° anno della scuola primaria

Apporti calorici e grammature medie consigliate

ENERGIA (CALORIE)

Fabbisogno energetico giornaliero kcal/giorno nei 5 pasti principali		Kcal/die	Kcal/pranzo
Colazione 15-20%	Nido d'infanzia (1-3 anni)	1.000 - 1.300	400 - 500
Merenda mattino 5%	Scuola dell'infanzia (3-6 anni)	1.400 - 1.600	600 - 700
Pranzo 35-40%	Scuola primaria (6-11 anni)	1.800 - 2.000	800 - 900
Merenda pomeriggio 5-10%	Scuola Secondaria I° (11-14 anni)	2.000 - 2.200	900 - 1.000
Cena 30-35%			

Da notare:

I valori sopra indicati sono da ritenersi valori di riferimento medi per la fascia di età/ordine di scuola. Quanto sopra riveste particolare rilevanza nella scuola primaria in cui, ad esempio, sono presenti bambini di età da 6 anni a 11 anni ed oltre e quindi con fabbisogni energetici anche estremamente diversi fra i vari soggetti. Al momento dello sporzionamento è essenziale quindi che il personale addetto tenga conto delle caratteristiche del singolo utente.

I LARN sono soggetti a periodiche revisioni che tengono conto sia di nuove conoscenze scientifiche sia della necessità di adeguare gli apporti a nuovi stili di vita (esempio, aumento della sedentarietà).

E' importante tenere conto che gli apporti raccomandati dai LARN devono essere soddisfatti mediante l'introduzione di un'ampia varietà di alimenti e considerando la dieta media settimanale, soprattutto per quanto concerne i micronutrienti. Per verificare la corrispondenza delle tabelle dietetiche alle raccomandazioni è necessario che gli alimenti previsti vengano indicati dettagliatamente (compresi tutti gli ingredienti, quali ad esempio i grassi utilizzati per il condimento e lo zucchero usato per dolcificare) con le relative grammature, al crudo e al netto degli scarti.

Apporti raccomandati di energia, nutrienti e fibra riferiti al pranzo nelle diverse fasce scolastiche¹⁷

Apporti raccomandati	Scuola dell'infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria di primo grado
Energia (kcal) relativa al 35% dell'energia giornaliera	440 - 640	520 - 810	700 - 830
Proteine (g) corrispondenti al 10-15% dell'energia del pasto	11 - 24	13 - 30	18 - 31
Rapporto tra proteine animali e vegetali	0,66		
Grassi (g) corrispondenti al 30% dell'energia del pasto	15 - 21	18 - 27	23 - 28
di cui saturi (g)	5 - 7	6 - 9	8 - 9
Carboidrati (g) corrispondenti al 55 - 60% dell'energia del pasto	60 - 95	75 - 120	95 - 125
di cui zuccheri semplici (g)	11 - 24	13 - 30	18 - 31
Ferro (mg)	5	6	9
Calcio (mg)	280	350	420
Fibra (g)	5	6	7,5

¹⁷ Ministero della Salute - Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica, Conferenza Unificata Provvedimento 29 aprile 2010, p. 14

Apporti Nutrizionali

I principi per una dieta equilibrata e normocalorica che emergono dai riferimenti sopra citati raccomandano l'assunzione giornaliera di:

Apporto calorico	pari a quello indicato dai LARN per sesso ed età staturale, suddiviso in 4-5 pasti (colazione 15-20%, spuntino 5%, pranzo 35-40%, merenda 5%, cena 30-35%)
Proteine	circa il 10-12% delle calorie totali, non superare il valore massimo del 15%. Gli apporti proteici decrescono con l'età: - 2g/kg/die dai primi mesi, da ridurre progressivamente a 1,5g/kg/die ai 2 anni di età a 1,5 a 1,3g/kg/die fino ai 12-13 anni di età (crescita pressoché completa) - 1g/kg/die circa nell'adulto. Un apporto corretto deve inoltre prevedere un rapporto 1:1 fra proteine di origine animale e proteine di origine vegetale.
Carboidrati	55 - 60% delle calorie con una quota di zuccheri semplici pari al 10-12%. Nella prima fase di vita (1° anno) il riferimento è la composizione del latte materno; - 50-55% delle calorie totali nel 2° anno; - 55-60% delle calorie totali dopo i 2 anni di cui: - carboidrati complessi (amidi) 50-55% - carboidrati semplici < 10%
Lipidi (grassi)	l'apporto raccomandato varia in base all'età: 50% circa delle calorie totali nel 1° anno di vita; 35-40% delle calorie totali nel 2° anno di vita; 30-35% delle calorie totali dai 2 ai 3 anni di vita; 25-30% delle calorie totali dopo i 3 anni di vita di cui: grassi saturi <10%; acidi grassi monoinsaturi 10-15 % acidi grassi polinsaturi totali 5-10 % (con rapporto $\Omega 6/\Omega 3 = 5/1$) Per quanto riguarda l'apporto di colesterolo giornaliero, il valore soglia è stato stabilito in 100 mg/1000 kcal della razione e in 300 mg/die per l'adulto.
Fibra alimentare	quantità in grammi pari a 0,5 g/die/ Kg di peso corporeo fino ai 3 anni di vita incrementando poi progressivamente fino a 30 g/die circa, quantità raccomandata nei soggetti adulti
Minerali	pari alle indicazioni dei LARN
Vitamine	pari alle indicazioni dei LARN

Il Menu

I menù dovranno essere strutturati cercando di variare il più possibile le offerte alimentari, compatibilmente con le attrezzature e il modello organizzativo scelto (cucina interna, esterna o terminale di cottura/somministrazione).

