

## Servizio di refezione scolastica per il Comune di RHO – Aggiornamento marzo 2024

### PREMESSA

L'amministrazione comunale di Rho e Sodexo Italia, gestore del servizio di refezione scolastica, perseguono un percorso di reciproca collaborazione volta al costante miglioramento del servizio di ristorazione delle scuole del territorio, al fine di garantire una crescita sana e in buona salute per i bambini. Scegliere gli ingredienti giusti, seguendo una dieta equilibrata e in linea con un'alimentazione sostenibile, risponde ai principi di educazione alimentare regolamentata dalle norme vigenti in Italia. Per questi motivi si è concretizzato un confronto con ATS che ha portato alla condivisione delle linee guida per un nuovo aggiornamento migliorativo del menu invernale.

Nel mese di **ottobre 2023** è stato aperto un **confronto con la commissione mensa** per una revisione del menù.

Un gruppo di componenti della commissione mensa è stato coinvolto nel processo di revisione, culminato in un incontro svolto nel mese di **dicembre 2023** nella Sala del Camino di Villa Burba. L'incontro ha permesso ai genitori di contribuire fattivamente nelle scelte del menù che sarebbe stato applicato dal mese di gennaio 2024.

**L'8 gennaio 2024** è stato quindi adeguato il menu della refezione scolastica per i **2800 alunni delle scuole del Comune di Rho**, nel rispetto delle norme indicate dalle linee guida della Regione Lombardia per la Ristorazione Scolastica, dell'Agenzia della Tutela della Salute (ATS Città Metropolitana) e nel rispetto dei Livelli di Assunzione Raccomandati di Energia e Nutrienti (LARN) e in linea con i principi espressi dalla piramide alimentare della dieta mediterranea.

Tale adeguamento costituisce uno step ulteriore verso la predisposizione di menu sempre più sani, vari ed equilibrati.

Il **5 febbraio 2024** il gruppo della commissione mensa, scuole e Comune hanno partecipato ad un incontro con ATS Città Metropolitana che ha permesso di gettare le basi per un confronto sul nuovo menù, sulle ragioni scientifiche alla base delle scelte compiute e sull'individuazione di miglioramenti da apportare nelle ricette e nelle proposte.

ATS Città Metropolitana ha reso disponibili in streaming i **percorsi formativi di educazione alimentare**, che sono stati quindi diffusi ai referenti della commissione mensa di ciascuna scuola per permettere ai componenti della commissione di acquisire la formazione di base necessaria.

Il **12 febbraio 2024** ATS Città Metropolitana ha trasmesso il proprio parere favorevole sul nuovo menù, confermando *"il miglioramento del menù per la maggior parte dei requisiti di base, allineate alle indicazioni per un'alimentazione sana e sostenibile, adeguata alla fascia d'età."*

### Cosa abbiamo realizzato insieme

Il nuovo menu invernale, su rotazione di 4 settimane, prevede una **più ampia varietà di scelte proteiche e una maggiore disponibilità di fonti di fibre e vitamine**, attraverso l'incremento di legumi, frutta, cereali (anche integrali) e uova. Recenti studi hanno confermato che una dieta ricca di questi alimenti contribuisce al benessere del nostro organismo riducendo i rischi di incorrere in malattie in età adulta. L'introduzione di questi prodotti in menu risponde quindi alla volontà di sensibilizzare maggiormente i bambini sul valore di un'alimentazione consapevole per la nostra salute.

Nota: Oggi nelle mense delle scuole di RHO, gestite da Sodexo, viene proposto un menu vario in cui i bambini mangiano settimanalmente, una volta l'uovo, una o due volte il pesce, una volta i legumi (talvolta presente anche come seconda portata) e una volta la carne.

In linea con un'alimentazione sana e sostenibile, è il **consumo di prodotti di stagione**: consumare frutta e verdura nel rispetto del ciclo della natura significa godere appieno delle proprietà nutritive e organolettiche di questi alimenti. Stagionalità fa rima con varietà: è importante alternare il consumo della frutta e della verdura attingendo da tutti e **5 i colori del benessere** per fare il pieno di vitamine e sali minerali.

Per questo motivo abbiamo proposto l'**inserimento della frutta a metà mattina** per tutte le scuole e abbiamo inserito delle proposte più salutari per la merenda del pomeriggio nella scuola dell'infanzia, eliminando l'uso di prodotti confezionati.

I parametri indicati da ATS Città Metropolitana, entro i quali per legge bisogna attenersi, prevedono che nei menu sia presente almeno una volta a settimana **una porzione di pane integrale**. Il nuovo menu pensato per le scuole di Rho prevede inoltre anche l'**inserimento del pane multi-cereale**, alimento considerato un plus migliorativo rispetto agli standard minimi ATS.

Nel documento di approfondimento allegato potete vedere cosa è stato realizzato insieme a tutti i soggetti coinvolti.