Ogni menù adottato deve acquisire il parere di conformità dai servizi dell'Azienda USL del territorio di competenza, dei SIAN e/o Pediatrie di Comunità. Per tale parere, vincolante per i nidi, dovrà essere fornita ai Servizi una chiara e dettagliata documentazione comprensiva di: schema di menù e allegate tabelle dietetiche, indicazione degli alimenti utilizzati, esplicitando anche ingredienti e grassi utilizzati per il condimento, zucchero impiegato per dolcificare, relative grammature a crudo e al netto degli scarti, nonché le tecniche di preparazione e cottura adottate.

I menù dovranno risultare flessibili ed aderenti ad obiettivi di qualità totale. La garanzia del conseguimento di tali obiettivi dovrà essere costantemente monitorato con opportuni strumenti di valutazione anche da parte dei CM. che tengano conto non solo del gradimento degli utenti, ma anche di tutti gli aspetti che concorrono a formulare un pasto nutrizionalmente corretto e coerente con le indicazioni del capitolato.

Quindi è importante che il menu sia caratterizzato da preparazioni che rappresentino le consuetudini gastronomiche del territorio, in particolare deve essere appetibile e gustoso rispettando però le indicazioni dei LARN, essere strutturato su più stagioni, per promuovere l'utilizzo di prodotti ortofrutticoli freschi e locali.

Pertanto i menù potranno essere periodicamente soggetti a modifiche al fine di:

1. aumentare la gradevolezza dei piatti;
2. favorire l'uso di frutta e verdura di stagione;
3. affrontare tempestivamente le difficoltà che si possono presentare nella popolazione scolastica ad accettare i piatti proposti;
4. garantire ulteriormente la variabilità degli alimenti;
5. rispondere ad esigenze nutrizionali e dietetiche emerse nel tempo
6. essere coerenti con i programmi di educazione alimentare sviluppati nell'ambito scolastico.

E' utile prevedere un menù invernale ed un menù estivo per rispettare la stagionalità dei prodotti. Per avere una maggiore varietà di piatti è meglio prevedere una rotazione di menù differenti su almeno 4 settimane.

E' meglio evitare di dare ai piatti nomi di fantasia per favorire la comprensione degli ingredienti presenti nelle preparazioni e per educare chi proviene da tradizioni differenti. Normalmente un pasto è costituito da un primo, un secondo, un contorno, il pane e la frutta fresca di stagione. Quest'ultima può essere utilizzata anche come sostitutivo dello spuntino di metà mattina e risultare anche di maggior gradimento in quanto a fine pasto i ragazzi sono già sazi, inoltre è più sana e fornisce meno calorie di snack o simili permettendo di arrivare al pasto di mezzogiorno con maggior appetito. Allo stesso modo, si può migliorare il gradimento della verdura proponendola anche come "antipasto". Una volta alla settimana si può prevedere un "piatto unico", costituito da carboidrati e da proteine animali o vegetali (come i legumi), accompagnandolo con un contorno di verdura cruda e/o cotta e una porzione di frutta per farne un pasto completo.

Frequenze di consumo di alimenti e gruppi di alimenti riferiti al pranzo nell'arco della settimana scolastica¹⁸

Alimento/gruppo di alimenti	Frequenza di consumo
Frutta e vegetali	Una porzione di frutta e una di vegetali tutti i giorni
Cereali (pasta, riso, orzo, mais...)	Una porzione tutti i giorni
Pane	Una porzione tutti i giorni
Legumi (anche come piatto unico se associati a cereali)	1-2 volte a settimana
Patate	0 -1 volta a settimana
Carni	1-2 volte a settimana
Pesce	1-2 volte a settimana
Uova	1 uovo a settimana
Formaggi	1 volta a settimana
Salumi	2 volte al mese
Piatto unico (ad es. pizza, lasagne, ecc.)	1 volta a settimana

¹⁸ Ministero della Salute - Linee di indirizzo nazionale per la ristorazione scolastica, Conferenza Unificata Provvedimento 29 aprile 2010, p. 15



A ordini di scuola diversi dovrebbero poter corrispondere menù diversi, in molti casi vi è però una sola cucina che prepara i pasti e difficilmente sarà in grado di far fronte ad una simile organizzazione: in tal caso, si potrà partire da un unico menù valido per tutti su cui apportare alcune variazioni pensate per renderlo più gradito ed adeguato alle diverse età.

Porzioni e Grammature di riferimento

Al fine di orientare la popolazione verso comportamenti alimentari più salutari, il Ministero della Salute ha affidato ad un gruppo di esperti (D. M. del 01/09/2003) il compito di elaborare un modello di dieta di riferimento coerente con lo stile di vita attuale e con la tradizione alimentare del nostro Paese.

Nascono così una serie di “**piramidi alimentari**” che si sono nel tempo modificate; oggi si è giunti alla piramide settimanale **dello stile di vita italiano** basata sulla definizione di **Quantità Benessere (Q. B.)** sia per il cibo che per l’attività fisica nell’età adulta. La Q. B. indica le quantità di cibo da consumare ogni giorno scegliendo tra i vari gruppi di alimenti (porzione di alimenti in grammi) per non superare le calorie giornaliere consigliate per età e sesso; nonché la quantità di attività fisica giornaliera (almeno 30 minuti di passeggiata = n. 2 Q. B. di attività fisica).

La scelta di Q. B. (porzioni) degli alimenti che compongono la piramide alimentare, senza superare le frequenze massime di consumo raccomandate in una settimana, consente di arrivare ad una alimentazione equilibrata in nutrienti evitando il ricorso a calcoli complicati. **La piramide alimentare italiana** si applica a qualunque età dopo il compimento del 1° anno di vita e si articola in 6 piani in cui sono disposti in modo scalare i vari gruppi di alimenti caratterizzati in base a un diverso contenuto in nutrienti e che richiedono differenti frequenze di consumo.

Per ottenere un’alimentazione completa e variata è poi importante variare il tipo di alimento all’interno di uno stesso gruppo.

Alla base della piramide si trovano gli alimenti di origine vegetale ricchi in nutrienti non energetici (vitamine, sali minerali, acqua) e composti protettivi, quali la fibra, che hanno la capacità di prevenire i danni da radicali liberi, responsabili



dell'invecchiamento cellulare e dell'insorgenze di tumori. Salendo dal basso verso l'alto si trovano gli alimenti a maggiore densità energetica da consumare in minore quantità e con minor frequenza.

Fare attività motoria aiuta il bambino e l'adolescente sia dal punto di vista fisico che psicologico: associare all'attività fisica una sana alimentazione, condurre quindi uno stile di vita sano, apporta benefici a tutto l'organismo.

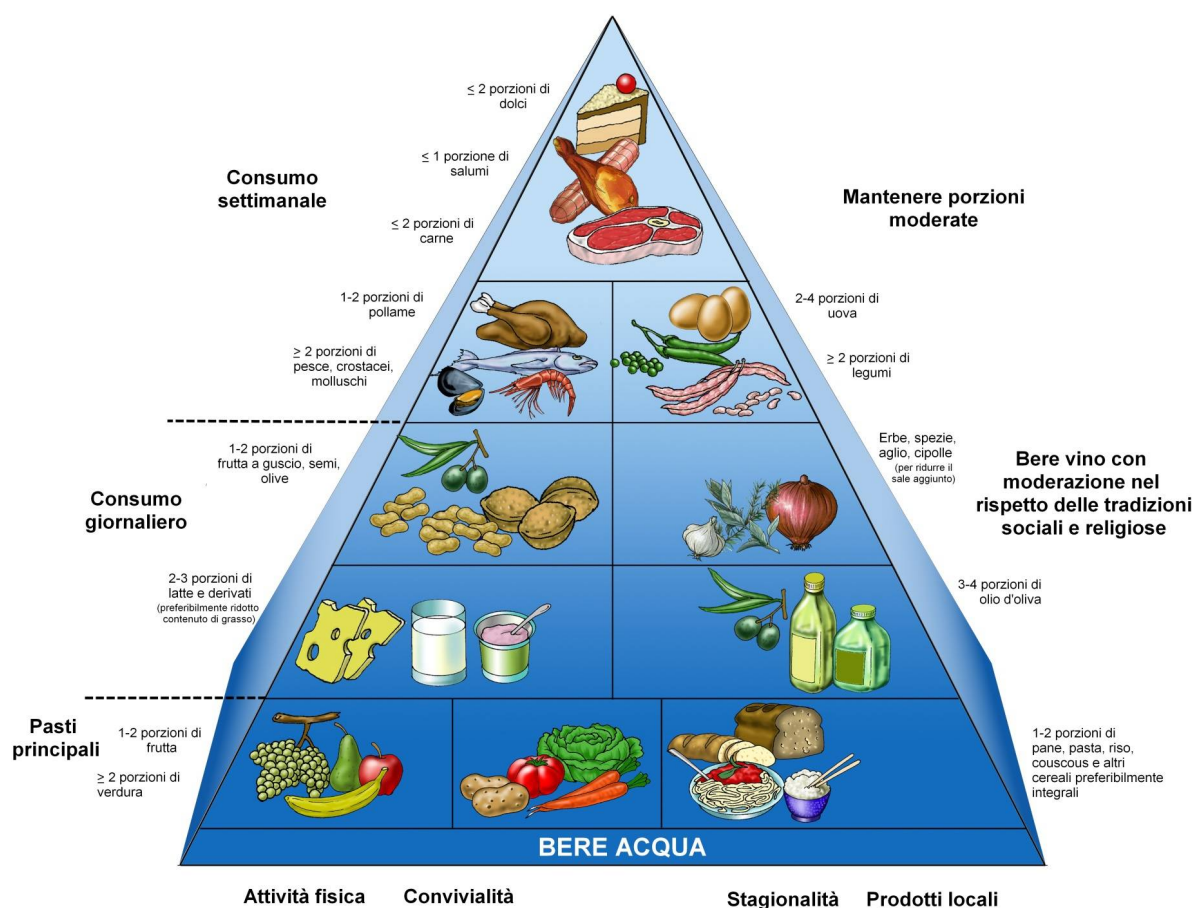
Gli alimenti sono suddivisi per convenzione in 5 gruppi:

- ✓ Cereali e tuberi (tutti i prodotti della panificazione, pasta, riso, orzo, farro, patate.....)
- ✓ Frutta e ortaggi
- ✓ Latte e derivati
- ✓ Carne, pesce, uova, legumi secchi
- ✓ Grassi da condimento

L'obiettivo di un menù è raggiunto se nella dieta:

- ✓ ogni gruppo è ben rappresentato
- ✓ si variano spesso le scelte di alimenti nell'ambito del singolo gruppo
- ✓ le quantità di cibo sono adeguate all'età, al sesso, all'attività fisica del soggetto

LA PIRAMIDE ALIMENTARE - INRAN



Frequenze settimanali raccomandate per i diversi gruppi proteici

	Frequenza Settimanale	Frequenza calcolata su 5 pranzi di Refezione Scolastica
Legumi	3-4	Da 1 volta (minimo da prevedere SEMPRE) a 2 volte
Pesce	3-4	Da 1 volta (minimo da prevedere SEMPRE) a 2 volte (RACCOMANDATO)
Carne	3-4	Da 1 volta (minimo da prevedere SEMPRE) a 2 volte • a rotazione carne bianca e carne rossa; • carni trasformate (prosciutto crudo, cotto, bresaola e lonzino/lombetto) 1 volta a settimana preferibilmente con frequenza quindicinale.
Uova	1-2	Da 0 a 1 volta
Formaggio	1-2	Da 0 a 1 volta Privilegiare quelli freschi e molli e il Grana Padano o Parmigiano Reggiano (per garantire il giusto apporto giornaliero di calcio e riboflavina è raccomandato prevederne quotidianamente l'aggiunta ai primi piatti).

Diete speciali

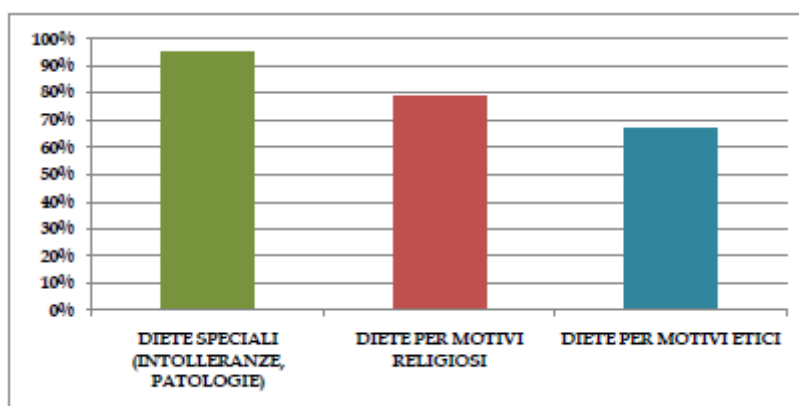
Per i casi in cui sia stata diagnosticata una patologia di tipo metabolico, allergico o intolleranza a determinati alimenti è prevista appunto la preparazione di pasti separati in base alle esigenze.

Le diete speciali stanno aumentando e in un'ottica di ristorazione scolastica di qualità, si stanno sempre più differenziando le risposte fornite dalla ristorazione scolastica.

Il pasto scolastico fornito è normalmente destinato ad una popolazione sostanzialmente sana, per cui eventuali restrizioni di carattere medico, religioso od etico dovranno essere preparate a parte.

La Dieta Speciale è una misura “**dietoterapeutica**” mirata a prevenire o correggere stati patologici individuali, di tipo cronico o temporaneo che deve essere specificatamente adottata in presenza di patologie documentate sul piano clinico con certificazione medica. Offrire un pasto sicuro è una garanzia e una risposta ai bisogni individuali del bambino e dei suoi genitori. Quindi un parametro fondamentale riguarda il controllo delle diete speciali. In particolare il 95 per cento dei servizi di ristorazione scolastica è organizzato per la preparazione di diete speciali, per intolleranze alimentari e patologie permanenti o temporanee

Servizi di ristorazione organizzati per la produzione delle diete¹⁹



¹⁹ P. Gramigni, Indagine sulle mense scolastiche, Slow Food, Bra 2008

Il bambino che deve seguire una dieta speciale ha il diritto di consumare il suo pasto a scuola. Le istituzioni coinvolte hanno il dovere di creare le migliori condizioni ambientali perché ciò avvenga. I menù speciali sono formulati in modo da discostarsi il meno possibile dai menù in uso per evitare che il bambino si senta in qualche modo emarginato. Il bambino avrà così l'opportunità di vivere e crescere serenamente in un contesto accogliente e sensibile, sviluppando la propria personalità senza sentirsi diverso. Il menù di base adottato dal plesso scolastico deve essere la base su cui costruire le diete personalizzate adattando le tecniche di preparazione, le entità delle porzioni, la scelta delle materie prime, rispettando l'alternanza delle frequenze settimanali dei piatti per evitare la monotonia.

La grande eterogeneità della domanda e la particolare attenzione richiesta durante il confezionamento e distribuzione dei pasti, rende necessario che l'operatore disponga di uno spazio appositamente dedicato. Per un'organizzazione corretta è necessario che la dieta speciale venga prevista anche in caso di appalto della ristorazione scolastica, esplicitandolo anche all'interno del capitolato d'appalto.

Una corretta metodologia di lavoro richiede utensili ed attrezzature dedicate (tegami, contenitori termici, forno, piani di cottura...), spazi per appoggiare o appendere gli schemi dietetici, spazi nella dispensa e nei frigoriferi per conservare le specifiche materie prime richieste. La preparazione e distribuzione dei pasti speciali richiede che siano osservati oltre i principi generali dell'HACCP, anche una serie di requisiti specifici che devono dare luogo a precise procedure operative.

Ad esempio nella preparazione e distribuzione dei pasti si consiglia di :

- tenere ben visibili le prescrizioni delle diete e leggerle attentamente,
- controllare i componenti dei prodotti utilizzati per verificare che non contengano traccia dell'alimento proibito,
- evitare la contaminazione crociata (ad es. non utilizzare la stessa acqua di cottura di alimenti con glutine per pasta senza glutine),
- utilizzare attrezzature e posate dedicate,
- conservare le preparazioni in contenitori idonei e distinti, chiaramente identificabili,

- scrivere all'esterno del contenitore il tipo di dieta ed il nome del bambino al quale deve essere distribuita.
- disporre di una copia della dieta per gli addetti al porzionamento,
- controllare alla distribuzione il numero dei contenitori ricevuti rispetto al numero e al tipo di diete richieste,
- evitare di mescolare i contenitori tra loro e non togliere l'indicazione scritta del tipo di dieta contenuta,
- non utilizzare le stesse posate per la distribuzione di tipi diversi di dieta,
- l'operatore che sorveglia il consumo del pasto dovrà identificare in modo univoco il bambino, garantire che i bambini non si scambino gli alimenti e prendere nota se il bambino gradisce quanto gli viene servito,
- nel caso che il bambino regolarmente non consumi alcune preparazioni previste, si potrà, se possibile, sostituire la preparazione non gradita con una alternativa nutrizionalmente equivalente.

Dieta legata a tradizioni culturali o religiose o etiche

Nel caso di dieta ebraica è necessario prevedere ove possibile la sostituzione degli alimenti con analoghi certificati Kashet (K). Per la dieta musulmana è necessario prevedere ove possibile la sostituzione degli alimenti con analoghi certificati Halal (H) oppure con alimenti dalle caratteristiche nutrizionali equivalenti e ben accettati dal bambino e o alla famiglia.

Per queste, come per altre scelte di tipo religioso, si dovrà cercare di garantire tutti i principi di variabilità, gusto, sicurezza e nutrizione previsti per i menù normali.

Dieta vegetariana o simile

Considerando le perplessità presenti in letteratura circa l'opportunità di offrire una dieta vegetariana o ancor peggio vegana in età evolutiva, normalmente i dietisti sconsigliano queste diete e spesso viene richiesta dalla scuola:

- specifica richiesta sottoscritta da entrambi i genitori;
- sottoscrizione di un consenso informato da parte di entrambi i genitori

Conclusioni

In occasione della Giornata mondiale dell'alimentazione, il 16 ottobre 2019, è stato elaborato un decalogo sottoscritto da più soggetti che da anni si occupano di monitorare il servizio di ristorazione scolastica del nostro Paese: Slow Food, Cittadinanzattiva, Foodinsider, Save the Children ed esperti nazionali ed internazionali. Il decalogo definisce i criteri intorno ai quali dovrebbe essere sviluppata la mensa scolastica in una visione innovativa capace di trasformarla in un caposaldo del processo educativo delle nuove generazioni e in un volano per lo sviluppo del nostro Paese. Il decalogo è stato inviato ai Ministri dell'Istruzione, della Sanità, dell'Ambiente e delle Politiche Agricole per sollecitare l'avvio di una riforma partecipata del servizio di ristorazione scolastica.

10 PUNTI PER UNA MENSA SCOLASTICA SOSTENIBILE

1. DIRITTO

La mensa scolastica garantisce il pieno godimento del diritto allo studio e diritto alla salute. Occorre dunque riformare la mensa scolastica da servizio a domanda individuale a servizio pubblico essenziale assicurando, nelle more, un monitoraggio istituzionale per verificare sistematicamente se e come viene garantito su tutto il territorio nazionale l'accesso alla mensa.

2. ACCESSIBILITA'

Investire in una mensa inclusiva per tutti i bambini senza esclusioni significa garantirne l'accesso in termini di offerta di tempo pieno e gratuità senza escludere le famiglie meno abbienti, non residenti o morose nei pagamenti. La mensa deve tornare ad essere un diritto garantito a cui tutte le famiglie vogliono e possono ambire.

3. RISORSE

Investire sulla mensa scolastica per garantire un servizio di qualità che diventi strumento di food policy con il quale sviluppare politiche sociali ed economiche sul territorio capaci di generare sviluppo. I Comuni devono partecipare alla copertura



dei costi del servizio, e non gravare sulle famiglie, superando la logica delle gare d'appalto vinte al massimo ribasso che annullano le garanzie di qualità previste nei capitolati. Chiediamo che lo Stato si faccia primo garante della tutela, della protezione e del soddisfacimento del diritto allo studio e del diritto al cibo dei bambini. Per questo occorre un serio piano di investimento nelle scuole, e la mensa giusta, universale e gratuita deve essere uno dei pilastri.

4. EDUCAZIONE

Il tempo mensa è tempo scuola. Abbiamo dunque bisogno di una mensa e di una scuola che educino i bambini e le loro famiglie ad alimentarsi con cibo sano. Non si può parlare di mensa scolastica senza parlare di educazione alimentare e non si può fare educazione se non con un cibo buono e una dieta equilibrata. Qualità ed educazione rappresentano un binomio inscindibile basato su diritti inalienabili dei bambini riconosciuti dal nostro paese.

5. NUTRIMENTO

Il cibo sano, equilibrato e nutriente garantisce il diritto alla salute. Occorre ripensare i menu scolastici evitando i cibi processati e i pasti trasportati, garantendo monitoraggi non solo della sicurezza del pasto, ma anche le capacità protettiva del cibo offerto ai bambini. Investire nella logica della prevenzione del diritto alla salute significa anche garantire che i protocolli di acquisto del cibo non valutino solo parametri economici ma anche i benefici che un cibo nutriente ha in termini di benessere psico-fisico dei bambini.

6. SOSTENIBILITA' AMBIENTALE E SOCIALE

Garantire una mensa innovativa, sostenibile, che guarda al futuro del pianeta, significa ideare un servizio che tuteli l'impatto di tutta la filiera sull'ambiente e realizzando strategie per ridurlo. Occorre dunque promuovere il consumo di prodotti a basso impatto ambientale (biologico, biodinamico, grani antichi, legumi, fresco, riduzione delle carni rosse), eliminando il packaging, riducendo i trasporti, gli scarti e il consumo di acqua, attingendo a energie da fonti rinnovabili. Lo spreco ci parla di un falso senso di abbondanza in quanto questa abbondanza non c'è, infatti per mantenere

questo ritmo di consumo insensato stiamo prosciugando le risorse del pianeta. Allo stesso tempo, le scelte a monte della mensa devono essere prese in considerazione dei bisogni sociali, diritti e ripercussioni esse generano sugli agricoltori, trasformatori, produttori e lavoratori del settore. La mensa dovrebbe tendere ad essere strumento di equità sociale, di piena affermazione dei diritti di tutti i lavoratori della catena alimentare ed un volano per le economie locali. Inoltre dal mese di aprile 2020 il MIUR ha imposto nei Criteri Ambientali Minimi in cui la quota riservata al biologico non deve essere inferiore al 50%

Secondo il Rapporto Bio Bank 2019 – Il Biologico nelle mense scolastiche:

VARIAZIONI

1996-2018 > 23 ANNI

*Storico – Primo e ultimo censimento Bio Bank.
In 23 anni le mense si sono moltiplicate per 18.*



2014-2018 > 5 ANNI

*Medio periodo – Primo e ultimo censimento
Bio Bank del quinquennio.*



PROVINCE LEADER 2018

PER NUMERO

n. attività

TORINO	76
MILANO	70
VICENZA	61
TRENTO, UDINE	54
TREVISO	51

PER DENSITÀ

n. attività/1 mln abitanti

UDINE	102,0
TRENTO	100,0
PIACENZA	80,2
GORIZIA	78,9
PORDENONE	73,7

REGIONI LEADER 2018



PER NUMERO

n. attività

- 1 Lombardia - 264
- 2 Veneto - 241
- 3 Emilia-R. - 165

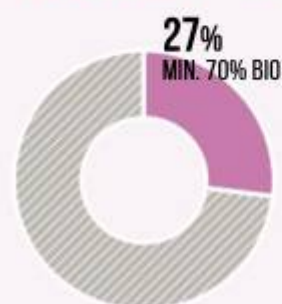


PER DENSITÀ

n. attività/1 mln abitanti

- 1 Friuli-V.G. - 73,2
- 2 Trentino-A.A. - 51,5
- 3 Veneto - 49,1

IDENTIKIT 2018



CON ALMENO IL 70% DI MATERIE PRIME BIO

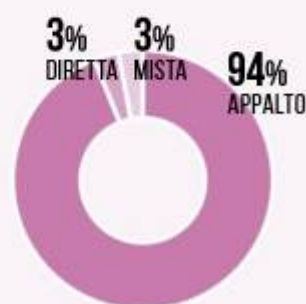
281 su 1.036 che hanno dichiarato
la % di materie prime bio



PASTI GIORNALIERI

Dichiarati da 1.196 mense su 1.405

- 519 mense fino a 300 pasti
- 423 mense da 301 a 1.000 pasti
- 254 mense oltre 1.000 pasti



GESTIONE

Dichiarata da 1.332 mense su 1.405

- 1.256 mense con appalto
- 32 mense con gestione diretta
- 44 mense con gestione mista



7. GUSTO

Abbiamo bisogno di una mensa appetitosa che recuperi il gusto e il piacere del pasto. Questo è possibile evitando l'industrializzazione del pasto e rimettendo al centro le cucine scolastiche e la competenza dei cuochi, così come sollecita il Decalogo contro gli sprechi nella ristorazione collettiva del Ministero della salute e come sancisce il Green Public Procurement dell'Unione Europea,¹ secondo il quale è necessario 'avvicinare il punto/centro cottura e quello di somministrazione per migliorare il gradimento delle stesche da parte del fruitore finale'.

8. FIDUCIA E PARTECIPAZIONE

È necessario che bambini e famiglie siano resi partecipi e credano nella mensa scolastica, in termini di garanzia della qualità del servizio, espressione dei valori di cardine della nostra Costituzione democratica e meccanismo di controllo efficiente e indipendente. La sentenza della Cassazione afferma che i genitori 'possono influire sulle scelte riguardanti le modalità di gestione del servizio mensa'. Eppure questa possibilità di partecipare alla gestione della mensa spesso non è garantita, quando invece potrebbe mitigare le conflittualità e creare un senso di appartenenza e di responsabilizzazione.

9. COMUNITA'

Intorno alla mensa si può e si deve costruire una comunità dove i bambini, le famiglie, la scuola e il territorio dialoghino in una logica di reciproco scambio che crea benessere e sviluppo. Abbiamo bisogno di vedere la mensa in modo integrato con il territorio di cui è espressione della cultura e coltura, da cui può attingere risorse e restituire sviluppo. Si deve costruire la mensa privilegiando la filiera corta, le colture locali a basso impatto ambientale, la riproduzione di saperi, l'economia circolare e la cultura gastronomica del territorio.

10. EDUCAZIONE E FORMAZIONE

È fondamentale investire sulla formazione di tutti gli attori che ruotano intorno alla mensa garantendo che il servizio mensa sia pienamente riconosciuto come tempo scuola e che tale principio venga attuato concretamente anche attraverso iniziative di



educazione alimentare in ottica di salute, consumo critico e intercultura. Oltre a docenti anche il personale addetto alla mensa dovrebbe essere coinvolto in una formazione continua e in una progettazione partecipata con bambini, sostenendo la sana alimentazione e il basso impatto ambientale. Formazione condivisa anche con le Amministrazioni così da divenire prime sentinelle di una politica in grado di influire sulla salute, sull'educazione e sull'ambiente e monitorare l'attuazione della mensa buona, sana e sostenibile.

Mense Scolastiche al tempo del COVID 19

In tempi di emergenza sanitaria anche le mense scolastiche vanno ripensate per permettere lo svolgimento del pasto in sicurezza. Questo però potrebbe essere una buona occasione ed una nuova sfida per rendere il pasto un momento educativo e sempre piacevole e tranquillo, con riguardo alla qualità e non una scusa per derogare quanto fatto sino ad oggi in merito di spreco alimentare, di aumento di rifiuti e dei tempi previsti. Una delle ipotesi espresse dal Ministero è quella di far restare gli studenti in aula per pranzo, questo potrebbe far diventare ancora più importante, educativo ed inclusivo il momento del pasto. Le classi dovrebbero inoltre essere a numero ridotto (un massimo di 15-16 studenti), questo potrebbe permettere ai docenti di fare educazione alimentare e sensoriale e di attuare un momento di multidisciplinarietà legata al cibo rendendo tutte queste attività più efficaci. Inoltre i mesi di chiusura hanno, di nuovo, ritualizzato il pasto come momento di riunione e condivisione familiare. Anche questa è un'opportunità su cui lavorare a scuola per riflettere sul significato della condivisione del cibo.

Altra soluzione proposta per la mensa scolastica è quella di utilizzare, quando possibile, locali diversi come per esempio le palestre dove è più facile gestire il distanziamento sociale. Purtroppo anche i menu potrebbero subire delle modifiche, privilegiando i piatti unici o peggio i cestini freddi termosigillati per consumare il pasto in sicurezza e più velocemente, consentendo di fare più turni.

Bibliografia

- A. Arossa, P. Bolzacchini, E. Giraud, Il piacere dell'orto. Orto tradizionale, decorativo, urbano, educativo, Slow Food Editore, Roma 2010
- A. Calmo, Le lettere di messer Andrea Calmo, Editore Loescher, Torino 1888
- A. Cappati, M. Montanari, La cucina italiana. Storia di una cultura, Editore Laterza, Bari-Roma 1999
- A. Montanari, Mangiare fuori, logiche e tecniche della ristorazione italiana dall'osteria al fast food, Edifis S.p.a., Milano 2008
- AA. VV., Linee strategiche per la ristorazione scolastica in Emilia-Romagna, a cura di R. Mignani, E. Di Martino, Servizio Sanitario regionale Emilia-Romagna, Editore Giunta, Bologna 2009
- C. Barzanò, Il gusto di mangiare insieme, Dal cibo alla tavola: un'educazione alimentare in 10 tappe, Slow Food Editore, Torino 2016
- C. Durante, Herbario nuovo, Edizioni Nuova Prhomos, Città di Castello 2007
- Centocinquanta anni di unità d'Italia settantacinque anni di ricerca su alimentazione e nutrizione, Inran, Roma 2011
- E. A. Peta, Consumi agro-alimentari in Italia e nuove tecnologie, Ministero dello Sviluppo Economico, Roma 2008
- C. Paltrinieri, Mangiare a scuola. La rivoluzione della mensa sostenibile che cambierà il mondo, Franco Angeli, Milano 2019
- E. Bonelli, R. Bassoli, Gli stili alimentari oggi, in Storia d'Italia, Annali XIII, L'Alimentazione, a cura di A. Capatti, A. De Bernardi e A. Varni, Editore Einaudi, Torino 1998
- G. Cocchiara, Il paese di Cuccagna, Editore Einaudi, Torino 1956
- J. Flandrin, M. Montanari, Storia dell'alimentazione vol.1, Editore Laterza, Bari-Roma 1996
- L. Messedaglia, Il mais e la vita rurale italiana, Federazione Italiana dei consorzi agrari, Piacenza 1927
- M. Montanari, Il cibo come cultura, Editore Laterza, Bari-Roma 2003



M. Montanari, La fame e l'abbondanza. Storia dell'alimentazione europea, Editore Laterza, Bari-Roma 1993

P. Gramigni, Indagine sulle mense scolastiche, Slow Food, Bra 2008

R. B. Finocchiaro, B. Sidoti, A. Martini, Cultura che nutre, strumenti per l'educazione alimentare, Ministero delle politiche Agricole, Alimentari e Forestali, Giunti Editore, Firenze-Milano 2004

AA. VV., Linee guida in materia di miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica, S.I.A.N. delle aziende U.L.S.S. 2008

S. Jacini, Relazione finale inchiesta agraria Jacini, Editore Einaudi, Torino 1973

T. Garzoni, La piazza universale di tutte le professioni del mondo, Editore Einaudi, Torino 1996

V. Zamagni, L'evoluzione dei consumi fra tradizione e innovazione, in Storia d'Italia, Annali XIII, L'Alimentazione, a cura di A. Capatti, A. De Bernardi e A. Varni, Editore Einaudi, Torino 1998

Articoli

N. Rossi, "Per mio figlio vorrei...", Ristorazione Collettiva – Catering, n. 315 maggio/ giugno 2011, pp. 39 – 40

S. Borrello, Ministero della Salute, Dipartimento per la Sanità pubblica veterinaria, la nutrizione e la sicurezza degli alimenti, direzione generale della sicurezza degli alimenti e della nutrizione LINEE DI INDIRIZZO NAZIONALE PER LA RISTORAZIONE SCOLASTICA, Conferenza Unificata, Provvedimento 29 aprile 2010, Intesa, ai sensi dell'art.8, comma 6, della legge 5 giugno 2003, n.131, G.U. n. 134 del 11-6-2010

Ruolo dei commissari mensa, Rating dei menu scolastici 2017/18 - www.foodinsider.it
Cittadinanzattiva, IV Indagine Tariffe e Qualità delle Mense scolastiche, 2019

Rapporto Bio Bank 2019